

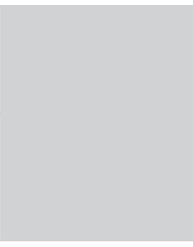
おちのましんぶん

11 月号

小須賀 詢人くん(上田短期大学附属幼稚園 年中)

UCV121のみどころ	2面
UCV122のみどころ	3面
UCV112・あおちゃんのみどころ	3面
UCV121番組表	4・5面
UCV122番組表	6面
おちのま俱樂部	7面 (プレゼント・取材ノート・おたよりほか)
UCVからのお知らせ	8面

題字



おちのましんぶん 題字募集!

詳しくは <https://ucv.co.jp/ochashin/>



エ・ン・タ・メ・日・和
文・イラスト 田中 渉

「このホラーがすごい!」で1位を獲得した、上條一輝のデビュー小説『深淵のテレパス』が、今、ホラーファンを震えさせている。

物語は、会社員の高山カレンが、大学のオカルト研究会で「変な怪談」を聞いた夜から始まる。自宅の暗がりから響く異音、ドブ川のような異臭、足跡の形の汚水――。怪現象に追い詰められたカレンが頼ったのは、心霊現象を現実的な視点で検証するYouTubeチャンネルの芦屋晴子と越野草太の二人組だ。加えて心霊をまるで信じない元刑事の倉元と、元スプーン曲げ少年の中年超能力者犬井という、クセのあるチームが恐怖の根源に迫っていく。

本作の魅力は、単なる怪談ミステリーに留まらない、現代の配信カルチャーと根源的な恐怖の融合にある。「心霊現象を現実的な視点で検証し対策を講じる」という設定が、リアリティとフィクションの境界を揺さぶり、恐怖を増幅させているのだ。さらに、醜い姿に変貌して襲いかかる「何か」の存在が示唆する、人間の正気を奪う根源的な恐怖が、本作をエンタテインメント作品としても非常に高いレベルに押し上げている。

新時代のホラー作家として、上田市出身の上條一輝が今後も活躍してくれることに期待が高まる傑作だ。




昨年の様子

大会では出場者がペアを組み、それぞれお掃除ロボット「スカベンジャー」を操作する競技が行われます。競技

フィールド上に配置されたごみ(ピンポン玉やペットボトル)を集め、所定の回収場所に運んでチームごとの得点を競います。

競技で使うロボットは出場者が4回の講習会で製作したものです。地元企業の技術者や学生がボランティアで指導にあたり、出場者たちは楽しみながら製作しました。どんな仕掛けのロボットが登場するの

小中学生が手作りのロボットを操作するロボットコンテスト「上田ロボコン大会」が、11月1日(土)に上田市サントミューゼで開催されます。大会は、子どもたちにもづくりの楽しさを知ってもらおうと、UCVと地元企業が協力して1994年に始まり、29回目を迎えます。

UCV121

第29回 上田ロボコン大会

15日(土) 19時

29日(土) 19時

UCV121

北向観音出現大祭

3日(日)

上田市別所温泉の北向観音では11月9日まで、開創1200年に合わせて64年ぶりの御開帳が開催されています。このほど、千手観世音菩薩が825年10月

UCV121

生中継 高校野球 4支部選抜 交流戦

8日(土) 9時(予定)

長野県高等学校野球連盟では、東信・北信・南信・中信の県内4支部の選抜選手による交流戦を開催しています。選手及び指導者

UCV121

生中継 第74回長野県縦断駅伝 競走大会

16日(日) 7時50分(予定)

信濃路を北から南へ駆け抜ける晩秋の風物詩、長野県縦断駅伝競走大会。今年は松本市から飯田市までの14区間、98.72キロメートルを走ります。(県内ケーブルテレビ局共同制作)

スポーツの秋・音楽の秋

の育成、そして野球の振興と普及を目的に行われる試合を、伊那二ツパツスタジアムからお送りします。

第1試合 10時
南信対中信
第2試合 13時
北信対東信

UCV121

ひとこと手話デフリンピックを応援しよう! 最終回

4日(火) 11日(火)

11月15日(土)から26日(水)まで、「東京2025デフリンピック」が開催されます。世界各国から聞こえない・聞こえにくいアスリートたちが集まる国際スポーツ大会です。大会に向けて、手話

UCV122

小学校音楽会

10月に開催された地域の小学校の音楽会を放送します。

10月24日に上田市サントミューゼで、市内24の小学校の6年生による連合音楽会が行われました。

午前の部と午後の部に分けて放送します。詳しくは2面をご覧ください。

UCV121

第79回 上田市小学校連合音楽会

11日(火) 25日(火)

10月24日に上田市サントミューゼで、市内24の小学校の6年生による連合音楽会が行われました。

午前の部と午後の部に分けて放送します。詳しくは2面をご覧ください。

CATV007

生中継 11月定例会

27日(木) 13時

開会・知事提案説明

を覚えてみませんか? 最終回は、国際手話のあいさつを紹介します。(協力 上田市聴覚障害者協会、上田保健福祉事務所)



域の小学校の音楽会を放送します。

滋野小の放送では、同日に行われた150周年記念式典の様相もあわせてお送りします。放送日時は6面をご覧ください。

新卒採用 2026
番組制作・営業・設備管理

地域の未来を共につなごう。

株式会社 上田ケーブルビジョン
https://ucv.co.jp/saiyou/
問い合わせ・TEL0268-23-1600 (総務部 江口)




総合スポーツ番組 fun! fan! スポーツ

放送日 6日(木) 13日(木)



第39回上田古戦場ハ
ーフマラソンや真田地
域一周駅伝、信州プリ
ミアントアリースの開
幕戦など、10月に行わ
れたスポーツイベントを
中心にお送りします。
コーナー「ちゃれスポ
J」では、塩田公民館
で行われたニュースポー
ツ体験会にお邪魔しま
す。ヒモで繋がった2
人のボールをラダー(は
しご)に向かつて投げ、
引つ掛かると得点になる
「ラダーゲッター」に
挑戦します。

地上121 UCV121のみどころ

詳しい放送時間は4・5面の番組表をご覧ください

※背景色が白いタイトルはレギュラー番組です。

第79回 上田市小学校連合音楽会 11日(火)

◎午前の部

長/東/北/傍陽/神科
塩尻/武石/本原/神川
西/菅平/豊殿/清明

◎午後の部

南/塩川/塩田西/川西
丸子中央/東塩田/浦里
丸子北/川辺
城下/中塩田



MIKKE
みつけみつけ
1日(土) 8日(土)

気になるけど一人で
入るにはちょっと勇気が
いる...そんなお店を訪
ねて、地域の魅力をみ
つける番組です。
上田市鹿教湯温泉の
「文殊テラスディアカ
フェ(Deear Cafe)」
(写真)は、まるでお
とぎ話の世界にやって

UCVレポート

毎日の街のできごとをお届け

▶月~土 初回放送17時、再放送18時、19時~22時(リピート放送)、
翌日5時30分、6時、9時、12時
▶日(ダイジェスト) 初回放送17時



上田地域の出来事を毎
日お伝えするニュース番組
です。
今月は地域の紅葉スポ
ーツをシリーズでお送り
します。風景画や写真を
趣味にする方々におすす
めの紅葉の景色を聞いて、
現地を訪ねます。

UCVレポートを スマホパソコンでも!

放送数日後から番組動画を
ネットで配信。
過去1年間のバックナンバーも
手軽に見られます。



4日(火) 11日(火)

みちしるべ 防災・減災を考える 土砂災害

毎月テーマを設け、
上田防災研究所たんぼ
代表の西藤直義さん
に、日頃からの備えや
発災時の避難行動につ
いて教えてもらいます。

7日(金) 14日(金)

ななみのなんでも? 「東御市でなんでもクルミを 育てるよ」に参るの?

上田地域のなんでも?
と思うモノ・コト・ヒト
を紹介する番組です。
東御市で秋の味覚と

きたよう!? 店内で足
湯に浸かりながら、人
気のドリアやヘルシーメ
ニューを紹介します。
そして、ついに上田
市にもやってきた!
アサイーボウルが楽
しめるカフェ「ビビ
(Vivi)」。



熱中・ティーンズ
丸子修学館高校家庭科部(調理分野)

放送日 3日(月) 10日(月)

調理分野の生徒たち
は、地域のワインと料
理を楽しむイベントの
ために、ワインに合う
メニューの開発をしま
した。イベントの主催
者からプロのシェフと
のコラボレーションの
提案を受け、挑戦する
ことになったのです。
どんな料理が完成し
たのでしょうか。高校
生たちの取組みを取材
しました。

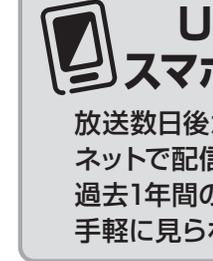


はたらきモン
彩りを極める
技術とは?の巻
NHK 3日(月)

道具など仕事に欠か
せないもの(ハモン)を
通して、地域のお仕事
の現場を紹介します。
今回は、上田市塩川
にある「フロアリスト
桜屋」。彩り豊かな花
に囲まれた仕事の裏側
にお邪魔します。どん

おおきくなあれ
川辺保育園
5日(水) 12日(水)

年長さんが、サツマイ
芋を収穫して、お菓子
を作ります。

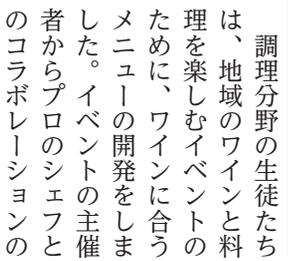


おはなしランド
「マアチュとミイ
チュと金色の雲」
12日(水) 19日(水)

秋のある日、ネズミ
の兄弟「マアチュとミ
イチュ」は原っぱに倒れ
ている子ギツネと、金
色の雲のようなモヤモ
ヤを見つけました。
子ギツネを助けたい
ミイチュと、イタズラ
ばかりの子ギツネなん
か助けたくないマアチ
ュ。二人は物知りフク
ロウに会いに...。

おおきくなあれ
川辺保育園
5日(水) 12日(水)

年長さんが、サツマイ
芋を収穫して、お菓子
を作ります。



おはなしランド
「マアチュとミイ
チュと金色の雲」
12日(水) 19日(水)

秋のある日、ネズミ
の兄弟「マアチュとミ
イチュ」は原っぱに倒れ
ている子ギツネと、金
色の雲のようなモヤモ
ヤを見つけました。
子ギツネを助けたい
ミイチュと、イタズラ
ばかりの子ギツネなん
か助けたくないマアチ
ュ。二人は物知りフク
ロウに会いに...。

おはなしランド
「マアチュとミイ
チュと金色の雲」
12日(水) 19日(水)

秋のある日、ネズミ
の兄弟「マアチュとミ
イチュ」は原っぱに倒れ
ている子ギツネと、金
色の雲のようなモヤモ
ヤを見つけました。
子ギツネを助けたい
ミイチュと、イタズラ
ばかりの子ギツネなん
か助けたくないマアチ
ュ。二人は物知りフク
ロウに会いに...。



おはなしランド
「マアチュとミイ
チュと金色の雲」
12日(水) 19日(水)

秋のある日、ネズミ
の兄弟「マアチュとミ
イチュ」は原っぱに倒れ
ている子ギツネと、金
色の雲のようなモヤモ
ヤを見つけました。
子ギツネを助けたい
ミイチュと、イタズラ
ばかりの子ギツネなん
か助けたくないマアチ
ュ。二人は物知りフク
ロウに会いに...。

おはなしランド
「マアチュとミイ
チュと金色の雲」
12日(水) 19日(水)

秋のある日、ネズミ
の兄弟「マアチュとミ
イチュ」は原っぱに倒れ
ている子ギツネと、金
色の雲のようなモヤモ
ヤを見つけました。
子ギツネを助けたい
ミイチュと、イタズラ
ばかりの子ギツネなん
か助けたくないマアチ
ュ。二人は物知りフク
ロウに会いに...。



おはなしランド
「マアチュとミイ
チュと金色の雲」
12日(水) 19日(水)

秋のある日、ネズミ
の兄弟「マアチュとミ
イチュ」は原っぱに倒れ
ている子ギツネと、金
色の雲のようなモヤモ
ヤを見つけました。
子ギツネを助けたい
ミイチュと、イタズラ
ばかりの子ギツネなん
か助けたくないマアチ
ュ。二人は物知りフク
ロウに会いに...。

おはなしランド
「マアチュとミイ
チュと金色の雲」
12日(水) 19日(水)

秋のある日、ネズミ
の兄弟「マアチュとミ
イチュ」は原っぱに倒れ
ている子ギツネと、金
色の雲のようなモヤモ
ヤを見つけました。
子ギツネを助けたい
ミイチュと、イタズラ
ばかりの子ギツネなん
か助けたくないマアチ
ュ。二人は物知りフク
ロウに会いに...。



おはなしランド
「マアチュとミイ
チュと金色の雲」
12日(水) 19日(水)

秋のある日、ネズミ
の兄弟「マアチュとミ
イチュ」は原っぱに倒れ
ている子ギツネと、金
色の雲のようなモヤモ
ヤを見つけました。
子ギツネを助けたい
ミイチュと、イタズラ
ばかりの子ギツネなん
か助けたくないマアチ
ュ。二人は物知りフク
ロウに会いに...。

ALL JAPAN SUPER KIDS DANCE CONTEST 2025 信州予選
ALL JAPAN CHALLENGE CUP 2025 2ndシリーズ 信州予選
22日(土)

「ダンスチャンネル」とUCVが特別協賛する子どもたちのダンスコンテストの信州予選の様をお送りします。

コンテストは10月4日に上田文化会館で行われ、全国各地から集まった小中学生がソロやグループで熱いパフォーマンスを披露しました。



座の第4回です。
「ヤックラと千曲川」
岩下・小牧を中心とし
て」

塩田の歴史・文化を学ぶ集い
17日(月)

上田市塩田地域の有志でつくる「塩田の歴史・文化を学ぶ集い」は、毎月勉強会で地域についての理解を深めています。10月に塩田公民館で開かれた講座の様をお送りします。

上田社会教育大学
上田図書館との連携講座
19日(水) 26日(水)

上田図書館を拠点に地域の歴史や文化を学ぶ、上田社会教育大学の受講生による公開講座

信州がんフォーラム上田
8日(土) 24日(土)

10月19日に上田商工会議所で開催された、うえだ原町一番街商店会主催のフォーラムを放送します。

おはなしランド
「マアチュとミイチュと金色の雲」
12日(水) 19日(水)

秋のある日、ネズミの兄弟「マアチュとミイチュ」は原っぱに倒れている子ギツネと、金色の雲のようなモヤモヤを見つけました。子ギツネを助けたいミイチュと、イタズラばかりの子ギツネなんか助けたくないマアチュ。二人は物知りフクロウに会いに...。

UCV112のみどころ

東御市の行事や発表会を放送



講演会「あそびの世界」と子どもの育ち
 子どもの育ちをサポートする団体「楽育ひろばtomi」が9月28日に開いた講演会を放送します。
 日本初の職業プレイヤー・天野秀昭さんが、長年の実践から見出した子どもの遊びの奥深さと遊びを通して育つ力について話しました。

放送日	月間番組表(放送時間 9:00-15:00-21:00)
1日(土)	講演会「あそびの世界」と子どもの育ち 講師 天野秀昭さん
2日(日)	令和7年度津小学校子ども歌舞伎クラブ 校内発表 「忠臣蔵」
3日(月)	月刊とうみチャンネル10月号 前半
4日(火)	月刊とうみチャンネル10月号 後半
5日(水)	グリーンファームカレッジ2025 「連作障害と堆肥の基礎知識」
6日(木)	第62回東部中学校学芸発表会 【開会式・英語弁論・部活動発表・生徒会企画ほか】
7日(金)	第59回北御牧中学校かくま祭 【開会式・意見文発表・英語発表・吹奏楽部発表ほか】
8日(土)	第62回東部中学校学芸発表会 【校内音楽会】
9日(日)	第59回北御牧中学校かくま祭 【ミュージックフェスティバル】
10日(月)	第51回上小小学校管楽器交歓演奏会 午前の部
11日(火)	第51回上小小学校管楽器交歓演奏会 午後の部
12日(水)	講演会「あそびの世界」と子どもの育ち 講師 天野秀昭さん
13日(木)	令和7年度津小学校子ども歌舞伎クラブ 校内発表 「忠臣蔵」
14日(金)	グリーンファームカレッジ2025 「連作障害と堆肥の基礎知識」
15日(土)	令和7年度運動会 和小学校「和リンピック2025」
16日(日)	令和7年度音楽会 田中小学校
17日(月)	令和7年度音楽会 北御牧小学校
18日(火)	令和7年度音楽会・150周年記念式典 滋野小学校
19日(水)	とうみ歴史研究会「成立遺跡通年講座」第2回 講師 中沢利和さん
20日(木)	講演会「海野宿の街並みを守り、活かすためには—全国の重伝建地区における事例を踏まえて—」 講師 田村秀さん(長野県立大学グローバルマネジメント学部教授)
21日(金)	とうみ歴史研究会「成立遺跡通年講座」第2回 講師 中沢利和さん
22日(土)	とうみ音楽団10周年記念コンサート
23日(日)	学校だより11月号
24日(月)	令和7年度東御市フレイル予防講演会 講師 岡田真平さん/おさむ家しょう内さん(言語聴覚士・アマチュア落語家)
25日(火)	令和7年度運動会 和小学校「和リンピック2025」
26日(水)	令和7年度音楽会 田中小学校
27日(木)	令和7年度音楽会 北御牧小学校
28日(金)	令和7年度音楽会・150周年記念式典 滋野小学校
29日(土)	海野宿ふれあい祭り 400年記念ステージイベント
30日(日)	グリーンファームカレッジ2025 「冬の寄せ植え」

Weekly!とうみ 【放送時間】6時・12時・18時 ※毎週金曜日更新

東御市内の話題や、保育園・幼稚園、学校の活動をお伝えします。 ※スマートフォンからも視聴できます。



※UCV111・112は上田市、東御市、坂城町、及び青木村の一部のご契約地域でご覧いただけます。 ※あおきチャンネルは青木村の放送サービス加入者様にご覧いただけます。

地上111 UCV111

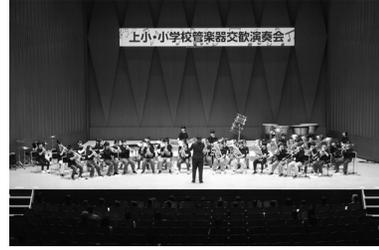
上田市のお知らせや行事を放送
 ◆あなたも行ってみたいくなる!? 上田地域の山城第14弾「飯綱城」を案内します。
 17日(月)〜23日(日) 予定
 上田地域の山城の特徴や魅力を紹介するシリーズ番組。今回は、太郎山系の山城「飯綱城」を案内します。
 ◆「市政企画番組」ほか 毎日5時・7時・9時・11時・13時・15時・17時・19時・21時・23時

地上111 あおきチャンネル

青木村のお知らせや行事を放送
 ◆あおトピ 毎日6時・12時・18時・21時
 青木村の10月の出来事をまとめてお送りします。
 ◆子檀嶺神社里秋季例大祭 8日(土)
 ◆令和7年度 青木小学校音楽会 9日(日)
 ◆ヤンレ! 行きやしよ運動会(第44回 村民体育祭) 15日(土)
 その他の番組はHPで

UCV122のみどころ

詳しい放送時間は6面の番組表をご覧ください



第51回上小小学校管楽器交歓演奏会
 9日(日) 12月放送
 10月18日に上田市サントミュージゼで、21校の小学生による管楽器交歓演奏会が行われました。午前と午後の部に分けて放送します。
 (午前の部)
 長/東塩田/塩尻/塩

第48回 上田市高齢者文化祭
 8日(土) 12月放送
 上田市サントミュージゼで10月10日に上田市高齢者文化祭が開催され、18のクラブが発表しました。ステージ発表の模様をお送りします。
 ※展示発表は「おちやのま展覧会」で16日(日)〜30日(日)に放送します。
 川/長門/青木/武石/神科/丸子中央/西/本原
 (午後の部)
 南/城下/田中/神川/中塩田/丸子北/東/北/滋野/川西

小学校音楽会

放送日	学校名	放送日	学校名
19日(水)	傍陽 本原 長 塩尻	25日(火)	青木 東 神科
20日(木)	城下 北 川辺 西	26日(水)	坂城 村上 南条
21日(金)	浦里 川西 清明 神川	27日(木)	田中 北御牧 滋野
24日(月)	東塩田 中塩田 塩田西 豊殿		

地域の文化祭

放送日	イベント名	収録日
15日(土)	第52回 塩田公民館文化祭 舞台発表	10/19
28日(金)	第53回 坂城町文化祭 芸能公演	10/26
29日(土)	第53回 真田総合文化祭 舞台発表会	10/25
30日(日)	第33回 上野が丘公民館まつり 舞台発表の部	10/26
	令和7年度 川西公民館まつり 音楽交流会・舞台発表	10/25・26

コンサート・行事

放送日	コンサート・行事名	収録日
2日(日)	第三中学校吹奏楽部 第15回三中コンサート	10/12
	第二中学校吹奏楽部 第19回定期演奏会	10/13
14日(金)	上田いずみ合唱団 第8回コンサート	10/19
15日(土)	さかきまち のど自慢大会	10/18
16日(日)	令和7年度運動会 和小学校	10/18
	ハナレイ ハワイアンズ	10/22
	坂城町吹奏楽団 秋の定期演奏会	10/18
26日(水)	豊受皇大神宮御遷宮 奉祝大祭	10/13

幼稚園・保育園運動会

放送日	園名	収録日
22日(土)	坂城幼稚園 坂城保育園 村上保育園	10/11・12
23日(日)	南条保育園 日向幼稚園	10/11・18

近隣CATV

CATV003 丸子テレビ
 ◆信州上田夏期大学第二講座「若さを保つには、からだを動かす、免疫力を保つ」
 13日(木)9時・13時・19時・22時
 ◆上田市誕生20周年記念 武石仮装大賞
 22日(土)9時・13時・19時・22時
 23日(日)10時・13時・19時・22時
 ◆ケイブックス CATV005
 ◆ケイブックスCATV005
 ◆千曲市小学校音楽会特集
 15日(土)10時・19時
 ◆千曲市内 保育園・幼稚園 うんどうかい 特集!

1日(土)〜14日(金) 10時・19時
 ※放送日時はHP (<https://www.chikuma-catv.co.jp/>) をご覧ください。
 ◆全国鍵盤フィル交響楽団 ドリームコンサート
 1日(土)・2日(日) 14時
 ◆食と農のかけはし チャンネルくばあちゃんの教え、毎週土・日曜日 9時30分・17時30分 郷土料理を次の世代へ伝える「かけはしの会」。今回は、季節の野菜と平打ち麺を煮込んだ「おぶっこ」です。

UCV121 11月番組表

毎日の出来事を伝える ●UCVレポート 月～土曜 17時～ほか
1週間の出来事をまとめて ●UCVレポートまとめてダイジェスト 日曜 17時～ほか

	1(土)	2(日)	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)
今日の番組	●MIKKE×MIKKE 足湯が楽しめるカフェ?ほか ●さかきモノづくり展 特別講演 (10月3日、4日収録) 6:50~15:00~ 講師:泉井良夫さん 9:50~22:50~ 講師:高坂祐顕さん 12:50~ 他 講師:飯田一朗さん ●休日当番医	●MIKKE×MIKKE ●はたらきモン ●熱中!ティーンズ ●fun!fun!スポーツ ●みちしるべ ●知って納得!暮らしの税 ●おおきくなあれ ●ななみのなん? ●フラワーアレンジメント ●ひとこと手話 ●おはなしランド	●熱中!ティーンズ 丸子修学館高校家庭科部(調理) ●はたらきモン フロリスト桜屋 彩りを極める技術とは?の巻 ●みちしるべ ●中継録画 第43回上田真田まつり 7:00~13:00~ オープニング~武者行列 他 10:00~23:00~ 決戦劇~鉄砲演武 他 ●ガスdeクッキング	●みちしるべ 土砂災害について ●ひとこと手話 テリンピックを応援しよう! ●知って納得!暮らしの税 「税を考える週間」について ●太平洋戦時下の上田 戦争の記憶をつなぐ若者たち 講師:山浦和彦さん (9月18日収録) ●ガスdeクッキング 無水デミチキン	●おおきくなあれ 上田市 川辺保育園 ●おはなしランド ●第67回真田地域一周駅伝 (10月19日収録) ●上田市下之条 浄庭神楽奉納 (10月11日収録) ●美しい、うえだフォトコンテスト 2025 入賞作品 18:45~	●fun!fun!スポーツ ●中継録画 産業ミライフェス in UEDA 2025 (10月31日収録) ●青木村 子権嶺神社秋季例大祭 宵宮祭(10月4日収録) 15:00~	●ななみのなん? 東御市ってなんでクルミを 育てるようになったの? ●2日間マスターする 江戸時代の上田藩①~⑥ (9月20日、21日収録) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min	●MIKKE×MIKKE 足湯が楽しめるカフェ?ほか ●信州がんフォーラム上田 基調講演 講師:宮坂昌之さん ハネルデスカッション (10月19日収録) ●休日当番医 生中継 高校野球 令和7年第3回支部交流戦 9:00~(予定)
あさ	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 さかきモノづくり展 特別講演 講師:泉井良夫さん 8:30 お天気 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 さかきモノづくり展 特別講演 講師:高坂祐顕さん 11:50 休日当番医	5:30 レポ 50 お天気 6:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 7:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 8:00 おおきく 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話 9:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 10:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 11:00 おおきく 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話	5:25 ガスdeクッキング 30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 45 はたらきモン 7:00 中継録画 上田真田まつり オープニング~武者行列 9:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 45 はたらきモン 10:00 中継録画 上田真田まつり 決戦劇~鉄砲演武 11:55 ガスdeクッキング	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 40 ひとこと手話 50 知って納得!暮らしの税 55 太平洋戦時下の上田 8:30 お天気 55 ガス 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 ひとこと手話 50 暮らしの税 55 太平洋戦時下の上田 11:55 ガスdeクッキング	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 7:00 真田地域一周駅伝 40 下之条 浄庭神楽奉納 8:55 ぶちエウ 9:00 レポ 20 お天気 30 おおきく 40 おはなし 10:00 真田地域一周駅伝 40 下之条 浄庭神楽奉納 11:55 ぶちエウ	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fun!スポーツ 7:00 産業ミライフェスin UEDA 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fun!スポーツ 10:00 産業ミライフェスin UEDA 11:55 ぶちエウ	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなん? 40 江戸時代の上田藩① 8:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエウ 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 江戸時代の上田藩② 11:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエウ	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 信州がんフォーラム 9:00 生中継 高校野球 令和7年 第3回支部交流戦
ひる	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 さかきモノづくり展 特別講演 講師:飯田一朗さん 14:50 休日当番医 15:00 さかきモノづくり展 特別講演 講師:泉井良夫さん 16:55 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報	12:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 13:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 14:00 おおきく 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話 15:00 MIKKE 20 はたらきモン 30 熱中! 45 fun!スポ 16:15 みちしるべ 25 暮らしの税 17:00 ダイジェスト 30 道 45 おはなし	12:00 まとめてダイジェスト 30 熱中! 45 はたらきモン 13:00 中継録画 上田真田まつり オープニング~武者行列 15:00 北向観音出現大祭 16:30 テロップ 50 ぶちエウ 55 ガスdeクッキング 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 55 ガスdeクッキング	12:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 ひとこと手話 50 暮らしの税 55 太平洋戦時下の上田 14:55 ガスdeクッキング 15:00 北向観音出現大祭 16:30 テロップ 55 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 55 ガスdeクッキング	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 13:00 真田地域一周駅伝 40 下之条 浄庭神楽奉納 14:55 ぶちエウ 15:00 北向観音出現大祭 16:30 テロップ 55 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fun!スポーツ 13:00 産業ミライフェスin UEDA 15:00 青木村 子権嶺神社秋季例大祭 宵宮祭 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなん? 40 江戸時代の上田藩③ 14:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエウ 15:00 江戸時代の上田藩④ 16:30 テロップ 55 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 50 休日当番医 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 50 休日当番医
よる	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 19:00~ UCVレポート リピート放送 22:20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 さかきモノづくり展 特別講演 講師:高坂祐顕さん 講師:飯田一朗さん	18:00 まとめてダイジェスト 30 道路情報チャンネル 45 おはなしランド 19:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 20:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 21:00 おおきく 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話 22:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 23:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 24:00 おおきく 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 55 ガスdeクッキング 22:20 お天気チャンネル 30 熱中!ティーンズ 45 はたらきモン 23:00 中継録画 上田真田まつり 決戦劇~鉄砲演武 24:55 ガスdeクッキング	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 45 ぐるっとふるさと信越 エコーシティ・駒ヶ岳 55 ガスdeクッキング 22:20 お天気チャンネル 30 みちしるべ 40 ひとこと手話 50 知って納得!暮らしの税 55 太平洋戦時下の上田 24:55 ガスdeクッキング	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 45 美しい、うえだフォト コンテスト2025入賞作品 19:00~ UCVレポート リピート放送 いつから見ても20分間で地域の動きがわかります。	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 45 美しい、うえだフォト コンテスト2025入賞作品 22:20 お天気チャンネル 30 fun!fun!スポーツ 23:00 産業ミライフェスin UEDA	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 45 ぐるっとふるさと信越 エコーシティ・駒ヶ岳 22:20 お天気チャンネル 30 ななみのなん? 40 江戸時代の上田藩⑤⑥	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 50 休日当番医

	9(日)	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)	16(日)
今日の番組	●MIKKE×MIKKE ●はたらきモン ●熱中!ティーンズ ●fun!fun!スポーツ ●みちしるべ ●知って納得!暮らしの税 ●おおきくなあれ ●ななみのなん? ●フラワーアレンジメント ●ひとこと手話 ●おはなしランド	●熱中!ティーンズ 丸子修学館高校家庭科部(調理) ●はたらきモン フロリスト桜屋 彩りを極める技術とは?の巻 ●上田盆地の中世石造物 講師:尾見智志さん (9月27日収録) ●信州健康レポート ●ガスdeクッキング 無水デミチキン (協力:上田ガス)	●第79回 上田市小学校連合音楽会 (10月24日収録) 6:30~12:30~ 他 午前 9:30~15:00~ 他 午後 ●みちしるべ 土砂災害について ●ひとこと手話 テリンピックを応援しよう! ●知って納得!暮らしの税 「税を考える週間」について ●ガスdeクッキング	●おおきくなあれ 上田市 川辺保育園 ●おはなしランド マアチュとミイチュと金色の雲 ●第67回真田地域一周駅伝 (10月19日収録) ●第74回長野県縦断駅伝 開催直前SP ●長和町合併20周年記念式典 15:00~	●fun!fun!スポーツ ●中継録画 産業ミライフェス in UEDA 2025 (10月31日収録) ●青木村 子権嶺神社秋季例大祭 宵宮祭(10月4日収録) 15:00~	●ななみのなん? 東御市ってなんでクルミを 育てるようになったの? ●2日間マスターする 江戸時代の上田藩①~⑥ (9月20日、21日収録) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min	●第29回上田ロポコン大会 (11月1日収録) ●MIKKE×MIKKE 足湯が楽しめるカフェ?ほか ●休日当番医 ●第74回長野県縦断駅伝 開催直前SP 15:00~	●MIKKE×MIKKE ●はたらきモン ●熱中!ティーンズ ●fun!fun!スポーツ ●みちしるべ ●知って納得!暮らしの税 ●おおきくなあれ ●ななみのなん? 他 生中継 第74回 長野県 縦断駅伝競走大会 7:50~
あさ	5:30 レポ 50 お天気 6:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 7:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 8:00 おおきく 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話 9:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 10:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 11:00 おおきく 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話	5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 45 はたらきモン 7:00 上田盆地の中世石造物 8:30 お天気 40 健康リポ 55 ガスdeクッキング 9:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 45 はたらきモン 10:00 上田盆地の中世石造物 11:40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 小学校連合音楽会 午前 8:30 みちしるべ 40 ひとこと手話 50 暮らしの税 55 ガス 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 小学校連合音楽会 午後 11:30 みちしるべ 40 ひとこと手話 50 暮らしの税 55 ガス	5:30 レポ 50 お天気 6:00 レポ 20 お天気 30 おおきく 40 おはなし 7:00 真田地域一周駅伝 40 長野県縦断駅伝 開催直前SP 8:55 ぶちエウ 9:00 レポ 20 お天気 30 おおきく 40 おはなし 10:00 真田地域一周駅伝 40 長野県縦断駅伝 開催直前SP 11:55 ぶちエウ	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fun!スポーツ 7:00 産業ミライフェスin UEDA 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fun!スポーツ 10:00 産業ミライフェスin UEDA	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなん? 40 江戸時代の上田藩① 8:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエウ 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 江戸時代の上田藩② 11:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエウ	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 上田ロポコン大会 8:30 MIKKE×MIKKE 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 上田ロポコン大会 11:30 MIKKE×MIKKE 50 休日当番医	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 はたらきモン 7:00 熱中!ティーンズ 15 fun!fun!スポーツ 50 生中継 第74回 長野県縦断駅伝競走大会
ひる	12:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 13:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 14:00 おおきく 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話 15:00 MIKKE 20 はたらきモン 30 熱中! 45 fun!スポ 16:15 みちしるべ 25 暮らしの税 30 おおきく 40 ななみ 50 手話 17:00 ダイジェスト 30 道 45 おはなし	12:00 まとめてダイジェスト 30 熱中! 45 はたらきモン 13:00 上田盆地の中世石造物 14:40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング 15:00 上田市真田町山家神社 獅子舞奉納、四之御社祭 16:30 テロップ 55 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 55 ガスdeクッキング	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 小学校連合音楽会 午前 14:30 みちしるべ 40 ひとこと手話 50 暮らしの税 55 ガス 15:00 小学校連合音楽会 午後 16:50 ぶちエウ 55 ガス 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 13:00 真田地域一周駅伝 40 長野県縦断駅伝 開催直前SP 14:55 ぶちエウ 15:00 長和町合併20周年 記念式典 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fun!スポーツ 13:00 産業ミライフェスin UEDA 15:00 青木村 子権嶺神社秋季例大祭 宵宮祭 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなん? 40 江戸時代の上田藩③ 14:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエウ 15:00 江戸時代の上田藩④ 16:30 テロップ 55 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	12:00 UCVレポート 20 上田ロポコン大会 14:30 MIKKE×MIKKE 50 休日当番医 15:00 長野県縦断駅伝 開催直前SP 16:30 テロップ回覧板 55 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 40 おはなしランド 17:00 まとめてダイジェスト 30 道路情報チャンネル 40 おはなしランド 19:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 20:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 21:00 おおきく 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話 22:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 23:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 24:00 おおきく 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話
よる	18:00 まとめてダイジェスト 30 道路情報チャンネル 45 おはなしランド 19:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 20:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 21:00 おおきく 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話 22:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 23:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 24:00 おおきく 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 55 ガスdeクッキング 22:20 お天気チャンネル 30 熱中!ティーンズ 45 はたらきモン 23:00 上田盆地の中世石造物 24:40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 45 ぐるっとふるさと信越 Goollight 55 ガスdeクッキング 22:20 お天気チャンネル 30 小学校連合音楽会 午前/午後 23:00 真田地域一周駅伝 40 長野県縦断駅伝 開催直前SP 24:55 ぶちエウ	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 45 美しい、うえだフォト コンテスト2025入賞作品 22:20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 23:00 真田地域一周駅伝 40 長野県縦断駅伝 開催直前SP 24:55 ぶちエウ	19:00~ UCVレポート リピート放送 いつから見ても20分間で地域の動きがわかります。	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 45 美しい、うえだフォト コンテスト2025入賞作品 22:20 お天気チャンネル 30 fun!fun!スポーツ 23:00 産業ミライフェスin UEDA	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 45 ぐるっとふるさと信越 Goollight 22:20 お天気チャンネル 30 ななみのなん? 40 江戸時代の上田藩⑤⑥	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 50 休日当番医 24:30 MIKKE×MIKKE 50 休日当番医

*都合により番組編成に変更が出る場合があります。ご了承ください。 ※7:00~8:30、17:30~18:00は画面の一部で文字放送が流れます。



番組表 UCV121

	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	23(日)	24(月)
今日の番組	●熱中!ティーンズ ●はたらきモン フロースト校屋 ●彩りを極める技術とは?の巻 ●上田藩盗賊改方の判鑑 ●鈴子村文書留帳から ●信州健康レポート ●ガスdeクッキング ●無水デミチキン(協力:上田ガス)	●みちしるべ 土砂災害について ●ひとこと手話 ●デリンピックを応援しよう! ●知って納得!暮らしの税 ●「税を考える週間」について ●信州がんフォーラムin上田 ●基調講演 講師:宮坂昌之さん ●パネルディスカッション ●ガスdeクッキング ●無水デミチキン	●おおきなあれ ●おはなしランド ●マアチュとミイチュと金色の雲 ●上田社会教育大学 ●上田図書館との連携講座 ●第4回 ヤックラと千曲川 ●若下・小牧を中心として ●講師:手塚典子さん (10月25日収録)	●funfan!スポーツ ●信州昆虫資料館 講演 ●自然環境の変化と信州のチョウ ●講師:栗田貞多さん ●花岡敏道さん ●クロストーク会:田下昌志さん (10月5日収録) ●青木村 子権神社秋季例大祭 ●宵宮祭(10月4日収録) 15:00~	●ななみのなんで? ●東御市ってなんでクシミを ●育てるようになったの? ●信州の旧石器を掘る! ●講師:鶴田典昭さん (9月6日収録) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min ●令和7年上田警察署ふれあい ●フェスティバル (10月18日収録) 15:00~	●MIKKE×MIKKE ●ダンスチャンネル ALL JAPAN ●SUPER KIDS DANCE ●CONTEST 2025 信州予選 6:50~、12:50~ ●ダンスチャンネルALL JAPAN ●CHALLENGE CUP 2025 2ndシリーズ 信州予選 9:30~、22:30~	●MIKKE×MIKKE ●はたらきモン ●熱中!ティーンズ ●funfan!スポーツ ●みちしるべ ●知って納得!暮らしの税 ●おおきなあれ ●ななみのなんで? ●フラワーアレンジメント ●ひとこと手話 ●おはなしランド	●熱中!ティーンズ ●はたらきモン フロースト校屋 ●彩りを極める技術とは?の巻 ●信州がんフォーラムin上田 ●基調講演 講師:宮坂昌之さん ●パネルディスカッション (10月19日収録) ●ガスdeクッキング ●無水デミチキン (協力:上田ガス)
あさ	5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 45 はたらきモン 7:00 上田藩盗賊改方の判鑑 8:40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング 9:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 45 はたらきモン 10:00 上田藩盗賊改方の判鑑 11:40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 みちしるべ 40 ひとこと手話 50 知って納得!暮らしの税 7:00 信州がんフォーラムin上田 8:55 ガスdeクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 みちしるべ 40 ひとこと手話 50 暮らしの税 10:00 信州がんフォーラムin上田 11:55 ガスdeクッキング	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきなあれ 40 おはなしランド 7:00 ヤックラと千曲川 8:30 お天気チャンネル 55 ぶちエウ 9:00 レポ 20 お天気 30 funfan!スポーツ 30 おおきなあれ 40 おはなし 10:00 自然環境の変化と信州のチョウ 11:55 ぶちエウ	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 funfan!スポーツ 7:00 自然環境の変化と信州のチョウ 8:55 ぶちエウ 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 funfan!スポーツ 10:00 自然環境の変化と信州のチョウ 11:55 ぶちエウ	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 信州の旧石器を掘る! 8:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエウ 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 40 信州の旧石器を掘る! 11:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエウ	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 KIDS DANCE CONTEST 8:50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 CHALLENGE CUP 11:50 休日当番医	5:30 レポ 50 お天気 6:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 7:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 8:00 おおきなあれ 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話 9:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 10:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 11:00 おおきなあれ 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話	5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 45 はたらきモン 7:00 信州がんフォーラムin上田 8:55 ガスdeクッキング 9:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 45 はたらきモン 10:00 信州がんフォーラムin上田 11:55 ガスdeクッキング
ひる	12:00 まとめてダイジェスト 30 熱中! 45 はたらきモン 13:00 上田藩盗賊改方の判鑑 14:40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング 15:00 上田市興田町山家神社 獅子舞奉納、四之御社祭 16:30 テロップ 55 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 55 ガスdeクッキング	12:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 ひとこと手話 50 暮らしの税 13:00 信州がんフォーラムin上田 14:55 ガスdeクッキング 15:00 信州上田医療センター 病院祭2025より 医療講演 16:30 テロップ 55 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきなあれ 40 おはなしランド 13:00 ヤックラと千曲川 14:55 ぶちエウ 15:00 長和町合併20周年 記念式典 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 funfan!スポーツ 13:00 自然環境の変化と信州のチョウ 14:55 ぶちエウ 15:00 青木村 子権神社秋季例大祭 宵宮祭 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 信州の旧石器を掘る! 14:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエウ 15:00 上田警察署 ふれあいフェスティバル 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 45 ぐるっとふるさと信越 丸子テレビ放送	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 19:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 20:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 21:00 おおきなあれ 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話 22:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 24:50 休日当番医	12:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 13:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 14:00 おおきなあれ 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話 15:00 MIKKE 20 はたらきモン 30 熱中! 45 fun!スポ 16:15 みちしるべ 25 暮らしの税 30 おおきなあれ 40 ななみ 50 手話 17:00 ダイジェ 30 道路 40 おはなし	12:00 まとめてダイジェスト 30 道路情報チャンネル 40 おはなしランド 19:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 20:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 22:20 お天気チャンネル 30 熱中!ティーンズ 45 はたらきモン 23:00 信州がんフォーラムin上田 24:55 ガスdeクッキング
よる	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 55 ガスdeクッキング	18:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 45 ぐるっとふるさと信越 丸子テレビ放送 55 ガスdeクッキング	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 45 美しい、うえだフォト コンテスト2025入賞作品	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 45 ぐるっとふるさと信越 丸子テレビ放送	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 24:50 休日当番医	18:00 まとめてダイジェスト 30 道路情報チャンネル 40 おはなしランド 19:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 20:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 21:00 おおきなあれ 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話 22:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 23:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 24:00 おおきなあれ 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 55 ガスdeクッキング
	19:00~ UCVレポート リピート放送 いつから見て20分間で地域の動きがわかります。							
あさ	22:20 お天気チャンネル 30 熱中!ティーンズ 45 はたらきモン 23:00 上田藩盗賊改方の判鑑 24:40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング	22:20 お天気チャンネル 30 みちしるべ 40 ひとこと手話 50 知って納得!暮らしの税 23:00 信州がんフォーラムin上田 24:55 ガスdeクッキング	22:20 お天気チャンネル 30 おおきなあれ 40 おはなしランド 23:00 ヤックラと千曲川 24:55 ぶちエウ	22:20 お天気チャンネル 30 funfan!スポーツ 23:00 自然環境の変化と信州のチョウ 24:55 ぶちエウ	22:20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 信州の旧石器を掘る! 24:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエウ	22:20 お天気チャンネル 30 CHALLENGE CUP 24:50 休日当番医	22:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 23:00 MIKKE 50 はたらきモン 24:50 休日当番医	22:20 お天気チャンネル 30 熱中!ティーンズ 45 はたらきモン 23:00 信州がんフォーラムin上田 24:55 ガスdeクッキング

	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)	30(日)	
今日の番組	●第79回 ●上田市小学校連合音楽会 (10月24日収録) 6:30~、12:30~ 他 午前 9:30~、15:00~ 他 午後 ●みちしるべ 土砂災害について ●ひとこと手話 ●デリンピックを応援しよう! ●知って納得!暮らしの税 ●「税を考える週間」について ●ガスdeクッキング	●おおきなあれ ●おはなしランド ●マアチュとミイチュと金色の雲 ●上田社会教育大学 ●上田図書館との連携講座 ●第4回 ヤックラと千曲川 ●若下・小牧を中心として ●講師:手塚典子さん (10月25日収録)	●funfan!スポーツ ●中継録画 産業ミライフェス in UEDA 2025 (10月31日収録) ●青木村 子権神社秋季例大祭 ●宵宮祭(10月4日収録) 15:00~	●ななみのなんで? ●東御市ってなんでクシミを ●育てるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座 ●第4回 ●江戸時代の村人のくらし ●「天保三辰年 五人組御仕置帳」より ●講師:矢島節子さん (11月12日収録) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min	●MIKKE×MIKKE ●足湯が楽しめるカフェ?ほか ●第29回上田ロボコン大会 (11月18日収録) ●休日当番医 ●上田市戦没者遺族大会 ●体験報告「93歳が語る満州」 ●報告者:三井謙さん (11月18日収録) 15:00~	●MIKKE×MIKKE ●はたらきモン ●熱中!ティーンズ ●funfan!スポーツ ●みちしるべ ●知って納得!暮らしの税 ●おおきなあれ ●ななみのなんで? ●フラワーアレンジメント ●ひとこと手話 ●おはなしランド	●MIKKE×MIKKE ●はたらきモン ●熱中!ティーンズ ●funfan!スポーツ ●みちしるべ ●知って納得!暮らしの税 ●おおきなあれ ●ななみのなんで? ●フラワーアレンジメント ●ひとこと手話 ●おはなしランド
あさ	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 小学校連合音楽会 午前 8:30 みちしるべ 40 ひとこと手話 50 暮らしの税 55 ガス 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 小学校連合音楽会 午後 11:30 みちしるべ 40 ひとこと手話 50 暮らしの税 55 ガス	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきなあれ 40 おはなしランド 7:00 ヤックラと千曲川 8:30 お天気チャンネル 55 ぶちエウ 9:00 レポ 20 お天気 30 おおきなあれ 40 おはなし 10:00 ヤックラと千曲川 11:55 ぶちエウ	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 funfan!スポーツ 7:00 産業ミライフェスin UEDA 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 funfan!スポーツ 10:00 産業ミライフェスin UEDA	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 江戸時代の村人のくらし 8:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエウ 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 江戸時代の村人のくらし 11:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエウ	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 MIKKE×MIKKE 40 上田ロボコン大会 8:50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 MIKKE×MIKKE 40 上田ロボコン大会 11:50 休日当番医	5:30 レポ 50 お天気 6:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 7:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 8:00 おおきなあれ 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話 9:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 10:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 11:00 おおきなあれ 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話	5:30 レポ 50 お天気 6:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 7:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 8:00 おおきなあれ 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話 9:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 10:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 11:00 おおきなあれ 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話
ひる	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 小学校連合音楽会 午前 14:30 みちしるべ 40 ひとこと手話 50 暮らしの税 55 ガス 15:00 小学校連合音楽会 午後 16:50 ぶちエウ 55 ガス 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきなあれ 40 おはなしランド 13:00 ヤックラと千曲川 14:55 ぶちエウ 15:00 長和町合併20周年 記念式典 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 funfan!スポーツ 13:00 産業ミライフェスin UEDA 15:00 青木村 子権神社秋季例大祭 宵宮祭 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 江戸時代の村人のくらし 14:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエウ 15:00 上田警察署 ふれあいフェスティバル 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 45 ぐるっとふるさと信越 あすみ野テレビ	12:00 UCVレポート 20 MIKKE×MIKKE 40 上田ロボコン大会 14:50 休日当番医 15:00 体験報告 「93歳が語る満州」 16:30 テロップ同観板 55 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	12:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 13:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 14:00 おおきなあれ 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話 15:00 MIKKE 20 はたらきモン 30 熱中! 45 fun!スポ 16:15 みちしるべ 25 暮らしの税 30 おおきなあれ 40 ななみ 50 手話 17:00 ダイジェ 30 道路 40 おはなし	12:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 13:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 14:00 おおきなあれ 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話 22:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 23:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 24:00 おおきなあれ 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話
よる	19:00~ UCVレポート リピート放送 いつから見て20分間で地域の動きがわかります。						
あさ	22:20 お天気チャンネル 30 小学校連合音楽会 午前・午後 23:00 ヤックラと千曲川 24:55 ぶちエウ	22:20 お天気チャンネル 30 おおきなあれ 40 おはなしランド 23:00 ヤックラと千曲川 24:55 ぶちエウ	22:20 お天気チャンネル 30 funfan!スポーツ 23:00 産業ミライフェスin UEDA	22:20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 江戸時代の村人のくらし 24:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエウ	22:20 MIKKE×MIKKE 40 上田ロボコン大会 24:50 休日当番医	22:00 熱中! 15 fun!スポ 45 みちしるべ 55 暮らしの税 23:00 MIKKE 50 はたらきモン 24:00 おおきなあれ 10 ななみ 20 フラワー 50 ひとこと手話	

再放送 中継録画
第43回上田真田まつり

3日(日)
●オープニング、武者行列 7時~、13時~
(主な内容) オープニングセレモニー、上田獅子(常田獅子保存会)、出陣太鼓、出陣の儀、武者行列、居合道演武(国際居合道連盟鶴玉会)、帰陣の儀

●決戦劇、鉄砲演武 10時~、23時~
(主な内容) 決戦劇、神輿渡御(上田睦、民踊流し(上田民踊連合会)、江戸芸かっぱ(梅后流江戸芸かっぱ)笑楽会)、鉄砲演武(信州真田鉄砲隊)

第74回長野県縦断駅伝開催直前SP

12日(土)
16日に行われる第74回長野県縦断駅伝大会に先立ち、地元上田東御小(小島)を含む、出場チームの紹介の他、12から14日に開催されたコース(松本、飯田)の見どころなどを紹介します。

長和町合併20周年記念式典

12日(土)
長和町は平成17年に旧長門町と旧和田村が合併し、今年20周年を迎えました。9月28日に長和町民センターで行われた記念式典の様をお送りします。関係者や来賓から挨拶のほかに、長年町のために尽力した個人・団体への感謝状贈呈、葺木啓夏さんによるミニコンサートなどが行われました。



UCV122 11月番組表

QRコード
ホームページでも
ご覧になれます

1日(土)	2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)
6:00 グリーンファームカレッジ2025 連作障害と 堆肥の基礎知識 8:00 上田千曲高校 吹奏楽班 第16回定期演奏会 10:00 グリーンファームカレッジ2025 千し柿の上手な作り方	6:00 第三中学校 吹奏楽部 第15回 三中コンサート 7:30 第二中学校 吹奏楽部 第19回定期演奏会 10:00 フォルテピアノ Mako Kodama 23:00 <リクエスト放送> 第27回 夢ひろば ハートふる街川辺町 どんとこい祭	6:00 グリーンファームカレッジ2025 連作障害と 堆肥の基礎知識 8:00 第65回 上小中学校 吹奏楽交歓演奏会 午前 ゲスト演奏 午後	6:00 <<令和7年度 中学校文化祭>> 上田市立第一中学校 ステージ発表 8:30 合唱発表会 10:30 上田アンサンブル・ オーケストラ 第17回定期演奏会	6:00 <<令和7年度 中学校文化祭>> 上田市立第二中学校 ステージ発表 7:30 音楽会 吹奏楽部 10:00 令和7年 上田警察署 ふれあいフェスティバル	6:00 <<令和7年度 中学校文化祭>> 上田市立第三中学校 ステージ発表 7:30 吹奏楽部 合唱コンクール 9:30 <<令和7年度 運動会>> 南小学校
7日(金)	8日(土)	9日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)
6:00 <<令和7年度 中学校文化祭>> 上田市立第四中学校 ステージ発表 吹奏楽部 8:00 音楽会	6:00 第48回 上田市高齢者文化祭 ステージ発表 午前 午後	6:00 第51回 上小小学校 管楽器交歓演奏会 午前の部 午後の部	6:00 <<令和7年度 中学校文化祭>> 上田市立第五中学校 ステージ発表 7:00 吹奏楽部 合唱コンクール 10:30 中塩田小学校 盆進まつり	6:00 <<令和7年度 中学校文化祭>> 上田市立第六中学校 ステージ発表 吹奏楽部・合唱部 8:00 合唱発表会	6:00 <<令和7年度 中学校文化祭>> 上田市立塩田中学校 ステージ発表 合唱部・家庭科部・科学技術部 体育ダンス・吹奏楽部 9:00 合唱発表会 15:00 合唱発表会
10:00 グリーンファームカレッジ2025 連作障害と 堆肥の基礎知識	9:30 第二中学校 吹奏楽部 第19回定期演奏会	10:00 第三中学校 吹奏楽部 第15回 三中コンサート	11:00 昔ばなし語りの会 お月お星 はないくさ	9:30 第4回 合唱交流祭	11:00 SUN³フェス UCVのお仕事体験
13日(木)	14日(金)	15日(土)	16日(日)	17日(月)	18日(火)
6:00 <<令和7年度 中学校文化祭>> 上田市立真田中学校 70周年記念式典 ステージ発表Ⅰ・Ⅱ 吹奏楽部 8:30 ステージ発表Ⅲ 合唱コンクール 11:30 昔ばなし語りの会 お月お星 はないくさ	6:00 <<令和7年度 中学校文化祭>> 坂城町立坂城中学校 ステージ発表 8:00 音楽会 吹奏楽部 10:00 上田いすみ合唱団 第8回コンサート	6:00 さかきまち のど自慢大会 8:00 第52回 塩田公民館文化祭 舞台発表 10:00 Takekoの フラワーアレンジメントⅣ 「クリスマス」 11:00 上田市真田町山家神社 四之御柱祭	6:00 <<令和7年度 運動会>> 和リンピック2025 和小学校 9:00 ハナレイ ハワイアンズ 11:00 坂城町吹奏楽団 秋の定期演奏会	6:00 <<令和7年度 中学校文化祭>> 青木村立青木中学校 ステージ発表 8:00 合唱・吹奏楽部 伝統芸能 【義民太鼓、当郷壁塗り踊り】 10:00 とうみ音楽団 10周年記念コンサート	6:00 <<令和7年度 中学校文化祭>> 上田市立菅平中学校 開祭式・音楽会 7:45 学習発表 13:45 希望者発表ステージ 10:00 令和7年 上田警察署 ふれあいフェスティバル
19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	23日(日)	24日(月)
6:00 <<令和7年度 音楽会>> 傍陽小学校 8:00 本原小学校 10:00 長小学校 12:00 塩尻小学校	6:00 <<令和7年度 音楽会>> 城下小学校 8:00 北小学校 10:00 川辺小学校 12:00 西小学校 西小わくわくコンサート	6:00 <<令和7年度 音楽会>> 浦里小学校 8:00 川西小学校 10:00 清明小学校 12:00 神川小学校	6:00 <<令和7年度 運動会>> 坂城幼稚園 8:00 坂城保育園 10:30 村上保育園	6:00 <<令和7年度 運動会>> 南条保育園 8:00 日向幼稚園 ひなた Sports festival 11:00 Takekoの フラワーアレンジメントⅣ 「クリスマス」	6:00 <<令和7年度 音楽会>> 東塩田小学校 8:00 中塩田小学校 10:00 塩田西小学校 12:00 豊殿小学校
25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	30日(日)
6:00 <<令和7年度 音楽会>> 青木小学校 8:00 東小学校 10:00 神科小学校 14:30 上田市下之条 浄庭神楽奉納	6:00 <<令和7年度 音楽会>> 坂城小学校 8:00 村上小学校 10:00 南条小学校 12:00 豊受皇大神宮御遷宮 奉祝大祭	6:00 <<令和7年度 音楽会>> 田中小学校 8:00 北御牧小学校 10:00 滋野小学校 150周年記念式典 13:00 第52回 塩田公民館文化祭 舞台発表	6:00 第53回 坂城町文化祭 芸能公演 午前 No.1~12 午後 No.13~20 11:30 昔ばなし語りの会 お月お星 はないくさ	6:00 グリーンファームカレッジ2025 冬の寄せ植え 8:00 第53回 真田総合文化祭 舞台発表祭 11:00 Takekoの フラワーアレンジメントⅣ 「クリスマス」	6:00 第33回 上野が丘公民館まつり 舞台発表の部 10:00 令和7年度 川西公民館まつり 音楽交流会 「ひびけ川西の空に」 舞台発表

Takekoの フラワーアレンジメントⅣ 「クリスマス」

15日(土) 再23日(日) ほか

シリーズⅣでは、季節や行事に合わせてテーマを決め、器を活かしたアレンジを紹介します。講師は、塩尻地区で教室を開く南澤健子さんです。今回は、黒い木箱に存在感のあるドライフラワーのキングプロテアと造花を使ってシックで華やかなクリスマスアレンジを作ります。



さかきまち のど自慢大会

15日(土) 再12月

10月18日、坂城町商工会では初めてののど自慢大会を開きました。様々な年代の16人が出場し、地元のアーティストもゲスト出演しました。B.1プラザさかきでの賑わいをお届けします。



グリーンファームカレッジ 2025

寄せ植えや家庭菜園に役立つ豊富な基礎知識を学ぶJA信州うえだ主催の教室をお送りしています。

■「連作障害と堆肥の基礎知識」
1日(土) 再3日(月) ほか
気になる連作障害ってどんなものなの？土づくりの基本的な堆肥と合わせ学びます

■「冬の寄せ植え」
29日(土) 再12月
鉢植えはもちろん、人気の生花のリースも挑戦します



おちゃのま展覧会

18時~19時放送

お茶の間が展覧会の会場に大変身！地域の皆さんの美術作品や活動などを写真で紹介する番組です。「この展示がみたい」「私たちの作品も紹介して」などリクエストお待ちしております。



放送予定

- 1日~15日 「2025長大地域づくり水彩画講座OB会作品展」
- 16日~30日 「第48回上田市高齢者文化祭展示作品」

上田ガス キッチンスタジオ

無水デミチキン (無水鍋を使うレシピです)

講師 リンナイ株式会社 滝澤千春さん

<材料・5~6人分>

- 鶏もも肉 …… 500g
- 塩(鶏肉用) …… 小さじ1/2
- こしょう …… 少々
- 玉ねぎ …… 小2個(400g)
- しめじ …… 1袋(120g)
- サラダ油 …… 小さじ2



- 塩(玉ねぎ用) …… 小さじ1
- 赤ワイン …… 大さじ1
- しょうゆ …… 大さじ1
- はちみつ …… 大さじ2
- 中濃ソース …… 大さじ1.5
- カットトマト缶 …… 1缶(400g)
- デミグラスソース缶 …… 1缶(290g)
- ローリエ …… 1枚
- 生クリーム …… 適宜
- パセリ(みじん切り) …… 適宜

【作り方】

- 鶏もも肉は脂肪を取り除いてから一口大に切り、塩、こしょうを揉みこむ。
- 玉ねぎは薄切りにし、しめじは石突きを取り小房に分ける。
- 無水鍋にサラダ油を入れ、②の玉ねぎを入れて塩を振り、全体を混ぜる。
- ③の上に、しめじ、①の鶏肉、【A】、カットトマト缶、デミグラスソース缶、ローリエの順に入れる。
- 蓋をして中火で3分、とろ火で50分煮込む。
- 盛り付け後、生クリームやパセリをかけて出来上がり。

上田ガスの料理教室におじゃまする
◎ガス de クッキング◎

毎週月曜日・火曜日放送(詳細は4・5面)

*料理教室についてのお問合せ 上田ガス(Tel.22-0454)

冬によく耳にする「トラッキング現象」は、コンセントとプラグの接続箇所のホコリが湿気を帯びてシヨートし、発火することです。テレビ裏にあるコンセント

は抜き差しをほとんどしないため、ホコリやチリが溜まりやすい場所です。ホコリがたまって乾いた布でホコリを落としましょう。

電源タップの寿命は約5年と言われているため、コードを動かすと接続している機器が点いたり消えたりする、差込口にゆるみや熱・焦げ・ひび割れ・傷があるなどは、取換えのサインです。

9月に開かれた「サンフェス」に行きました。我が家の子どもが

知ってトクする！UCVの使い方

テレビの周りはチューナーや録画機等のコード類が集まりやすい場所です。

は抜き差しをほとんどしないため、ホコリやチリが溜まりやすい場所です。

電源タップの寿命は約5年と言われているため、コードを動かすと接続している機器が点いたり消えたりする、差込口にゆるみや熱・焦げ・ひび割れ・傷があるなどは、取換えのサインです。

9月に開かれた「サンフェス」に行きました。我が家の子どもが

おちやのま 倶楽部



UCV 取材ノート

ひとこと手話

いよいよ今月15日に「東京2025デフリンピック」が開幕します。「ひとこと手話」では大会に向けて、上田市聴覚障害者協会の牧内智子さんと上田保健福祉事務所の竹内正美さんにご協力いただ

き、手話やデフリンピックについて紹介してきました。私が特に印象に残っているのは、デフリンピックの競技にはランやフラッグを活用するなど、聞こえない選手たちのためにさまざまな工夫があるということ。実際に試合を観戦に行くと、注目してみたいと思えました。みなさんぜひ、番組で紹介したサインエールを使って選手たちを

応援してください！
今回で「ひとこと手話」はひとまず終了です。気軽に手話を学べる機会を作りたいと番組を始めたが、手話の魅力は伝わったでしょうか？今年制定5年を迎えた上田市の「うえだ手話言語情報コミュニケーション条例」やデフリンピックの開催をきっかけに、手話やろう者への理解が広まればと願っています。(関麻耶)

読者発! 視聴者発!

以前テレビをネットにつなげてもらい、大画面でユーチューブを

UCVコーナーのお仕事体験をして、良い思い出になりました！
(上田市 Sさん)



UCV加入者様 プレゼント コーナー

「ワインと温泉セット」を5名様に。(詳細は8面)

【応募方法】

▼住所▼氏名▼年齢▼プレゼント名▼UCVの番組・本紙へのご意見・ご感想を明記

【応募先】

はがき〒386-0012 上田市中中央6-12-6、FAX(25-3243)またはUCVホームページにて

【締切】

11月30日(日)

※応募は1加入につき1回限り。※当選発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。※提供された個人情報をご契約情報確認、賞品発送以外の目的には使用いたしません。

UCVからのお知らせ

設備メンテナンスのため、サービスを一時休止します。ご理解ご協力をお願いいたします。

日時：11月6日(木) 午前0時～午前6時

対象地域：上田市右岸一部地域

対象サービス：インターネット接続を要する各種サービス、ケーブルプラス電話

影響：30分程度のサービス停止が複数回発生

上田映劇 0268-22-0269

作品名	上映日
女性の休日	7日~
おいしい給食 炎の修学旅行	7日~
ヒポクラテスの盲点	7日~
ハウセンカ	7日~
爽子の衝動	7日~
ミゲル・ゴメス アーリーワークス	7日~
アニタ 反逆の女神	14日~
ハード・トゥルース 母の日に願うこと	14日~
次元を超える	14日~
見はらし世代	14日~
ベルトラン・マンディゴ特集	14日~
ウナイ 透明な闇 PFAS 汚染に立ち向かう	14日~
嬉々な生活	17日~
風のマジム	21日~
佐藤さんと佐藤さん	28日~

上田映劇



風のマジム

21日(金)

「南大東島の風に吹かれて育つサトウキビで特別なラム酒を作りたい」と思い立ち、社内のベンチャーコンクールを活用してビジネスを立ち上げ、契約

社員から社長になった女性の実話を元にした作品。平凡に生きてきた主人公伊波まじむの夢と、彼女を支える人々の真心の物語です。

TOHOシネマズ上田 050-6868-5055

作品名	公開日	前売
羅小黑戦記2 ほくらが望む未来	7日	★
トリツカレ男	7日	★
呪術廻戦「渋谷事変 特別編集版」×「死滅回遊 先行上映」	7日	★
プレデター バッドランド	7日	
港のひかり (PG12)	14日	
平場の月	14日	
君の顔では泣けない	14日	★
スプリングスティーン 孤独のハイウェイ	14日	
TOKYO タクシー	21日	★
果てしなきスカレット	21日	
「ガールズ&パンツァー 劇場版」10周年記念上映~バリエーションちよい増し作戦です!~	21日	
兄を持ち運べるサイズに	28日	★
栄光のバックホーム	28日	★
ナイトフラワー (PG12)	28日	★
MGA MAGICAL 10 YEARS ANNIVERSARY LIVE ~ FJORD ~ ON SCREEN	28日	
MGA MAGICAL 10 YEARS DOCUMENTARY FILM	28日	

11月の公開予定 いまどきシネマガイド

※公開日は変更になる場合があります

年間約2,000本!!

地域の情報を毎日お届け!

UCVレポート



初回放送 17時

再放送

18時・19時~22時(リピート放送)
翌日5時30分・6時・9時・12時



地域の企業を小学生が見学



親子リトミックめだかの会
小さなモンスター集會



第39回 上田古戦場ハーフマラソン



県内産のチーズを知って
東御市でチーズフェスティバル

身近なテーマ
で地域に注目!
各種コーナー
も充実



めっけ!

初めて入るのは勇氣がある?
気になるお店を訪ねます。



推しのワイン

ワイナリーを営む人とワインの
魅力を伝えます。



はりきりキッズ!

さまざまな活動に取り組む
子どもたちを紹介します。

初期費用も安心 UCV加入工事費割引キャンペーン実施中

お申込み
お問合せ

上田ケーブルビジョン

TEL.0120-160-074

窓口9時~15時/電話9時~17時(日・祝休)



ホームページ

<https://ucv.co.jp/>

UCV 加入者様プレゼント

応募方法は7面をご覧ください

東御市のワインと温泉を満喫!



※試飲後の車の運転はお控えください

ワイン&ビアミュージアム
ワインテイastingカード
(2,000円チャージ済)

東御市のワイナリー産ワインを中心に、
8種類の試飲が楽しめます。



と 日帰り温泉湯楽里館
入館券2枚

をセットで5名様に

建物の1階が温泉、
2階がミュージアムです。

提供: 湯楽里館

UCVからのお知らせ

デジタルチューナーの訪問交換を行っています

お客様宅を訪問して、対象となるデジタルチューナーを4K対応機器と交換する作業を順次行っています。(交換・設置費は無料です)

訪問交換に際しては事前にUCVより電話連絡をし、訪問日時をご相談の上うかがいます。ご協力をよろしくお願いいたします。

- 訪問前にご連絡の上うかがいます。
- 訪問担当者は「UCV」と明記した身分証明書を携帯しています。気になる場合はご確認ください。
- 事前連絡のお電話は、土日や祝日に差し上げる場合もあります。

