



5	5:00 QVC
6	6:00 周南市政だより 6:15 見て見てしゅうなん 6:20 周南しゃっきり体操 6:26 お腹ぺったんご体操 6:29 ぶ〜ち!!パラダイス
7	7:00 gyutto 7:30 風景印220景 RE 7:50 松鶴家一若の感謝の手紙 8:00 美味しいもの探検七つ星食堂 8:15 ツヨシのゴー!GO!動物園 8:30 ぴんぼんスマッシュ 8:45 旅すればしゅうなん
8	9:00 狛さんぽ 9:15 ころてれび 9:30 テレビショッピング
9	10:00 CCSタイム
10	11:00 やまぐち元気アップ体操 11:30 原田侑子の風と気ままだに 11:45 フォトこと周南人
11	12:00 gyutto 12:30 旅すればしゅうなん 12:45 わくわく工作みやびらんど 12:55 びびびの美
12	13:00 ぶ〜ち!!パラダイス 13:30 釣り情報!バレたらあかん!! 13:45 シングルへの道
13	14:00 美味しいもの探検七つ星食堂 14:15 松鶴家一若の感謝の手紙 14:30 テレビショッピング
14	15:00 周南市政だより 15:15 見て見てしゅうなん 15:20 ツヨシのゴー!GO!動物園 15:30 原田侑子の風と気ままだに 15:45 魅力探求秘密結社 ガチューシャ!! 16:00 CCSタイム
15	17:00 ぐるぐる中四国 17:15 ぴんぼんスマッシュ 17:30 けーぶるにっぽん
16	18:00 gyutto 18:30 TAKE OUTの達人 SHUNANお家コンシェルジュ 18:50 SOUND VIEW ばんなび
17	19:00 狛さんぽ 19:15 フォトこと周南人 19:30 わくわく工作みやびらんど 19:45 ころてれび
18	20:00 松鶴家一若の感謝の手紙 20:10 びびびの美 20:15 魅力探求秘密結社 ガチューシャ!! 20:30 gyutto 21:00 ぐるぐる中四国 21:15 わくわく工作みやびらんど 21:25 らんぷの時 21:30 釣り情報!バレたらあかん!! 21:45 ぴんぼんスマッシュ
19	22:00 周南市政だより 22:15 見て見てしゅうなん 22:30 ぶ〜ち!!パラダイス
20	23:00 TAKE OUTの達人 23:15 SOUND VIEW ばんなび 23:25 びびびの美 23:30 旅すればしゅうなん 23:45 美味しいもの探検七つ星食堂
21	24:00 けーぶるにっぽん 24:30 魅力探求秘密結社 ガチューシャ!! 24:45 シングルへの道
22	25:00 QVC

取材依頼・情報提供はこちら

TEL 0834-32-4262 (編成制作部直通)
FAX 0834-21-3679
Mail ccstv@ccsnet.ne.jp

●番組の内容・放送時間が予告なく変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。●CCSは国や周南市からの災害・避難関連情報等を随時に表示するアラート・Jアラートシステムを導入しています。

プレミアム デジタルベシック 毎日、周南地域の情報満載で元気に放送中!

HD 121 コミュニティーチャンネル CCS12

gyutto
①7:00②12:00③18:00
④20:30 ●毎週月曜更新

周南の“いま”がわかる情報番組。皆さんの身近な話題をお伝えします。取材依頼や情報提供など気軽にお寄せください。ナビゲーター:井上華織・木村修太郎

ぶ〜ち!!パラダイス
①6:29②13:00③22:30
●毎月1日・16日更新

市民の笑顔満載のときめき情報番組。ナビゲーター:福井恭子・小田遥・マジンジャン喜助・藤原真希 [7/1号] ●ガーデンで食すイタリアン「キッチン RICO」●映えメニューのお薦めランキング「HOLIDAY CAFE STAND」

ぴんぼんスマッシュ
①8:30②17:15③21:45
●毎月1日・16日更新

KAZUKEN卓球のKAZU先生と卓球初心者SAKIちゃんが、奥深い卓球の魅力をわかりやすくお伝えします! ナビゲーター:KAZU先生、SAKI [7/1号] 関トクヤマ卓球部前編 [7/16号] 後編

フォトこと周南人
①11:45②19:15
●毎月1日更新

インタビューと写真で伝える周南人。地域で輝く市民の素顔をクローズアップ。インタビューア:恵雅子 写真:林義明(林写真館) [7/1号] マリーナ&レストラン シーホース 京瀧勝さん

周南市政だより
①6:00②15:00③22:00
●毎月1日更新

周南市の広報番組。 [7/1号] 変わる学びの場へ学校施設等長寿命化計画/GIGAスクール構想へ

旅すればしゅうなん
①8:45②12:30③23:30
●毎月1日・16日更新

名所旧跡、歴史文化を訪ね、小さくても奥深い周南の旅。ナビゲーター:堀永州平・水津香織 [7/1号] 里山の小さな旅 山口・仁保 後編 [7/16号] 周防大島のなつ旅 パート①

魅力探求秘密結社 ガチューシャ!!
①15:45②20:15③24:30
●毎月1日・16日更新

街の隠れた魅力や情報を自撮りスタイルのライブ感満載で取り上げる地域情報バラエティー。ナビゲーター:テリヤキダイナマイト [7/1号] 福田フルーツパークでアクティビティを遊び倒す!

美味しいもの探検七つ星食堂
①8:00②14:00③23:45
●毎月1日・16日更新

地域の料理人たちが自慢の一品を披露。周南には多彩な味覚が満載。ナビゲーター:鶴原咲織 [7/1号] イタリア食堂Bamboo 竹重嘉亮さん「カップリーニの冷製カルボナーラ」

ころてれび
①9:15②19:45
●毎月1日・16日更新

地域の福祉・医療の当事者や専門家に障がい・病气・介護が抱える課題を聞き、「知る」「考える」きっかけに。ナビゲーター:大橋広宣・恵雅子 [7/1号] 美しい手打ちうどんが人気! 社会福祉センターセルフ周南前編 [7/16号] 後編

ツヨシのゴー!GO!動物園
①8:15②15:20
●毎月1日更新

ツヨシと飼育員たちが徳山動物園の魅力、かわいい動物たちを楽しく紹介。ナビゲーター:ゆっきー、まよ、じゅり、ツヨシ [7/1号] ふれあいレーム かわいい小動物たちを紹介

狛さんぽ
①9:00②19:00③23:00
●毎月1日・16日更新

石造物愛好家の藤井浩亮さんと一緒に狛犬を通じた街歩き。各地の魅力探訪。ナビゲーター:ごうだなおこ [7/1号] 明治維新 山口市 野田神社、松田屋 [7/16号] みんなちがってみんないい! 長門市の狛犬

特 CARP TIMES ウェスタン・リーグ ダイジェスト
①23:00

岩国市由宇町の広島東洋カープ由宇練習場で行われる二軍戦のダイジェストをシーズン中16試合放送します。

放送日程
7/3-7/5 対阪神
7/31-8/2 対オリックス

らんぷの時
①21:25
●毎月1日・16日更新

LAMPと共に癒しの時をお届けします。4K制作による美しい映像をお楽しみください。協力:すおうらんぷ [7/1号] ホテルサンルート徳山 ランプの灯で模擬結婚式 [7/16号] 岩国でランプとマルシェのコラボ

わくわく工作みやびらんど
①12:45②19:30③21:15
●毎月1日・16日曜更新

身近な材料を使ってカンタン工作。みやび先生と一緒に工作名人になろう。出演:藤嶋みやび [7/1号] ポーチをつくろう! [7/16号] すなえであそぼう!

特別番組 やまぐち元気アップ体操
①11:00

自宅でできる介護予防。いつでも元氣な自分になれるように、筋力・バランス・柔軟性を維持・向上。

ナビゲーター:井上華織

釣り情報 バレたらあかん!!
①13:30②21:30
●毎週月曜更新

県東部の瀬戸内海から、かおりんとユニークな釣り仲間たちがお届けする釣り情報バラエティー。

ナビゲーター:井上華織

松鶴家一若の感謝の手紙
①7:50②14:15③20:00
●毎週月曜更新

漫談家松鶴家一若が「感謝」をキーワードに出会いと笑いをお届けします。

プレミアム デジタルベシック 市議会中継やイベント情報等を放送中。

HD 111 コミュニティーチャンネル CCS11

市内ライブカメラ
毎時0分~(30分間)

市内各所に配置されたライブカメラによる気象、交通、河川状況や景観をご覧頂けます。

文字放送
毎時30分~(30分間)

イベントや行事の開催告知等、地域の情報掲示板です。掲載については編成制作部まで。

プレミアム デジタルベシック
HD 112
最新の気象情報を24時間放送中。
ウエザーニュース

プレミアム デジタルベシック
HD 122
24時間生放送。通販番組。
ショップチャンネル

しゅうなんびと CLOSE UP #46

周南市防災アドバイザー 防災士 城浩之さん

写真撮影/林義明(林写真館)

防災士資格は阪神淡路大震災を教訓に、災害時に活躍できる人材育成を目的とし2003年に創設された民間資格。人命救助や避難所運営などの講座や試験を受け取得する。有取得者は現在20万人を超えるも、実際に活動している人は稀と耳にした。

周南市は、2012年から自助・共助による防災対策の強化を目的に防災アドバイザー制度を開始。市内在住が勤務で防災に関する知識や経験を持つ5名を委嘱し、地域団体などの申込みに応じ派遣している。

城さんは元々日本赤十字社救急法指導員で、その研修中に防災士資格のことを知った。取得後、山口県支部で活動している折に委嘱された。県教育委員会学校防

災アドバイザーを務める今も、自費で研修などに参加し伝え方を学びながら活動しているという。その使命感は何処から来るのだろうか。「気軽な気持ちで受験したが、防災の道に踏み入った以上、知り得た知識や技術を伝えるのが使命。1人でも多くの命が救われれば」とさり。人と話すことが実は私自身のリフレッシュ」と笑みを溢す。なかなかできることではない。

ところで私は、その震災に被災しUターンした。震度7、マグニチュード7.3。あの揺れと恐怖は26年経っても体が記憶している。が、安心というか気の緩み否めない私に「山口県は災害が少

なく、私を含めて県民は災害に弱い」「山口県は崩れやすい地質」「記録では地震は必ず繰り返し起きている」「住む地域の記録を知る・見る・伝えること」「自宅周辺や外出先行政のHPで避難所を確認。安全ならば家に残る判断も」「避難所へのルート確認。天気予報を見極め早めに避難。避難時は近所へ声かけ」「地域のイベントに参加し顔見知り」「一度は家で火を使わない食事を」など多くを教えてください。落ち着いた穏やかな語り口で、お話がすつと入ってきた。「ハンデのある方や外国籍の方が安全に避難できるように。子供達が大人になった時、家庭で防災の話ができるように」と今後を語る城さん。頼もしい。

帰宅後、被災後に作り仕舞ったままの非常持ち出しリュックの中身を総入れ替え。家族にも説き、各々履き慣れたシューズと一緒にベッド脇に置いた。

5月、避難情報が大きく変わった。災害は不意に、地震は季節の巡りの如く必ずやって来る。体験を活かし、今できる備えを実践せねば。城さんの防災教室にも参加してみたい。

文/恵雅子