

全国各地の魅力あふれる番組を毎日放送中!



鉄道温泉うまい飯!〜地元女子が教えます〜 日南線の旅
©satonoka



シェラカップは基本です! 国富町・第3回キャンピングフェスティバル前編
©MCN宮崎ケーブルテレビ

特集
まるごと

宮崎

2月28日(土)
ひる 12:00
よる 10:00



壮観劇場 高千穂峡谷と幻の鉄路©JCTA

宮崎県の魅力をも10時間ノンストップでお届け!

2月28日(土)は『【特集】まるごと宮崎』を10時間にわたってお送りします! 観光鉄道として復活したトロッコを、高千穂峡谷の絶景と共に伝える『壮観劇場 高千穂峡谷と幻の鉄路』や、濱田詩朗さんがキャンプの魅力をゆる〜くお届けする『シェラカップは基本です!』のほか、satonokaオリジナル作品番組など宮崎県魅力をたっぷりとお伝えします!

satonoka 人気シリーズ 3番組

新エピソードは「宮崎」が舞台!



グルメ

イツァ麺ワールド
〜麺のない人生なんて、つまらない〜
辛麺



紀行・風景

鉄道温泉うまい飯!〜地元女子が教えます〜
日南線の旅



ドキュメンタリー

田舎で暮らそう 〜移住の先に見えるもの〜
宮崎県延岡より

2/28(土) 午後2:00〜午後2:15

麺がなければ人生はつまらない! 今回は宮崎県延岡市の「辛麺」を紹介。樹元秘伝のスープ、こんにゃく麺が一体となって、一度食べたらやみつきに。
ナレーション:ますだおかだ 岡田さん

2/28(土) よる7:00〜よる7:30

鉄道に乗って旅をしたくなる! 地域密着の女子アナが地元ならではの魅力を紹介します。今回は小西麻衣子さんと「神話のふるさと」宮崎県・日南線で、美味しいグルメや青島温泉を満喫します!

2/28(土) よる9:00〜よる10:00

2拠点生活やワーケーションとともに全国で広がる「移住」。今回は「宮崎県延岡」からリアルな移住の姿を地域の魅力と共に伝えます。
ナレーション:羽田美智子さん、王林さん

©satonoka



公式SNSやってます!

オススメの放送番組やイベント情報、satonokaに関することや、ささやかな咬きなどをお届け。

放送番組など詳しくは

satonoka

検索



2026年2月 放送番組表

	月 2/2.9.16.23	火 2/3.10.17.24	水 2/4.11.18.25	木 2/5.12.19.26	金 2/6.13.20.27	土 2/7.14.21.28	日 2/1.8.15.22				
あさ6:00	自然をテーマにした番組 (あきた犬だらけ / とくしまドローン紀行 そらたび ほか)							あさ6:00			
7:00	けーぶるにっぽんシリーズ (壮観劇場 / おまつりニッポン)							7:00			
8:00	街歩きの番組 (ふらっとりっふ / かながわらく美ウォーキング ほか)							8:00			
午前9:00	日本の歴史を学ぶ (東海の肖像 / 藤波辰南の歴史探訪 ほか)							午前9:00			
10:00	日本全国のお祭りと花火 大集合!							10:00			
11:00	バラエティ (しずちゃんの静岡をもっと食べたい! / あらぶんちや散歩 ほか)							11:00			
ひる0:00	【特集】 【23日(月) 20時~21時】 【24日(火) 20時~21時】 【25日(水) 20時~21時】 【26日(木) 20時~21時】 【27日(金) 20時~21時】 【28日(土) 20時~21時】 【29日(日) 20時~21時】 【30日(月) 20時~21時】 【31日(火) 20時~21時】	【特集】 【23日(月) 20時~21時】 【24日(火) 20時~21時】 【25日(水) 20時~21時】 【26日(木) 20時~21時】 【27日(金) 20時~21時】 【28日(土) 20時~21時】 【29日(日) 20時~21時】 【30日(月) 20時~21時】 【31日(火) 20時~21時】	食をテーマにした番組 (ふくあじ / イッツア麺ワールド ~麺のない人生なんて、つまらない~ ほか)			6 (金) 20時~21時 【特集】 【20時~21時】 【22時~23時】 【23時~24時】 【24時~25時】 【25時~26時】 【26時~27時】 【27時~28時】 【28時~29時】 【29時~30時】 【30時~31時】	28 (土) 20時~21時 【特集】 【20時~21時】 【22時~23時】 【23時~24時】 【24時~25時】 【25時~26時】 【26時~27時】 【27時~28時】 【28時~29時】 【29時~30時】 【30時~31時】	【satonokaコレクション】 1日 中部横断道でつながる地域の輪 キャッチアップ放送	ひる0:00		
午後1:00			鉄道番組勢ぞろい (旅する観光列車 ~あの絶景と絶品グルメを求めて~ / ちよっと贅沢! 私のしあわせ列車紀行 ほか)					【satonokaコレクション】 8日 「やくみつるの日本奇祭録」と日本の火祭り 15日 熊野 22日 田舎で暮らそう ~移住の先に見えるもの~	午後1:00		
2:00			新着コンテンツ					おまつりニッポン	【satonokaコレクション】 15日 熊野 22日 田舎で暮らそう ~移住の先に見えるもの~	2:00	
3:00			【satonoka コレクション】 2(月)~ 5(木) 「やくみつるの日本奇祭録」と日本の火祭り 16(月)~20(金) 田舎で暮らそう ~移住の先に見えるもの~					9(月)~13(金) 熊野 24(火)~27(金) レストラン ガレージ ~名車に再び命を吹き込む工房~ 特別編	【satonokaコレクション】 1日 福岡 8日:佐賀 15日:長崎 22日:熊本	3:00	
夕方4:00			にっぽんnavi 四国地域編							夕方4:00	
5:00			にっぽんnavi 北陸地域編							5:00	
6:00			にっぽんnavi 中国地域編							6:00	
よる7:00			新着コンテンツ 平日よる7時は、その月初放送の番組を毎日放送!						【特別番組】 1日 イッツア麺ワールド ~麺のない人生なんて、 つまらない~ 8日 レストラン ガレージ ~名車に再び命を吹き込む工房~ 特別編	よる7:00	
8:00			壮観劇場 一挙放送						7日 田舎で暮らそう ~移住の先に見えるもの~	【特別番組】 1日 イッツア麺ワールド ~麺のない人生なんて、 つまらない~ 8日 レストラン ガレージ ~名車に再び命を吹き込む工房~ 特別編	8:00
9:00			【satonoka コレクション】 平日よる9時は特集放送! 2(月)~ 6(金) 田舎で暮らそう ~移住の先に見えるもの~ 9(月)~13(金) レストラン ガレージ ~名車に再び命を吹き込む工房~ 特別編 16(月)~20(金) THE CRAFT SAKE 地域の銘酒を訪ねて 24(火)~27(金) 升穀の酒の道しるべ キャッチアップ放送						14日 レストラン ガレージ ~名車に再び命を吹き込む 工房~	【特別番組】 15日 私の地域 ~OMNIBUS JAPAN~ 22日 【特集】猫の日 (よる9:00)	9:00
10:00	お風呂・温泉をテーマにした番組を一挙放送				28日 よる10:00~深夜0:00 【映画】天外者		10:00				
11:00	日本全国のお祭りと花火 大集合!						11:00				
深夜0:00	バラエティ (いけや賢二のイケイケファーム! / 旅番組まかせちゃいます! ほか)						深夜0:00				
1:00	大人の学び (泉秀樹の歴史を歩く / ロクモンジャーの面白歴史図鑑 ほか)				土曜の深夜は 朝までバラエティ		1:00				
2:00	ふるさと ※日本各地の風景をお送りします			メンテナンスの為 4日深夜0時~翌あさ7時 / 16日深夜2時~翌あさ6時は放送休止			2:00				
3:00							3:00				
4:00							4:00				
5:00							5:00				

※番組内容及び放送時間は、予告なく変更される場合があります。ご了承ください。

オススメラインナップ

特集 風呂の日

2/6(金) ひる12:00 ~ よる7:00

風呂の日に贈る、癒しの湯めぐり番組

2月6日は「風呂の日」。お風呂にまつわる番組を7時間にわたりお届けします! 山形県置賜から近場旅を提案する『ふらっとりっふ ~癒しの湯とこけしの里 土湯温泉の旅~』や、秋田県秋田市と由利本荘市でおすすめの日帰り温泉を紹介する『あきた×ゆりほん TV おすすめの日帰り温泉』など放送します。

ふらっとりっふ ~癒しの湯とこけしの里 土湯温泉の旅~



特集 猫の日

2/22(日) よる9:00 ~ よる10:00

猫好き必見! 猫の日特集で癒される!

2月22日は「猫の日」。広島・尾道の路地に集まる猫たちを紹介する『尾道ねこ探訪 ~妙宣寺編~』では、妙宣寺の境内や墓地に集まる猫たちをご紹介! 『ちたまるあにまる』では愛知・知多半島で保護猫に密着撮影。猫たちのゆるくて愛らしいシーンをたっぷりお届けします。

尾道ねこ探訪 ~妙宣寺編~ ©ちゅピCOM尾道局



THE CRAFT SAKE 地域の銘酒を訪ねて 3シリーズ一挙放送 ~3days~

2/21(土) ~ 23(月) 曜 よる7:00 ~

長野・石川・四国 酒蔵の旅を3日間で一挙放送

各地の酒蔵にフォーカスを当て、生産者の独自のこだわりや繊細な日本のモノづくりを映像で表現する『THE CRAFT SAKE 地域の銘酒を訪ねて』を3日間にわたり一挙放送します! 「信州編」全10話、「石川編」全3話、「四国編」全10話の計23話をお届け。銘酒の物語をお楽しみに。

©satonoka



私の地域 ~OMNIBUS JAPAN~

2/15(日) よる7:00 ~ 深夜0:00

日本の美しい風景をテーマ別にお届け

全国のケーブルテレビ局が連携し、各地の「私の地域」をお届け。『酒のある風景』『川のある風景』『動物のある風景』『祭のある風景』の4テーマからオムニバス形式で各地域の魅力を伝えます。さらに、過去作から珠玉の作品も放送。日本の風景が持つ豊かな物語を、じっくりご堪能ください。

私の地域 ~ OMNIBUS JAPAN ~ 川のある風景
©ケーブルテレビ連携プロジェクト (CCP)



視聴方法など詳しくはお近くのケーブルテレビ局まで