

おちやのましんぶん

5
月号

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
おちやのま倶楽部	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

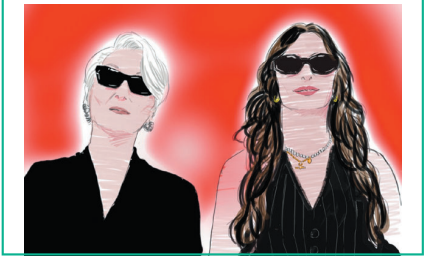
上田ケーブルビジョン
採用情報2027
https://ucv.co.jp/saiyou/
問合せ 0268-23-1600(総務部 江口)

エ・ン・タ・メ・日・和
文・イラスト 田中 渉

20年の時を経て、ついにあの“悪魔”が帰ってきた。2006年の大ヒット映画の続編「プラダを着た悪魔2」が、日米同時公開となり大きな話題を呼んでいる。前作同様、メリル・ストリープ演じるカリスマ編集長ミランダと、アン・ハサウェイ演じるアンディが再び交差する本作は、単なる続編にとどまらない“時代の物語”だ。

デジタル化の波に押され、かつて絶対的権威を誇ったファッション誌『ランウェイ』は存続の危機に立たされる。そこに現れるのが、報道の世界で成功を収めたアンディ。かつての師のもとへ戻る彼女の選択は、救済か、それとも裏切りか。さらに、エミリー・ブラント演じるかつての同僚エミリーはラグジュアリーブランドの幹部として成長し、『ランウェイ』の命運を握る存在となっている。

交錯する三者の思惑は、やがて救済か裏切りかという緊張感へと収束していく。前作で描かれた“夢と現実”の対立から一転、本作が突きつけるのは「成功のその先に何をを選ぶのか」という問いだ。華やかなファッションと鋭い会話劇の裏側で、キャリアと忠誠、そして自己の在り方が激しくぶつかり合う。あの名作が再び突きつけるのは、決して色褪せることのない人生の選択そのものだ。



復興 What does "HUKKOU" mean?
40年?

UCV121 天照山大輪寺 晋山式
30日(土)

上田市中央北にある大輪寺。もともとは砥石城の東麓の畑山にありましたが、戦国武将も答えてもらいました。イマサラキケナイ、上田城のあれこれ。イマサラコソ、聞いてみます。



晋山式当日、新任職は檀家総代役員に先導され、稚児行列をともしない寺へ向かいます。本堂で行われる法要などの模様をお送りします。

「上田城って、いま発掘調査とか旧上田市民会館解体とかを進めてるじゃないですか。でも、なんだかずつと復興してませんか? 復興400年ってなんですか?」
そんな疑問を真正面からぶつけるお相手は、上田城復元に取り組み皆さんです。その懐の深さに甘えて、ちょっとだけ踏み込みます。

第1回は「復興400年」の意味と、上田市が目指すお城のかたちに迫ります。櫓(やぐら)復元への道はまさにイバラの道だとか。どうしてそんなに難しいの? そんな疑問にも答えてもらいました。

四季折々の自然に包まれ市民の憩いの場となっている上田城跡公園。そこに姿を残す上田城は、今年復興400年を迎えます。ところで復興400年とはどういうことでしょうか? 知っているようで知らない、素朴な疑問を明らかにする新番組が始まります。

UCV121 新番組
イマサラキケナイ上田城
2日(土) 9日(土)

UCV122 12日(水)~(予定)
令和8年度 小学校入学式
4月6日に行われた小学校入学式の模様をお送りします。放送日時6面をご覧ください。

「スーパードラマTV」放送終了と新チャンネル開始のお知らせ

多チャンネルパック及びファミリーパックで放送の「スーパードラマTV」は、番組供給元の都合により2026年6月をもって放送を終了することとなりました。これに伴い2026年7月から、海外アクションドラマ専門チャンネル「アクションチャンネル」の放送を開始します。また多チャンネルパックの<エンジョイプラス><ワイド>コースに、世界各国の上質なミステリードラマをお届けする「ミステリーチャンネル」を追加いたします。

■終了チャンネル 2026年6月30日(火)終了
「スーパードラマTV」(CATV124/231)

■新チャンネル 2026年7月1日(水)開始
①「アクションチャンネル」(CATV148/232)
多チャンネルパック、ファミリーパックで放送
②「ミステリーチャンネル」(CATV153)
多チャンネルパック(エンジョイプラス/ワイド)で放送

「スーパー!ドラマTV」カスタマーセンター
0570-002-679/03-6630-6299(10時~20時 年中無休)

真田昌幸が上田築城の際に、夫人(寒松院)の願いによつて現在地に再建したと伝わります。

17日には、30年ぶりに新たな住職が寺に入る晋山式が行われます。これに先立ち、実行委員会などが中心となって境内や中門の改修工事等大がかりな準備を進めてきました。

東御市在住の気象

UCV112 Weekly!とつみ 新コーナー
毎日6時・12時・18時(毎週金曜日更新)

東御市の情報をお伝えするニュース番組「Weekly!とつみ」では、4月から新コーナーをお届けしています。

◎雷ちゃんイマこれ!
道の駅 雷電くるみの里に並ぶ旬の野菜や花の情報。

◎教えて!小菅さん
東御市在住の気象

予報士 小菅毅さん(写真)による、気象・自然の話題。

◎東御消防署からのお知らせ

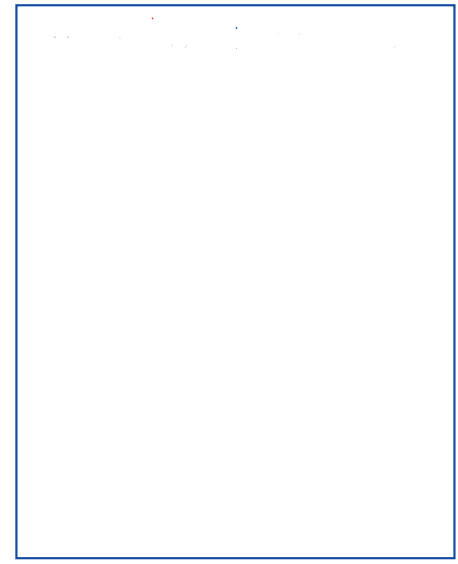
※「推しのワイン」「図書館だより」も引き続きお送りします。

個性あふれるチャンネルがいっぱい!
テレビがもっと楽しくなる

UCVの多チャンネルパック

人気のチャンネルがいっぱい
ジャンルが選べる4コース
全チャンネルハイビジョン

詳しくはこちら



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。

総合スポーツ番組 fun! fan! スポーツ

放送日 7日(木) 14日(木)

地域のスポーツの話をお送りします。コーナー「ちゃれスポ」では、ボウリングをアレンジした「スマイルボウリング」に挑戦します。直径約11センチ、重さ約1キログラムのボールを投げてゲートを通り抜け、10本のピンを倒します。上田市内で開かれた大会の参加者と一緒に、誰でも手軽に楽しめる競技の魅力をお伝えします。ほかに、第12回太郎



山登山競走についてもお送りします。

るこ)にあるのになんで
「丸子(まりこ)なの?
ほかに、地域の気

ななみのなんで?
丸子(まりこ)ってなん
でこの名前? 上田地域
の気になる名前紹介

1日(金) 8日(金)

上田地域のなんで?
と思うモノ・コト・ヒト
を紹介する番組です。
上田市丸子地域にあ
るワイナリー「丸子ワ
イナリー」は、丸子(ま



なる名前について番組
スタッフが調査します。
「みちしるべ」
「防災・減災を考える」
「山間部での被災について」
5日(火) 12日(火)

はたらきモン 美しく使いやすい洗面台つて?の巻

放送日 10日(日) 11日(日)

機械や道具など仕事
に欠かせないもの(「モ
ン」)に注目しながら、
地域のお仕事の現場を
紹介します。

今回紹介するのは、
東御市に工場がある株
式会社エコーロールで
す。学校や病院、市役
所などの建物の洗面台
を手掛けています。
毎日何気なく使って
いる洗面台は、形や仕
上げの方法で使い心地
が大きく違ってきま
す。どんなことに気を
付けているのでしょ



エコーロール(東御市工場)
美しく使いやすい洗面台つて?の巻

う? 2月に和小学校
の近くに移動したばか
りの工場で、なにモン
と一緒に「洗面台」の
仕事現場に潜入だ!!

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



子どもたちの上下校を預守る
和んばく見守り隊 紹介式

上田地域の出来事や
学校行事、さまざまな取
組みなどを毎日お伝えす
るニュース番組です。
今月は消防ポンプ操
法・ラッパ吹奏大会に向
け練習に励む消防団の皆
さんを紹介しています。

コーナー紹介 STOP!電話でお金詐欺

上田警察署生活安全課
の協力のもと、上田地域で
起きた詐欺の被害や前兆
事案について傾向や対策を
紹介します。



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。



おおくなあれ たちばな幼稚園

6日(水) 13日(水)

上田市中央の本陽寺
敷地内にあるたちばな
幼稚園は、仏教の教え
を大切にしています。
お釈迦様の誕生を祝う
「お花まつり」で甘茶
かけなどを行う園児の
様子をお送りします。

おはなしランド 『そうた大泣き』

13日(水) 20日(水)

兄さんの大事にして
いるゲーム機を勝手に
いじって怒られ、げん
こつをもらってしまっ
たそうた。
くやしくてなみだが
かれるほど大声で泣い
ていると、「おれを呼
んだのは誰だ!」と空
じゅうに響く大きな声
が聞こえてきた。



作 田中和子
絵 今日子
朗読 高橋良子

UCVアーカイブス 2004年5月

毎週日曜日

これまでに放送した
UCVレポートを、1
週間ずつまとめて放送
します。

ぷちエク

月~土

おうちで簡単にでき

熱中1ティーンズ 総文祭2026

放送日 4日(月) 11日(月)

高校生の芸術文化活
動の祭典「全国高等学
校総合文化祭」(総文
祭)が7月に秋田県で
開催されます。1月に
開かれた長野県高等学
校美術展では、県内の
美術班・部の生徒によ
る作品156点の展示が
あり、その中から7点の
総文祭出品が決まりま
した。上田市からは、
上田高校の2人が県代
表に選ばれました。



身の作品を解説して
もらいます。

MIKKEXMIKKE
放送休止のお知らせ
グルメやアクティビ
ティ情報をお送りして
きたMIKKE×MI
KKEは放送を休止
いたします。これまで
ご覧いただきありがと
うございました。
姉妹番組「めつけ!」
(UCVレポート内コ
ーナー)は引き続きお
送りします。
※3月放送の
など各々の答え
はこちらから。



赤松小三郎講座(一挙再放送) ▶放送日 1日(金)

第1回	赤松小三郎と天文 講師 町田啓さん
第2回	赤松小三郎と山本覚馬の管見 講師 高橋聡さん
第3回	赤松小三郎と小野友五郎 ~人生を分けたもの~ 講師 関口哲男さん

令和7年度 県立歴史館講座(一挙再放送) ▶放送日 6日(水)

第1回	今、信州の旧石器がおもしろい! 講師 大竹憲昭さん(考古資料課)
第2回	令和7年度夏季企画展 安曇野一知られざる里山の祈りー 講師 小林寿英さん(当館総合情報課)
第3回	信州の旧石器を掘る! 講師 鶴田典昭さん(おぶせミュージアム・中島千波館館長)
第4回	館蔵品 原始ー開館30年のあゆみ IIー 講師 町田勝則さん(総合情報課)
第5回	丸山晩霞と日本の水彩画 講師 林誠さん(長野県立歴史館 総合情報課)
第6回	日本列島最古の石刃石器群ー佐久市香坂山遺跡ー 講師 久保浩一郎さん(佐久市教育委員会)
第7回	縄文時代の社会を考えるージェンダー、階層、そして戦争と平和ー 講師 水沢教子さん(長野県立歴史館 総合情報課長)

千曲公園100周年 記念講演

11日(月) 18日(月)



上田市小泉の「岩
鼻」の頂上にある千曲
公園は、1926(大正
15)年に地域の人たち
が土地を寄付し開園し
ました。公の立場ではな
い地元有志が公園を作
るといいうのは全国的に
も珍しい取組みでした。
4月12日に行われた
千曲公園100周年記
念式典の様をお送り

します。
講師 和根崎剛さん
(上田市檜元室室長)
第20回 環境マネジメント
全国学生大会
めぐる水。紡ぐ未来
キャンパスから始める
カーボンニュートラル
21日(木) 28日(木)
信州大学上田キャン
パスで9日(土)、「環
境マネジメント 全国
学生大会」が開かれ、
学生たちが活動紹介や
意見・情報交換を行
います。基調講演とグル
ープワークなどの模様
をお送りします。

基調講演

アースポジティブな未
来を実現するアクアリ
ジェネレーション
ソーリユーションをひら
く信大クリスタル
◎講師 手嶋勝弥さん
(信州大学アクア・リジ
エネレーション機構長)

UCV112のみどころ

東御市の行事や発表会を放送



令和2年に、東御市在住者を中心に結成したマンドリンやギターで演奏するオーケストラ「マンドリーノ・青いくるみ」。5月17日に、東御市文化会館で5回目の定期演奏会を開きます。

ステージではクラシックやポップス、歌謡曲などを3部構成で演奏します。美しい音色をお楽しみください。

マンドリーノ・青いくるみ 第5回定期演奏会

30日(土)

放送日	月間番組表(放送時間 9:00・15:00・21:00)
1日(金)	東御市消防団音楽隊 2026防火コンサート
2日(土)	信州御牧太鼓保存会発表会2026
3日(日)	令和7年度東御市鳥獣被害対策講演会「シカ・イノシシ・クマ・中型獣カラス等の生態及び対策」 講師 柳澤俊一さん(株式会社ういるこ)
4日(月)	月刊とうみチャンネル4月号 前半
5日(火)	月刊とうみチャンネル4月号 後半
6日(水)	市民公開講座 わたしとあなたをつなぐACP(人生会議) 講師 荻原菜緒さん(医師)
7日(木)	令和7年度災害ボランティア養成講座 地域の防災を考える住民セミナー「地域の防災力を高めよう」 講師 渡邊卓志さん(長野県危機管理部長)
8日(金)	第19回桜コンサート
9日(土)	令和8年度入学式 東御市立田中小学校
10日(日)	令和8年度入学式 東御市立滋野小学校
11日(月)	令和8年度入学式 東御市立津津小学校
12日(火)	令和8年度入学式 東御市立和小学校 東御市令和8年度重点事業(10:00・16:00・22:00)
13日(水)	令和8年度入学式 東御市立北御牧小学校 東御市令和8年度重点事業(10:00・16:00・22:00)
14日(木)	国際女性デー×子育てフォーラム 特別講演「家事育児と男性性「男らしさ」はアップデートできるか」 講師 植田晃博さん(一般社団法人チェンジングメン)
15日(金)	健康づくり講演会「知って安心 がんの基礎知識」 講師 近藤沙織さん(佐久医療センター産婦人科医師)
16日(土)	2026津津東町歌舞伎公演 「三番叟」・「忠臣蔵」 津津小学校歌舞伎クラブ
17日(日)	2026津津東町歌舞伎公演 「御所桜堀川夜討-三段目 弁慶上使-」 津津東町歌舞伎保存会
18日(月)	第19回桜コンサート
19日(火)	東御市文化協会 総合文化フェスティバル2026 前半
20日(水)	東御市文化協会 総合文化フェスティバル2026 後半
21日(木)	令和8年度入学式 東御市立田中小学校
22日(金)	令和8年度入学式 東御市立滋野小学校
23日(土)	令和8年度入学式 東御市立津津小学校
24日(日)	令和8年度入学式 東御市立和小学校
25日(月)	令和8年度入学式 東御市立北御牧小学校
26日(火)	2026津津東町歌舞伎公演 「三番叟」・「忠臣蔵」 津津小学校歌舞伎クラブ
27日(水)	2026津津東町歌舞伎公演 「御所桜堀川夜討-三段目 弁慶上使-」 津津東町歌舞伎保存会
28日(木)	とうみ歴史研究会 記念講演会 「東御市の東山道」 講師 櫻井秀雄さん(長野県立歴史館考古資料課長)
29日(金)	健康づくり講演会「知って安心 がんの基礎知識」 講師 近藤沙織さん(佐久医療センター産婦人科医師)
30日(土)	マンドリーノ・青いくるみ 第5回定期演奏会
31日(日)	令和7年度県立歴史館講座 第5回 「丸山晩霞と明治の水彩画 時を超えて輝き続ける「みつ系(水絵)」の名品」 講師 林誠さん(長野県立歴史館学芸員)

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世帯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

◆第12回太郎山登山競走
25日(月)～31日(日)予定

太郎山の山頂を目指して、スタート地点の大神社から駆け上がり、タイムを競う大会の様子をお届けします。

◆「市政企画番組」、「テレビ版広報うえだ」、「サントミューゼニュース」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


◆青木小学校入学式
5日(火)

◆五島慶太の日トクイベント「東急100年史から見る信州と五島慶太」
10日(日)

講師 竹内敏浩さん(東急株式会社社長室 元「東急100年史」編集担当) 東急グループ慶太塾企画室長

◆あおトピ 毎日6時・12時・18時・21時

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23回上田城千本桜まつり 演奏会

4月4日～12日に行われた上田城千本桜まつりから、やぐら下芝生広場で開かれた2つの演奏会を放送します。



第19回 桜コンサート
◎5日(火) 11日(月)
4月11日、13日の中学校の吹奏楽部が演奏を披露しました。

(参加中学校)
青木／北御牧／第三／丸ノ子／真田／第一／第二／第五／第六／塩田／東部／第四／依田窪南部

第27回 上田城太鼓まつり 春の陣

◎9日(土) 16日(土)
4月12日の上田城太鼓まつりの模様をお届けします。

(参加団体)
信州真田六文銭太鼓保存会／三好町やまびこ太鼓／信州上田原合戦太鼓保存会／丸ノ子太鼓鼓城／室賀の里豊年太鼓／上田原古戦場太鼓保存会／岡城夢太鼓／信州上田真田陣太鼓保存会／東山道浦野宿勇太鼓／信濃之國神川

長野大学吹奏楽部 第31回 定期演奏会

9日(水) 24日(日)

サントミューゼで3月29日に開かれた長野大学吹奏楽部による演奏会の模様をお送りします。

長く開催が途絶えていた定期演奏会ですが、少しずつ部員が増えて20年ぶりに復活。OB、OGや上田市消防団音楽隊などほかの団体も出演し、美しいハーモニーをホールに響かせました。

コンサート・イベント

放送日	コンサート・イベント名	収録日
4日(月)	日本舞踊と三味線の集い	4/4
10日(日)	第13回 お寺でジャズ	4/12
	二声会 お花見コンサート	4/11
	坂城町吹奏楽団 春の定期演奏会	4/11
17日(日)	第61回 上田民踊まつり	4/18
	上田仏教会 お花まつり	4/19
23日(土)	上田アンサンブル・オーケストラ 第18回定期演奏会	4/26
	第67回 上下三曲協会 邦楽演奏会	4/26
31日(日)	第23回 石神文化祭	4/26

保育園・幼稚園

放送日	園名
3日(日)	令和8年度入園式 坂城幼稚園 信学会上田南幼稚園

小学校入学式

放送日	学校名	放送日	学校名
12日(火)	和小 津津小 滋野小 北御牧小	18日(月)	北小 清明小 豊殿小 神科小
13日(水)	田中小 南条小 坂城小 村上小	19日(火)	塩尻小 東小 西小 南小
14日(木)	川西小 中塩田小 東塩田小 塩田西小	20日(水)	長小 傍陽小 本原小 菅平小
15日(金)	神川小 青木小 城下小 川辺小		(予定)

近隣CATV

CATV003 丸ノ子テレビ

◆中丸子ふれあい広場春まつり
9日(土) 9時・13時・19時・22時
10日(日) 10時・13時・19時・22時

◆丸子少年野球大会 開幕式と開幕試合
23日(土) 9時・13時・19時・22時
24日(日) 10時・13時・19時・22時

◆国指定重要無形民俗文化財「雨宮御神事」
30日(土)・31日(日) 10時・19時

◆屋代高校・附属中

地上111 あおきチャンネル

市内の保育園・幼稚園に通う「千曲っ子」の園生活に密着！外遊びや給食、お昼寝など普段見ることができない子どもたちの様子をお届けします。

◆千曲ニュース 毎週月～金 17時、18時、21時ほか

ホームページでも
ご覧いただけます



番組表 UCV121

	17(日)	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)	24(日)
今日の番組	●イマサラキケナイ上田城 ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●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 ●おはなしランド ●UCVアーカイブス 12:30~	●熱中!ティーンズ ●はたらきモン エクロール ●市民公開講座 わたしとあなたをつなぐACP (人生会議) 講師:荻原菜緒さん ●ガスdeクッキング (協力:上田ガス) ●千曲公園100周年 記念講演 講師:和根崎剛さん (4月12日収録) 15:00~	●みちしるべ ●知って納得!暮らしの税 ●おはなしランド そうた大泣き ●令和7年度 県立歴史館講座 第4回 7:00~、12:00~ 他 今、信州の旧石器がおもしろい 第5回 10:00~、15:00~ 他 安曇野 知られざる里山の折り ●ガスdeクッキング	●おおきくなあれ ●おはなしランド そうた大泣き ●令和7年度 県立歴史館講座 第4回 7:00~、12:00~ 他 今、信州の旧石器がおもしろい 第5回 10:00~、15:00~ 他 安曇野 知られざる里山の折り ●fun!fun!スポーツ ●第20回環境マネジメント 全国学生大会 (5月9日収録) ①開会式、基調講演 7:00~、13:00~ ②学生団体活動紹介 他 10:00~、23:00~ ●第1回蚕都上田講座 15:00~	●ななみのなん? ●腕子ワイナリーって なんてこの名前? ●公文書館講座 第23回企画展の解説 講師:倉澤正幸さん (5月9日収録) ●ウィークリーとうみ ●知って安心 がんの基礎知識 講師:近藤沙織さん 15:00~ (佐久医療センター医師)	●イマサラキケナイ上田城 ●坂城とその周辺の旗塚 講師:町田ゆかりさん (4月19日収録) ●休日当番医 ●信州上田医療センター 市民講座 痛み止めの使い方 15:00~ ●県政広報番組 信州のチカラ 16:00~	●イマサラキケナイ上田城 ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●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 ●おはなしランド ●UCVアーカイブス 12:30~	
	あさ	5:30 レポ 50 お天気 6:00 レポ 20 お天気 30 上田城 50 熱中! 7:05 はたらきモン 15 fun!スポ 45 みちしるべ 8:00 暮らしの税 05 おおきく 15 ななみ 25 フラワー 9:00 レポ 20 お天気 30 上田城 50 熱中! 10:05 はたらきモン 15 fun!スポ 45 みちしるべ 11:00 暮らしの税 05 おおきく 15 ななみ 25 フラワー	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 55 ガスdeクッキング 7:00 わたしとあなたをつなぐACP 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 55 ガスdeクッキング 10:00 わたしとあなたをつなぐACP	5:30 レポ 50 お天気 55 ガス 6:00 レポ 20 お天気 30 みちしるべ 45 暮らしの税 50 津津東町歌舞伎公演 三番叟、子ども歌舞伎 8:30 信州上田医療センター 市民講座 痛み止め 55 ガスdeクッキング 9:00 レポ 20お天気 30 みちしるべ 45 暮らしの税 50 津津東町歌舞伎保存会 御所桜堀川夜討 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 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 県立歴史館講座 第4回 8:50 ぶちエウ 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 県立歴史館講座 第5回 11:50 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 環境マネジメント① 8:50 ぶちエウ 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 環境マネジメント② 40 坂城10min 50 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 公文書館講座 8:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエウ 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 40 公文書館講座 11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 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 イマサラキケナイ上田城 50 坂城とその周辺の旗塚 8:50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 信州上田医療センター 市民講座 痛み止めの使い方 50 坂城とその周辺の旗塚 11:50 休日当番医
ひる	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 UCVアーカイブス 過去のUCVレポートから 15:00 イマサラキケナイ上田城 20 熱中!ティーンズ 35 はたらきモン 45 fun!スポ 16:15 みちしるべ 30 暮らしの税 35 おおきく 45 ななみ 17:00 まとめてダイジェスト 30 おはなし 45 道路情報	12:00 まとめてダイジェスト 30 熱中! 45 はたらきモン 55 ガスdeクッキング 13:00 わたしとあなたをつなぐACP 15:00 千曲公園100周年 45 信州健康レポート 16:30 テロップ 45 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 55 ガス	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 45 暮らしの税 50 津津東町歌舞伎公演 三番叟、子ども歌舞伎 14:55 ガスdeクッキング 15:00 信州上田医療センター 市民講座 痛み止め 16:30 テロップ 50 ぶちエウ 17:00 レポ 20 お天気 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 おおきくなあれ 40 おはなしランド 13:00 県立歴史館講座 第4回 14:50 ぶちエウ 15:00 県立歴史館講座 第5回 16:30 テロップ 50 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 環境マネジメント① 14:50 ぶちエウ 15:00 第1回蚕都上田講座 16:30 テロップ 50 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 ななみのなん? 40 公文書館講座 14:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエウ 15:00 知って安心 がんの基礎知識 16:30 テロップ 50 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 UCVアーカイブス 過去のUCVレポートから 15:00 イマサラキケナイ上田城 20 熱中!ティーンズ 35 はたらきモン 45 fun!スポ 16:15 みちしるべ 30 暮らしの税 35 おおきく 45 ななみ 17:00 まとめてダイジェスト 30 おはなし 45 道路情報	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 55 ガスdeクッキング 18:00 まとめてダイジェスト 30 おはなしランド 45 道路情報チャンネル 19:00 まとめてダイジェスト 30 上田城 50 熱中! 20:05 はたらきモン 15 fun!スポ 45 みちしるべ 21:00 暮らしの税 05 おおきく 15 ななみ 25 フラワー 22:00 まとめてダイジェスト 30 上田城 50 熱中! 23:05 はたらきモン 15 fun!スポ 45 みちしるべ 24:00 暮らしの税 05 おおきく 15 ななみ 25 フラワー
	よる	18:00 まとめてダイジェスト 30 おはなしランド 45 道路情報チャンネル 19:00 まとめてダイジェスト 30 上田城 50 熱中! 20:05 はたらきモン 15 fun!スポ 45 みちしるべ 21:00 暮らしの税 05 おおきく 15 ななみ 25 フラワー 22:00 まとめてダイジェスト 30 上田城 50 熱中! 23:05 はたらきモン 15 fun!スポ 45 みちしるべ 24:00 暮らしの税 05 おおきく 15 ななみ 25 フラワー	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 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 熱中!ティーンズ 45 はたらきモン 23:00 わたしとあなたをつなぐACP	18:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 45 くるっとふるさと信越 あづみ野テレビ 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 45 知って納得!暮らしの税 50 津津東町歌舞伎保存会 御所桜堀川夜討	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 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 23:00 環境マネジメント②	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 くるっとふるさと信越 あづみ野テレビ 24:10 ウィークリーとうみ 50 ぶちエウ	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 休日当番医 22:20 お天気チャンネル 30 イマサラキケナイ上田城 50 坂城とその周辺の旗塚 24:50 休日当番医

	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)	31(日)
今日の番組	●熱中!ティーンズ ●はたらきモン エクロール ●東信地区ハモニカ交流 コンサート 前半 7:00~、13:00~ 後半 10:00~、23:00~ ●ガスdeクッキング (協力:上田ガス) ●千曲公園100周年 記念講演 講師:和根崎剛さん (4月12日収録) 15:00~	●みちしるべ ●知って納得!暮らしの税 ●津津東町歌舞伎公演 三番叟、子ども歌舞伎 6:50~、12:50~ 津津東町歌舞伎保存会 9:50~、22:50~ ●信州上田医療センター 市民講座 痛み止めの使い方 8:30~、15:00~ ●ガスdeクッキング	●おおきくなあれ ●おはなしランド そうた大泣き ●令和7年度 県立歴史館講座 第6回 7:00~、13:00~ 他 日本最古の石臼石臼群 第7回 10:00~、15:00~ 他 縄文時代の社会を考える	●fun!fun!スポーツ ●第20回環境マネジメント 全国学生大会 (5月9日収録) ①開会式、基調講演 7:00~、13:00~ ②学生団体活動紹介 他 10:00~、23:00~ ●知って安心 がんの基礎知識 講師:近藤沙織さん 15:00~ (佐久医療センター医師)	●ななみのなん? ●腕子ワイナリーって なんてこの名前? ●公文書館講座 第23回企画展の解説 講師:倉澤正幸さん (5月9日収録) ●ウィークリーとうみ ●第1回蚕都上田講座 15:00~	●イマサラキケナイ上田城 ●天照山大輪寺 晋山式 (5月17日収録) ●休日当番医 ●信州上田医療センター 市民講座 痛み止めの使い方 15:00~ ●県政広報番組 信州のチカラ 16:00~	●イマサラキケナイ上田城 ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●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 ●おはなしランド ●UCVアーカイブス 12:30~
	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 7:05 ハモニカコンサート 前半 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 ハモニカコンサート 後半 11:40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング	5:30 レポ 50 お天気 55 ガス 6:00 レポ 20 お天気 30 みちしるべ 45 暮らしの税 50 津津東町歌舞伎公演 三番叟、子ども歌舞伎 8:30 信州上田医療センター 市民講座 痛み止め 55 ガスdeクッキング 9:00 レポ 20お天気 30 みちしるべ 45 暮らしの税 50 津津東町歌舞伎保存会 御所桜堀川夜討 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 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 県立歴史館講座 第6回 8:50 ぶちエウ 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 県立歴史館講座 第7回 11:50 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 環境マネジメント① 8:50 ぶちエウ 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 環境マネジメント②	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 公文書館講座 8:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエウ 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 40 公文書館講座 11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 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 イマサラキケナイ上田城 50 天照山大輪寺 晋山式 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 信州上田医療センター 市民講座 痛み止め 50 天照山大輪寺 晋山式 16:00 県政広報番組 信州のチカラ 30 テロップ 50 ぶちエウ 17:00 UCVレポート
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 ハモニカコンサート 前半 14:40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング 15:00 千曲公園100周年 16:30 テロップ 50 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 おおきくなあれ 45 暮らしの税 50 津津東町歌舞伎公演 三番叟、子ども歌舞伎 14:55 ガスdeクッキング 15:00 信州上田医療センター 市民講座 痛み止め 16:30 テロップ 50 ぶちエウ 17:00 レポ 20 お天気 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 おおきくなあれ 40 おはなしランド 13:00 県立歴史館講座 第6回 14:50 ぶちエウ 15:00 県立歴史館講座 第7回 16:30 テロップ 50 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 環境マネジメント① 14:50 ぶちエウ 15:00 知って安心 がんの基礎知識 16:30 テロップ 50 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 ななみのなん? 40 公文書館講座 14:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエウ 15:00 第1回蚕都上田講座 16:30 テロップ 50 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 UCVアーカイブス 過去のUCVレポートから 15:00 イマサラキケナイ上田城 20 熱中!ティーンズ 35 はたらきモン 45 fun!スポ 16:15 みちしるべ 30 暮らしの税 35 おおきく 45 ななみ 17:00 まとめてダイジェスト 30 おはなし 45 道路情報	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 まとめてダイジェスト 30 上田城 50 熱中! 20:05 はたらきモン 15 fun!スポ 45 みちしるべ 21:00 暮らしの税 05 おおきく 15 ななみ 25 フラワー 22:00 まとめてダイジェスト 30 上田城 50 熱中! 23:05 はたらきモン 15 fun!スポ 45 みちしるべ 24:00 暮らしの税 05 おおきく 15 ななみ 25 フラワー
	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 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 30 道路情報 45 く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 熱中!ティーンズ 45 はたらきモン 23:00 ハモニカコンサート 後半 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 30 道路情報チャンネル 23:00 環境マネジメント②	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 く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 公文書館講座 24:10 ウィークリーとうみ 50 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 く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 公文書館講座 24:10 ウィークリーとうみ 50 ぶちエウ	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 休日当番医 22:20 お天気チャンネル 30 イマサラキケナイ上田城 50 天照山大輪寺 晋山式

市民公開講座 わたしとあなたをつなぐACP(人生会議)

4日(月) 再18日(日)

もしもの時に備えて何かを決めるのではなく、自分や大切な人が望む医療やケアを共に考え、知ることを。大切な人生観を日常の中で話題にし、周りの人と共有することでACP(アドバンスケアプランニング)が注目されています。自分らしく病気の向き合い方を決め、出身地である軽井沢町で診療に携わる「ほろのロッチの診療所」医師 荻原菜緒さんが「わたしとあなたをつなぐACP(人生会議)」をテーマに東御市総合福祉センターで講演した市民公開講座の様をお送りします。

7日(水) 再14日(水)

塩田の歴史・文化を学ぶ集い

上田市塩田地域の有志が、地元(歴史や文化)の学びを深めようと毎月開いている講演会です。今回は、上田招魂社宮司の甲田圭吾さんが、「日本神話に登場する神々と神社」と題して講演をします。

Table with 8 columns (1(金) to 8(金)) and 3 rows (今日の番組, あさ, ひる). Each cell contains program titles, times, and channel information.

Table with 8 columns (9(土) to 16(土)) and 3 rows (今日の番組, あさ, ひる). Each cell contains program titles, times, and channel information.

*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。

上田ガス キッチンスタジオ

そら豆と桜えびの炊き込みご飯

講師 王鷲美穂さん



<材料・3合分>

- そら豆 5~6本
- 桜えび 10g
- 米 3合
- 塩 少々を3回
- 酒 大さじ3

【作り方】

- ① そら豆はさやから取り出し、薄皮をむく。
- ② 桜えびを耐熱皿に入れてラップをせずに電子レンジで600W30秒加熱する。
- ③ 米を洗って水を切り、塩・酒を入れてから3合の目盛りまで水を入れる。
- ④ ③に②の桜えびを入れて炊飯する。
- ⑤ 炊きあがったらすぐに①のそら豆を入れ、蓋をして10分蒸らしてから混ぜ合わせる。(ガスで炊く場合は、蒸らしモードに入ってから、そら豆を入れる)

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)

おちやのま 倶楽部



アプリの削除と解約は違う?!?

これまで「自分にはネット動画(サブスク)など必要ない」と思っていたけれど、3月のWBC独占配信をきっかけにネットフリックスの契約したという方も多いのではないのでしょうか。UCVにも視聴についての相談が多く寄せられました。今回は、サブスクの契約を止める際に「アプリを削除するだけで

なるほど！マメ知識

は解約にならない」ということについて説明します。

アプリの削除は、例えるなら、届いた新聞を読まずに古紙回収に出すようなもの。販売店に購読中止の連絡をしない限り、配達も料金の請求も続いてしまいます。月額料金を支払って利用するサブスクも同様に、アプリや公式サイトの設定画面

UCV 取材ノート

ななみのなんで?

番組が始まってから約3年に渡り、宮下さんと一緒にたくさんの「なんで?」を調べてきました。4月からは金井さんが相棒になり、金井さん目線の「なんで?」が新鮮に感じられます。

今までは宮下さんに引張ってもらっていましたが、これからは自分のカラーをもっと出しつつ、地域の魅力や面白さをより深くお伝えしていきたいと思えます。(齋藤菜名 美)

今月放送する梶子ワイナリーの名前の由来もずっと気になっていたものです。調べてみると：思ってもいなかった意外な理由が分かりました！まだまだ地域で気になること、不思議だなと思うこと、たくさんあります。シン・ななみのなんで?に期待してください！(金井博紀)

読者発! 視聴者発!

4月に入学する孫が遊びに来て「今日の給食」を嬉しそうに見ていました。きつと小学校への期待がふくらんだことでしょう。(上田市 Aさん)

「キッチンスタジオ」の高橋順子さんのファンになり、上田自由塾



UCV 加入者様 プレゼント コレセット

JLPGA ステップ・アップ・ツアー ルーティンカップ 上田丸子 グランヴィリオリ デイリースー1日観覧券を10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, F A X (25・3243) または UCV ホームページにて

【締切】5月31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、電話サービスがご利用いただけない場合があります。ご理解ご協力をお願いいたします。

- 日時：5月27日(水) 午前2時～午前6時
- 対象サービス: ケーブルプラス電話

当該時間帯以下の事象が発生した場合、電話をご利用いただけません。(事象がなければ影響はありません)

- 停電/復電
- 端末機器(HGW)の電源OFF/ON
- 伝送路の切替

上田映劇 0268-22-0269

作品名	上映日
花様年華 25周年特別版	1日~
ペリカン・ブルー ~自由への切符~	1日~
ヨアキム・トリアー オスロ三部作	1日~
ヴィットリア 抱きしめて	8日~
Riceboy ライスボーイ	8日~
マダム・ソフ・セヴェンヌ	8日~
愛のごとく (R15+)	8日~
ツイッギー	8日~
わたしの頭はいつもうるさい	9日~
生きているんだ友達なんだ	9日~
カミング・ホーム	15日~
ひなぎく 4Kレストア版	15日~
今は昔、栄養映画館の旅	22日~
人生フルーツ	22日~
ザッケン!	29日~

上田映劇 マダム・ソフ・セヴェンヌ 8日(金) 神々しい白さと豊かな光沢。軽くて強い特性を持ち、世界一美しい絹と謳われたロココ時代の伝説の絹「セヴェンヌ」。300年の時を経て、日本で蘇った。 伝統と技術を未来に繋ごうと、シルク産業にかかわる日仏の養蚕家、製糸・織物職人、染色家、研究者らの取り組みを取材したドキュメンタリー。

TOHOシネマズ上田 050-6868-5055

作品名	公開日	前売
プラダを着た悪魔2	1日	
未来 (PG12)	8日	
ひつじ探偵団	8日	
ゼイ・ウィル・キル・ユー (R15+)	8日	
映画「正直不動産」	15日	
君のクイズ	15日	
Perfume" コールドスリープ"	15日	
スター・ウォーズ/マンダロリアン・アンド・グロウー	22日	
ミステリー・アリーナ	22日	
劇場版モノノ怪 第三章 蛇神	29日	★
箱の中の羊	29日	
TOKYO BURST -犯罪都市-	29日	★
(PG12)		

いまだにモジシネマガイド 5月の公開予定

※公開日は変更になる場合があります