2026 November **11**

地上デジタル 121ch すこうチャンネル 番組プログラム

あなたの笑顔のいちばん近くに

グーライト Goolight
TEL.026-246-1222 TEL.026-405-9338
〈ケーブルプラス電話加入者間通話無料〉

	1 日	2 月	3 火	4 水	5 木	6 金	7 土	8 日	9 月	10 火	11 水	12 木	13 金	14 土	15 日	16 月	17 火	18 水	19 木	20 金	21 土	22 日	23 月	24 火	25 水	26 木	27 金	28 土	29 日	30 月	
6 30	おうちでリフレ ◆6:15～ (月)～(土) おしん／(日) 鍋焼きラーメン								おうちでリフレ ◆6:15～ (月)～(土) おしん／(日) 土佐鶴酒造														おうちでリフレ ◆6:15～ (月)～(土) おしん／(日) 日新酒類								6 30
7	24H LIVE グーライブ ～およそ40台のライブカメラが地域の「今」を届けます！～																														7
8 30	news Walker ニュース	スマイルキッズ イオンモール須坂 #11						news Walker ニュースウォーカー	ディズニー・チャンネル イオンモール須坂 #11						news Walker ニュースウォーカー	ゴーゴー！のりものタウン イオンモール須坂 #12					news Walker ニュースウォーカー	ディズニージュニア イオンモール須坂 #12					news Walker ニュースウォーカー	のりもの イオンモール須坂 #12				30 8
9 30	6人だけの“ナイン” 4K 北斎の夢	みんな集まれ！元気っ子 豊洲保育園							みんな集まれ！元気っ子 マリアこども園きたすざか							小学校音楽会特集 高甫小学校	栗ガ丘小学校	仁礼小学校	須坂小学校	須坂支援学校	日滝小学校	スラックライン 第1戦 イオンモール須坂 #12 6人だけの“ナイン”	小学校音楽会特集 豊丘小学校	森上小学校	日野小学校	豊洲小学校	井上小学校	中島千波の仕事 彩図鑑 ギャラリートーク イオンモール須坂 #12 6人だけの“ナイン”	音楽会 旭ケ丘小学校			30 9
10 30	イオンモール須坂 #11 まるごと信州	4K 山のしあわせごはん スマイルキッズ					イオンモール須坂 #11 まるごと信州 情報ネット		令和8年度 須坂市中学校 卒業学年親善音楽会					イオンモール須坂 #11 信州健康リポート																		30 10
11 30	おうちでリフレ ～頭と体をリフレッシュ～ 信濃の国体操／脳トレ／IKE TO RE																														30 11
	おしん #121#122	信州蕎麦◆11:45～ おしん						おしん #127#128	土佐鶴酒造◆11:45～ おしん						おしん #133#134	近藤酒造◆11:45～ おしん					おしん #139#140	日新酒類◆11:45～ おしん					おしん #145#146	おしん			
12 30	news Walker ニュース	イオンモール須坂 #11 おまつりニッポン 地吉の五ツ鹿踊り						news Walker ニュースウォーカー	イオンモール須坂 #11 おまつりニッポン 宿田祖神祭 港まつり						news Walker ニュースウォーカー	イオンモール須坂 #12 おまつりニッポン 宿田祖神祭 港まつり					news Walker ニュースウォーカー	イオンモール須坂 #12 おまつりニッポン 古河提灯竿もみまつり					news Walker ニュースウォーカー	イオンモール須坂 #12 おまつりニッポン				30 12
1 30	おしん #123#124	全国ケーブルテレビセレクト 世界がみた8・6 (ちゅピCOM／山陰ケーブルビジョン制作)					おしん #129#130 まるごと信州		第75回 長野県縦断駅伝 開催直前スペシャル					おしん #135#136 信州健康リポート		全国ケーブルテレビセレクト 変わりゆく海の楽園 (びーぶる制作)	スラックライン プロリーグ 第1戦 第2戦	交通安全講話 子どもの道路横断の判断能力とは？	おしん #141#142 6人だけの“ナイン” ヒストリーチャンネル 人類滅亡の日	第42回 須坂市消防団音楽隊 定期演奏会			第57回 小布施町民運動会	おしん #147#148 6人だけの“ナイン” 中島千波の仕事	全国セレクト イイトコみーつけた! 4K 芸術カール 4K カステラ		30 13
2 30	感謝祭	みんな集まれ！元気っ子 豊洲保育園							みんな集まれ！元気っ子 マリアこども園きたすざか							人類滅亡の日 ～世界が終わる10のシナリオ～															30 14
3 30	おうちでリフレ ～頭と体をリフレッシュ～ 信濃の国体操／脳トレ／IKE TO RE ※23日(月)～27日(金)は前の番組が終わり次第放送します。																														30 15
	おしん #125#126	信州蕎麦◆15:45～ おしん					おしん #131#132		土佐鶴酒造◆15:45～ おしん					おしん #137#138		近藤酒造◆15:45～ おしん				おしん #143#144	日新酒類◆15:45～ おしん					おしん #149#150	おしん			
4 30	みんなとつながる イオンモール須坂 #11 畑と台所 須坂市ブース編															みんなとつながる イオンモール須坂 #12 Flying Tiger編														30 16
	4K 壮観劇場	4K 壮観劇場 海風の競馬場（ニューメディア）														4K 壮観劇場 万象 竹が織りなす世界（大分ケーブルテレコム）												4K 壮観劇場			
5 30	4K 消えた町 4K 北斎の夢	4K 山のしあわせごはん botaにあつまれ!! スマイルキッズ							令和8年度 須坂市中学校 卒業学年親善音楽会							交通安全講話 「子どもの道路横断の判断能力とは？」 講師：稲垣具志氏	スラックライン 第2戦						第57回 小布施町民運動会 ※番組は変更になる可能性があります。					4K 小布施と北斎 4K スノーモンキー	第64回 市民芸能祭【前編】			30 17
6	news Walker ニュース	satonokaセレクト ふらっとりっぷ						news Walker ニュースウォーカー	satonokaセレクト 鉄道温泉うまい飯／田舎で暮らそう						news Walker ニュースウォーカー		news Walker ニュースウォーカー				news Walker ニュースウォーカー					news Walker ニュースウォーカー				18
7 30	6人だけの“ナイン” イオンモール須坂 #11	みんな集まれ！元気っ子 豊洲保育園							みんな集まれ！元気っ子 マリアこども園きたすざか							小学校音楽会特集 高甫小学校	栗ガ丘小学校	仁礼小学校	須坂小学校	須坂支援学校	日滝小学校	交通安全講話 子どもの道路横断の判断能力とは？	ヒストリー 人類滅亡の日 6人だけの“ナイン”	小学校音楽会特集 豊丘小学校	森上小学校	日野小学校	豊洲小学校	井上小学校	第57回 小布施町民運動会	中島千波の仕事 6人だけの“ナイン”	音楽会 旭ケ丘小学校		30 19
8 30	まるごと信州	botaにあつまれ!! スマイルキッズ 4K 山のしあわせごはん					まるごと信州		令和8年度 須坂市中学校 卒業学年親善音楽会					信州健康リポート																		30 20
9 30	おしん #121～#126	おうちでリフレ 信州蕎麦◆21:45～ おしん					おしん #127～#132		おうちでリフレ 土佐鶴酒造◆21:45～ おしん					おしん #133～#138		おうちでリフレ 近藤酒造◆21:45～ おしん				おしん #139～#144	おうちでリフレ 日新酒類◆21:45～ おしん					おしん #145～#150	リフレ おしん			30 21
10 30	news Walker ニュース	イオンモール須坂 #11 おまつりニッポン 地吉の五ツ鹿踊り						news Walker ニュースウォーカー	イオンモール須坂 #11 おまつりニッポン 宿田祖神祭 港まつり						news Walker ニュースウォーカー	イオンモール須坂 #12 おまつりニッポン 宿田祖神祭 港まつり					news Walker ニュースウォーカー	イオンモール須坂 #12 おまつりニッポン 古河提灯竿もみまつり					news Walker ニュースウォーカー	イオンモール須坂 #12 おまつりニッポン				30 22
11 30	6人だけの“ナイン”	botaにあつまれ!! スマイルキッズ							4K 壮観劇場 海風の競馬場							4K 壮観劇場 万象 竹が織りなす世界（大分ケーブルテレコム）														4K 壮観劇場			30 23
		(月)～(土) おしん／(日) 信州蕎麦 ◆23:45～ おやすみ Goolight							(月)～(土)おしん／(日) 近藤酒造 ◆23:45～ おやすみ Goolight													(月)～(土) おしん／(日) 王越麦酒 ◆23:45～ おやすみ Goolight									
12	news Walker ニュース	信毎文字ニュース （～朝6:00まで）						news Walker ニュースウォーカー	信毎文字ニュース （～朝6:00まで）						news Walker ニュースウォーカー	信毎文字ニュース （～朝6:00まで）					news Walker ニュースウォーカー	信毎文字ニュース （～朝6:00まで）					news Walker ニュースウォーカー	信毎文字ニュース				24

今月のオススメ

小学校 音楽会特集

放送日程 9:00/19:00

16日(月) 高甫小学校
17日(火) 栗ガ丘小学校
18日(水) 仁礼小学校
19日(木) 須坂小学校・須坂支援学校
20日(金) 日滝小学校
23日(月) 豊丘小学校
24日(火) 森上小学校
25日(水) 日野小学校
26日(木) 豊洲小学校
27日(金) 井上小学校
30日(月) 旭ケ丘小学校

12月1日(火) 小山小学校

30日(月)よりたかやまチャンネル にて再放送

6人だけの“ナイン” ～須坂高校野球部の再出発～

21日(土)・22日(日)・28日(土)・29日(日)

須坂高校、ゼロからの軌跡を大好評につき、急遽再放送!

第57回 小布施町民運動会

初回放送 23日(月) 17:00

24H LIVE グーライブ 地上111ch

第42回 須坂市消防団音楽隊 定期演奏会

生中継 8日(日) 16:00～

すこうチャンネル にて再放送
23日(月)～27日(金) 13:00