

2026  
3

# ひとまる通信

地域をつなぐ・笑顔をつなぐケーブルテレビ CATV HITOMARO VISION

## あつまれ！ 益田っ子

めばえ保育園

毎月、市内の保育園に通う園児を紹介している「あつまれ益田っ子」。今回は、元気いっぱい遊ぶ「めばえ保育園」の園児たちの様子をご覧ください。

- |   |               |   |               |
|---|---------------|---|---------------|
| 月 | 15:45～        | 金 | 8:45～、17:15～  |
| 火 | 6:45～、17:15～  | 土 | 6:45～、15:45～  |
| 水 | 15:30～        | 日 | 12:15～、22:45～ |
| 木 | 12:00～、21:15～ |   |               |



111ch **生中継**  
**益田市議会  
3月定例会**

3月4日	水	9:00～	一般質問（代表・個人）
5日	木	9:00～	一般質問
9日	月	9:30～	本会議
16日	月	9:30～	一般会計予算審査委員会
17日	火	9:30～	本会議
19日	木	9:30～	本会議

※放送予定は変更となる場合がございます

112ch **生中継**  
**島根県議会  
2月定例会**

3月2日	月	10:00～	一問一答質問
3日	火	10:00～	一問一答質問
4日	水	10:00～	本会議
12日	木	10:00～	本会議

※放送予定は変更となる場合がございます

**皆さんご存じですか？  
NHK衛星受信料がお安くなります。**

**CHECK! NHK**  
NHK衛星受信料のお支払いは  
**「団体一括支払」**で  
**年間2,160円もお得!**

支払先を  
**「ひとまるビジョン」**に  
変更するだけでOK!  
現在インターネット契約のみの方もお申込み頂けます。



	月	火	水	木	金	土	日	
	00 オープニング/益ます元気体操/インフォメーション/ファンカード情報(月・水・金)/歯みがきソング「しゃかしゃかしゅわしゅわ」							
6	30 高校生カケル	ひとまる情報局(前日再放送)					30	6
	45 昔話	45 あつまれ! 益田っ子	45 今昔探訪!	45 高校生カケル	45 山城	45 あつまれ! 益田っ子	Mr.西村の Dynamite	
7	00 【1~14日】集めよう!石見周遊デジタルスタンプラリー【15~31日】ぶらり益田旅!(再放送)	00 荒磯館料理長の 手軽に	00 釣りしんちやい	00 Mr.西村の Dynamite	00 【1~14日】集めよう!石見周遊デジタルスタンプラリー【15~31日】ぶらり益田旅!(再放送)	00 荒磯館料理長の 手軽に	00	7
	30	島根県内・他ケーブル局制作番組						ひとまる情報局 週末総集編
8	30	ひとまる情報局(前日再放送)					00	8
	45	ふるさとますだ 今昔探訪!	45 高校生カケル	45 子どもに贈る昔話	45 あつまれ!益田っ子	45 いざ 山城	00 神楽な時間 種神楽保存会 「大蛇」	
9	益田市高校生議会	00	00	00	00	00	00	9
10	00	旅する朗読 JAZZ in 益田	トークショー 「小泉セツ、松野トキに、ばける」	00 プレシャス卒業LIVE	00	00	00	00
	00	島根邦楽集団 第20回記念定期演奏会					00	00
10	30	ひとまる情報局(前日再放送)					30	10
11	45	島根県内・他ケーブル局制作番組						11
	30	30	30	30	30	30	30	
12	00	00	00	00	00	00	00	12
	15	インフォメーション						
13	20	ひとまる情報局(前日再放送)					30	13
	35	35	35	35	35	35	30	
14	00	00	00	00	00	00	00	14
	15	インフォメーション						
15	30	30	30	30	30	30	30	15
	45	45	45	45	45	45	45	
16	00	島根県内・他ケーブル局制作番組						16
	30	30	30	30	30	30	30	
17	00	ひとまる情報局					00	17
	15	15	15	15	15	15	ひとまる情報局 週末総集編	
18	00	00	00	00	00	00	00	18
	30	30	30	30	30	30	30	
19	00	ひとまる情報局(当日再放送)					00	19
	15	インフォメーション/ファンカード情報(月・水・金)/歯みがきソング「しゃかしゃかしゅわしゅわ」						
20	30	30	30	30	30	30	30	20
	00	島根邦楽集団 第20回記念定期演奏会					00	
21	00	ひとまる情報局(当日再放送)					00	21
	15	15	15	15	15	15	ひとまる情報局 週末総集編	
22	00	00	00	00	00	00	00	22
	30	島根県内・他ケーブル局制作番組						
23	00	ひとまる情報局(当日再放送)					00	23
	15	インフォメーション/ファンカード情報(月・水・金)						
24	25	はあぶEye						25
	00	お買い物チャンネル QVC (~6:00)					00	24



# 3月のおすすめ番組



## 益田市高校生議会

高校生が市議会議員と意見を交わす模擬議会。益田高校2年生の27人が、農業や教育などの課題について、一般質問を行いました。



月 8:30～  
 水 13:00～  
 土 13:00～  
 (7・14日のみ)  
 日 19:00～

## プレシャス卒業LIVE

益田の魅力が歌やダンスで発信してきたご当地アイドルグループ「Precious」の卒業ライブ。最後のステージとして、ASAMI、MAO、OURA、LUNAの4人が、萩・石見空港や日本遺産をテーマにしたオリジナルソングなどを披露しました。



月 13:00～  
 火 19:30～  
 木 9:00～  
 金 19:30～  
 日 9:00～

## 島根邦楽集団第20回記念定期演奏会

邦楽に親しむ人たちが、流派や年齢を越えて活動する島根邦楽集団の20回の節目となる定期演奏会。季節を感じさせる曲や、馴染み深い童謡など、邦楽の響きをご堪能ください。



月 19:30～  
 火 13:00～  
 金 9:00～  
 土 19:30～

## 旅する朗読JAZZ in 益田

島根県ゆかりの作家・小泉八雲が残した怪談を、琵琶の音色とともに語る朗読会とジャズライブ。朗読家の榎谷幸子さん・小島香奈子さんと琵琶奏者の黒田拓さんによる怪談の世界をお楽しみください。



火 9:00～  
 水 19:30～  
 木 13:00～  
 日 14:00～

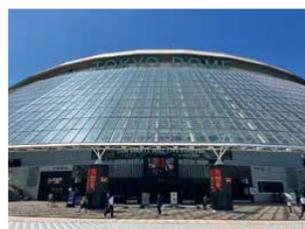
## 今月のCSおすすめ番組

### 日テレジータス 536ch

オープン戦で要チェック!

#### 「巨人主催のオープン戦を全試合生中継!」

3/14(土) 17:45～22:00 巨人×日本ハム～東京ドーム **生中継**  
 3/15(日) 13:45～18:00 巨人×日本ハム～東京ドーム  
 3/17(火) 17:45～22:00 巨人×ヤクルト～東京ドーム  
 ほか



©CS日テレ

日テレジータスでは、2026年も巨人主催のオープン戦を全試合生中継!今シーズンの行方を占う、注目の試合をお届けします。阪神との開幕戦に向け、期待の若手、新戦力からベテラン選手まで、仕上がりをオープン戦で要チェック!

### スカイA 534ch

3試合生中継!

#### 「スカイA猛虎中継 阪神タイガース オープン戦」

【阪神×福岡ソフトバンク】▽3/7(土) ▽12:45～17:30  
 ▽球場:阪神甲子園球場 **生中継**  
 【阪神×巨人】▽3/8(日) ▽12:45～17:30  
 ▽球場:阪神甲子園球場



©阪神タイガース

阪神タイガースのオープン戦を3試合生中継!藤川阪神始動、球団初のリーグ連覇へ!「スカイA猛虎中継」は、阪神タイガース主催試合をヒーローインタビューまで徹底放送!

### 釣りビジョン 541ch

厳寒期の九州エリアで大型アオリイカとの出会いを求める

#### 「SOUL JERKER 29」

3/6(金) 21:00～22:00 ほか

これまで釣れなかったアオリイカを釣るためには、どのようなロジックでアプローチすべきなのか、というコンセプトで、アオリイカを確実にキャッチするためのテクニックを徹底解説する番組「SOUL JERKER」。出演するのは、日本



のみならず世界を飛び回り、エギングの魅力を広く発信している「エギングマイスター」川上英佑。今回訪れたのは九州エリア。一年で最も水温が低下する厳寒期、果たしてどのようなロジックで攻略するのか。

## 契約月は無料!! 有料チャンネルのご案内

### 衛星劇場 [有料チャンネル] 563ch

中国ドラマ

#### 「白月の誓い」

3/4(水)スタート! 毎週(水) 21:00～ ほか

**日本初放送**



©WATER BEAR MEDIA PTE.LTD.

大人気女優バイ・ルー×次世代ジュエルスターアオ・ルイボン共演作! 妖族の王と人族の少女。出会うはずのない2人を幻想的に描くファンタジーロマンス。「始まりは君の嘘」で聡明な女性を演じるなど高い演技力を持つ女優バイ・ルーと「国子監は花ざかり〜ロマンスは最高学府で〜」で爽やかな印象を残した次世代イケメン俳優のアオ・ルイボンが初共演! 初めはお互い自分の目的のために利用し合っていた2人だが、五つの念を集めていく中で様々な困難を乗り越えながら、お互いが大切な存在であることに気づいていく。

料金表一覧

ケーブルテレビ



アンテナ不要で、  
外観スッキリ!!

ケーブルテレビ初期加入料 5,500円(税込)

※初期費用として別途工事費が必要です。ケーブルテレビの初期工事は認定工事店が行います。

<CATV月額基本料金>

プラン	サービス内容	月額料金(税込)
<b>セット割</b> 対象プラン BSCSプラン	<ul style="list-style-type: none"> <li>地上デジタル放送(県内局+山口朝日)</li> <li>益田市民チャンネル</li> <li>BSデジタル放送</li> <li>BSデータ放送</li> <li>CSデジタル放送</li> </ul>	4,180円
BSプラン	<ul style="list-style-type: none"> <li>地上デジタル放送(県内局+山口朝日)</li> <li>益田市民チャンネル</li> <li>BSデジタル放送</li> <li>BSデータ放送</li> </ul>	2,750円
基本プラン	<ul style="list-style-type: none"> <li>地上デジタル放送(県内局+山口朝日)</li> <li>益田市民チャンネル</li> </ul>	1,650円

<オプションサービス月額料金>

サービス内容	月額料金(税込)
プラスオプション ・BS4K放送	550円/台

※BS放送、CS放送の番組は、STB(専用デジタルチューナー)を通してのご視聴となります。  
※BSプラン、BS+CSプランの月額料金にSTB1台貸与の料金が含まれております。  
(2台目以降、STB貸与につきましては、月額1,100円(税込)/台、発生いたします。)  
※NHK、NHK-BSの受信料は含まれておりません。

<有料チャンネル月額料金>

カテゴリー	チャンネル名	月額料金(税込)
BSデジタル	WOWOW	2,530円
	BS10プレミアム	1,980円
スポーツ	J SPORTS 4	1,430円
映画	東映チャンネル	1,650円
エンターテイメント	グリーンチャンネルHD・2HD	1,100円
	フジテレビNEXT	1,760円
ドラマ	衛星劇場HD	1,980円
その他	ゴールデンアダルトセット	3,300円
	(レインボーチャンネルのみの場合)	2,530円

光インターネット



低額から始められる、  
高速光通信!!

光インターネット初期加入料 22,000円(税込)

※初期費用として別途工事費が必要です。割引キャンペーン中

<光インターネット月額基本料金>

プラン	サービス内容	月額料金(税込)
ひとまるギガ	最大通信速度 1Gbps ★ベストエフォート型	5,940円 ※BSCSプラン ご加入の方は5,390円
100Mプラン	最大通信速度 100Mbps ★ベストエフォート型	5,500円 ※BSCSプラン ご加入の方は4,950円
30Mプラン	最大通信速度 30Mbps ★ベストエフォート型	3,960円 ※BSCSプラン ご加入の方は3,410円
8Mプラン	最大通信速度 8Mbps ★ベストエフォート型	3,080円 ※BSCSプラン ご加入の方は2,530円

※料金は、回線使用料とプロバイダ料、モデムレンタル料のすべてを含んだ料金です。  
★ベストエフォート型は、回線の混雑状況や通信環境などにより、実際の通信速度は変化します。

<オプションサービス月額料金>

サービス内容	月額料金(税込)
無線オプション Wi-Fi無線ルーターレンタル	550円/台



BS・CSプランと  
インターネットに  
ご加入のお客様

550円(税込)OFF!!

※両プラン同一名義・口座をご利用の場合のみ適用。

チャンネル一覧

カテゴリー	リモコン番号	チャンネル名	BSCSプラン	BSプラン	基本プラン	
地上デジタル	011	NKT 日本海テレビ	HD	★	◆	
	021	NHK Eテレ	HD	★	◆	
	031	NHK 総合	HD	★	◆	
	051	yab 山口朝日放送	HD	★	◆	
	061	BSS 山陰放送	HD	★	◆	
	081	TSK 山陰中央テレビ	HD	★	◆	
益田市民チャンネル	111	ひとまる地域情報チャンネル	HD	★	◆	
	112	ひとまる地域開放チャンネル	HD	★	◆	
BSデジタル	101	NHK BS	HD	★	◆	
	141	BS 日テレ	HD	★	◆	
	151	BS 朝日	HD	★	◆	
	161	BS-TBS	HD	★	◆	
	171	BS テレ東	HD	★	◆	
	181	BS フジ	HD	★	◆	
	191	WOWOW プライム	HD	★	◆	
	192	WOWOW ライブ	HD	★	◆	
	193	WOWOW シネマ	HD	★	◆	
	200	BS10	HD	★	◆	
	201	BS10プレミアム	HD	★	◆	
	211	BS11	HD	★	◆	
	222	BS12トゥエルビ	HD	★	◆	
	231	放送大学テレビ	HD	★	◆	
	232	放送大学テレビ	HD	★	◆	
	265	BSよしもと	HD	★	◆	
	BS4K	101	NHK BS プレミアム4K	HD	★	◆
		141	BS日テレ 4K	HD	★	◆
151		BS朝日 4K	HD	★	◆	
161		BS-TBS 4K	HD	★	◆	
171		BSテレ東 4K	HD	★	◆	
181	BSフジ 4K	HD	★	◆		
スポーツ	530	J SPORTS 3	HD	★	◆	
	531	J SPORTS 1	HD	★	◆	
	532	J SPORTS 2	HD	★	◆	
	533	J SPORTS 4	HD	★	◆	
	534	スカイA	HD	★	◆	
	535	GAORA SPORTS	HD	★	◆	
	536	日テレG+	HD	★	◆	
	537	ゴルフネットワーク	HD	★	◆	
	538	スポーツライブ+	HD	★	◆	
	550	チャンネル NECO	HD	★	◆	
映画	552	日本映画専門チャンネル	HD	★	◆	
	556	ムービープラス	HD	★	◆	
	564	東映チャンネル	HD	★	◆	
	570	スペースシャワーTV	HD	★	◆	
音楽	572	MTV	HD	★	◆	
	574	歌謡ポップスチャンネルHD	HD	★	◆	
アニメ	581	キッズステーション	HD	★	◆	
	582	アニマックス	HD	★	◆	
エンターテイメント	513	フジテレビ NEXT	HD	★	◆	
	514	フジテレビ ONE	HD	★	◆	
	515	フジテレビ TWO	HD	★	◆	
	525	女性チャンネルLaLaTV	HD	★	◆	
	562	TBS チャンネル 2	HD	★	◆	
	565	TBS チャンネル 1	HD	★	◆	
	566	テレ朝チャンネル 1	HD	★	◆	
	567	日テレプラス	HD	★	◆	
ドラマ	548	チャンネル銀河	HD	★	◆	
	551	ファミリー劇場	HD	★	◆	
	553	時代劇専門チャンネル	HD	★	◆	
	555	スーパー!ドラマTV HD #海外ドラマ☆エンタメ	HD	★	◆	
	563	衛星劇場HD	HD	★	◆	
	568	ホームドラマチャンネルHD	HD	★	◆	
ドキュメンタリー	596	ディスカバリーチャンネル	HD	★	◆	
	597	アニマルプラネット	HD	★	◆	
	598	ヒストリーチャンネル	HD	★	◆	
ニュース経済	594	TBS NEWS	HD	★	◆	
	595	テレ朝チャンネル 2	HD	★	◆	
	704	ウェザーニュース	HD	★	◆	
	590	日経CNBC HD	HD	★	◆	
趣味・娯楽	592	CNNj	HD	★	◆	
	541	釣りビジョン	HD	★	◆	
	522	MONDO TV	HD	★	◆	
	524	囲碁・将棋チャンネルHD	HD	★	◆	
ショッピング	820	グリーンチャンネルHD	HD	★	◆	
	821	グリーンチャンネル2HD	HD	★	◆	
	509	ジュエリー☆GSTV	HD	★	◆	
	516	ショップチャンネル	HD	★	◆	
ゴールデンアダルトセット	517	QVC	HD	★	◆	
	961	レインボーチャンネルHD	HD	★	◆	
	962	ミッドナイト・ブルー	HD	★	◆	
963	パラダイステレビHD	HD	★	◆		

HD HD配信チャンネル 572 MTVは3月末までの放送となります

**ひとまるFANカード**  
加盟店紹介  
社名は50音順です  
FANカード加盟店CM 月・水・金  
6:15~、12:35~、15:20~、19:20~、23:20~

**いままや電器**  
特典  
●商品購入で粗品プレゼント  
TEL 0856-22-0094

**須藤建材株式会社**  
特典  
●お見積り無料  
●記念品進呈  
TEL 0856-22-3290

**TAKAHASHI KENSETSU**  
特典  
●グラントワ内、ミュージアム  
ショップコンアモールでのお  
買い物 5%OFF  
TEL 0856-23-2344

**北陽電気工事株式会社**  
特典  
●お見積り時に粗品進呈  
TEL 0856-22-0849