

苦小牧ケーブルテレビ通信 | 2025年 7月号

苦小牧市議会定例会



6月19日、20日、23日、24
日に開催予定の苫小牧市議
会定例会の様態を下記の日
程で放送します。

※番組表に記載の段階で議会の日程が正式に発表されていませんので場合によっては放送日時が変更になる事があります。ご了承下さい。

7/6(日)…6/19収録 7/7(月)…6/20収録 13:00～19:00予定
7/8(火)…6/23収録 7/9(水)…6/24収録

【再放送】

7/21(月)…6/19収録 7/22(火)…6/20収録 16:00～22:00予定
7/23(水)…6/23収録 7/24(木)…6/24収録

苦小牧東高校演劇部 全国大会壮行公演

『やっぱり、こっちがいい』

1日~15日

56年ぶり4度目の全国大会出場を決めた苫小牧東高校演劇部。7月に香川県で行われる全国大会を前に、苫小牧市民会館にて生徒向け、一般市民向けの壮行公演を行いました。


 A photograph of a theatrical performance on a stage. Several young people, presumably students, are dressed in traditional Japanese attire. They are positioned around a low, rectangular wooden table. One person stands to the right, possibly acting as a narrator or a character. The stage is dimly lit, with spotlights illuminating the performers. The background is dark, and the overall atmosphere is that of a formal theatrical production.

TPYアンサンブル第2回定期演奏会 16日～31日



地元若手音楽家に演奏機会を設け、支援するTPYアンサンブル。今回は、クラリネット 福井萌さん、ピアノ 青野有里さんをゲスト

トに迎え、クラリネット協奏曲(モーツァルト)やピアノ協奏曲(グリーグ)など3曲を演奏する。

週刊とまこまい☆満載スタジオ

每週土曜日更新

苦小牧の旬な情報や話題を満載し、お茶の間に週刊でお届けする地域密着型情報番組。ケーブルテレビだから見られるラインナップを地元ならではの視点で伝えていきます。



あちこちなっち

16日~31日 vol.224

ご存知・なっちが市内をぶらりと歩きながらまちの自慢、おもしろいもの、あったかい笑顔を探します。さあ苦小牧探検に出かけましょ！

A man in a blue jumpsuit is jumping in a fountain, with water spraying upwards around him. The background shows a park-like setting with trees and a building.

あつまれ!トマキッズ 市内の元気な子どもたちを紹介します。



1日～15日
 かおり幼稚園
 「植樹」
 青空幼稚園
 「マラソンあそび」

16日～31日
はなぞの認定こども園
「花植え・菜園づくり」
「レッドイーグルス交流」

活性の火応援番組 ACTIVE FIRE TV
「活性の火」開幕1ヶ月前スペシャル

吉小牧の中心市街地活性化を目的とした音楽フェス「活性の火」を軸にアーティストやイベントなど関連する様々な旬の情報を紹介。今回はいよいよ1ヶ月後に迫った「活性の火」を前に1時間のスペシャル番組。

16日～31日



16日~31日

おっしーとここぺりーなの料理、恐るるに足らず

コミセンの館長・おっしーさんと音楽家のここぺりーさんがタッグを組みお料理にチャレンジ。楽しいおしゃべりしながら誰でも作れる簡単クッキング! 今月のメニューは「油淋鶏」と「キャベツとニンジンの卵スープ」。



1日~15日



1日~15日

108の煩惱ナイト



正光寺(高砂町)の住職を迎え、仏教のお話をやわらかくおしゃべり。不安やモヤモヤの多い毎日...寝る前の少しだけホッとできる時間を、ご一緒に。

1日～9日 第214夜 10日～20日 第215夜 21日～31日 第216夜

とまこまいチャンネル見るなら ライトコース **1,650円/月** (税込)

*毎月1・16日更新
*番組の日時、内容などは変更する場合がありますので
ご了承ください。

地上
デジタル 11ch

今月のとまこまいチャンネル 7月の番組表

時間	1(火)~5(土)	6(日)~9(水)	10(木)~15(火)	16(水)~20(日)	21(月)~24(木)	25(金)~31(木)	曜日
8	00 道路カメラ 30 インフォ	00 道路カメラ 30 インフォ	00 道路カメラ 30 インフォ	00 道路カメラ 30 インフォ	00 道路カメラ 30 インフォ	00 道路カメラ 30 インフォ	8
9	00 あつまれ！トマキッズ	00 週刊とまこまい☆ 満載スタジオ	00 おっしーとここべりーな の料理、恐るに足らず	00 週刊とまこまい☆ 満載スタジオ	00 あつまれ！トマキッズ	00 ACTIVE FIRE TV 活性の火'25 開幕1ヶ月前スペシャル	9
	30 おまつりニッポン	30 とまこまいだより 45 けーぶるてれび不動産	30 SPACE SHOWER TV MUSIC VIDEO	30 壮観劇場	30 週刊とまこまい☆ 満載スタジオ		
10	00 週刊とまこまい☆ 満載スタジオ	00 あつまれ！トマキッズ	00 苫小牧東高校演劇部 全国大会壮行公演 『やっぱり、こっちがいい』	00 あつまれ！トマキッズ	00 ACTIVE FIRE TV 活性の火'25 開幕1ヶ月前スペシャル	00 あちこちなっち vol.224	10
	30 とまこまいだより 45 けーぶるてれび不動産	30 糸井の森パークゴルフ		30 TPYアンサンブル 第2回定期演奏会		30 とまテレ君カード加盟店 45 とまこまいだより	
	00 苫小牧東高校演劇部 全国大会壮行公演 『やっぱり、こっちがいい』	00 おっしーとここべりーな の料理、恐るに足らず	00 週刊とまこまい☆ 満載スタジオ		00 あちこちなっち vol.224	00 週刊とまこまい☆ 満載スタジオ	
11	30 おまつりニッポン	30 苫小牧東高校演劇部 全国大会壮行公演 『やっぱり、こっちがいい』	30 とまこまいだより 45 けーぶるてれび不動産		30 とまテレ君カード加盟店 45 とまこまいだより	30 壮観劇場	11
	00 道路情報カメラ		00 道路情報カメラ		00 108の煩惱ナイト#216 15 ゴーゴー！のりものタウン	00 あつまれ！トマキッズ	
0	30 インフォメーション	30 インフォメーション	30 インフォメーション	30 インフォメーション	30 インフォメーション	30 インフォメーション	0
	00 おっしーとここべりーな の料理、恐るに足らず	00 7/6-9 苫小牧市議会定例会	00 糸井の森パークゴルフ	00 ACTIVE FIRE TV 活性の火'25 開幕1ヶ月前スペシャル	00 あつまれ！トマキッズ	00 TPYアンサンブル 第2回定期演奏会	
1	30 SPACE SHOWER TV MUSIC VIDEO		30 とまテレ君カード 加盟店情報		30 TPYアンサンブル 第2回定期演奏会		1
2	00 糸井の森パークゴルフ		00 あつまれ！トマキッズ	00 あちこちなっち vol.224			2
	30 とまテレ君カード 加盟店情報		30 おまつりニッポン	30 とまテレ君カード加盟店 45 とまこまいだより			
3	00 あつまれ！トマキッズ		00 おっしーとここべりーな の料理、恐るに足らず	00 週刊とまこまい☆ 満載スタジオ		00 ACTIVE FIRE TV 活性の火'25 開幕1ヶ月前スペシャル	3
	30 おまつりニッポン		30 SPACE SHOWER TV MUSIC VIDEO	30 壮観劇場	30 週刊とまこまい☆ 満載スタジオ		
4	00 週刊とまこまい☆ 満載スタジオ		00 苫小牧東高校演劇部 全国大会壮行公演 『やっぱり、こっちがいい』	00 あつまれ！トマキッズ	00 【再放送】 7/21-7/24 苫小牧市議会定例会	00 あちこちなっち vol.224	4
	30 とまこまいだより 45 けーぶるてれび不動産			30 TPYアンサンブル 第2回定期演奏会	30 とまテレ君カード加盟店 45 とまこまいだより		
	00 苫小牧東高校演劇部 全国大会壮行公演 『やっぱり、こっちがいい』		00 週刊とまこまい☆ 満載スタジオ			00 週刊とまこまい☆ 満載スタジオ	
5			30 とまこまいだより 45 けーぶるてれび不動産			30 壮観劇場	5
6	00 道路情報カメラ		00 道路情報カメラ			00 あつまれ！トマキッズ	6
	30 108の煩惱ナイト#214 45 ゴーゴー！のりものタウン		30 ゴーゴー！のりものタウン 45 108の煩惱ナイト#215	30 108の煩惱ナイト#215 45 ゴーゴー！のりものタウン		30 ゴーゴー！のりものタウン 45 108の煩惱ナイト#216	
	00 おっしーとここべりーな の料理、恐るに足らず	00 週刊とまこまい☆ 満載スタジオ	00 糸井の森パークゴルフ	00 ACTIVE FIRE TV 活性の火'25 開幕1ヶ月前スペシャル		00 TPYアンサンブル 第2回定期演奏会	
7	30 SPACE SHOWER TV MUSIC VIDEO	30 ゴーゴー！のりものタウン 45 108の煩惱ナイト#214	30 とまテレ君カード 加盟店情報				7
8	00 糸井の森パークゴルフ	00 あつまれ！トマキッズ	00 あつまれ！トマキッズ	00 あちこちなっち vol.224			8
	30 とまテレ君カード 加盟店情報	30 糸井の森パークゴルフ	30 おまつりニッポン	30 とまテレ君カード加盟店 45 とまこまいだより			
9	00 あつまれ！トマキッズ	00 おっしーとここべりーな の料理、恐るに足らず	00 おっしーとここべりーな の料理、恐るに足らず	00 週刊とまこまい☆ 満載スタジオ		00 ACTIVE FIRE TV 活性の火'25 開幕1ヶ月前スペシャル	9
	30 おまつりニッポン	30 苫小牧東高校演劇部 全国大会壮行公演 『やっぱり、こっちがいい』	30 SPACE SHOWER TV MUSIC VIDEO	30 壮観劇場			
10	00 週刊とまこまい☆ 満載スタジオ		00 苫小牧東高校演劇部 全国大会壮行公演 『やっぱり、こっちがいい』	00 あつまれ！トマキッズ	00 ACTIVE FIRE TV 活性の火'25 開幕1ヶ月前スペシャル	00 あちこちなっち vol.224	10
	30 苫小牧東高校演劇部 全国大会壮行公演 『やっぱり、こっちがいい』	30 週刊とまこまい☆ 満載スタジオ		30 SPACE SHOWER	30 7/18-20 アニマル プラネット	30 とまテレ君カード加盟店 45 とまこまいだより	
11		00 とまこまいだより 15 けーぶるてれび不動産	00 週刊とまこまい☆ 満載スタジオ	00 加盟店情報	00 あちこちなっち vol.224	00 週刊とまこまい☆ 満載スタジオ	11
	30 108の煩惱ナイト#214 45 ゴーゴー！のりものタウン	30 ゴーゴー！のりものタウン 45 108の煩惱ナイト#214	30 ゴーゴー！のりものタウン 45 108の煩惱ナイト#215	30 108の煩惱ナイト#215 45 ゴーゴー！のりものタウン	30 とまテレ君カード加盟店 45 108の煩惱ナイト#216	30 ゴーゴー！のりものタウン 45 108の煩惱ナイト#216	
0	QVC 上質で価値あるものが自宅にいながら手に入るショッピングチャンネル						0

電気料金を見直してみませんか？

電気もおまかせ、おトクで安心！

でんきははじめました

ケーブルテレビでんき

powered by
ミツウロコグリーンエネルギー

安心ポイント
カンタン
手続き

安心ポイント
工事不要

安心ポイント
おまとめ
支払い

電力会社H

から

ケーブルテレビでんき
powered by ミツウロコグリーンエネルギー

に切り替えると

＼こんなにおトクに！／

2人家族の場合

1年間で約**16,872円**※1
おトク！

4人家族の場合

1年間で約**36,492円**※2
おトク！

※1 従量電灯B、契約アンペア数は40Aで月間の平均電力使用量が400kWhの場合を想定。※2 従量電灯B、契約アンペア数は60Aで月間の平均電力使用量が700kWhの場合を想定。※お客様のご利用実績の状況によってはお申込み頂けない場合がございます。

苫小牧ケーブルテレビ

キャンペーン期間

2025年 **7月31日** お申込み分まで！

3ヶ月無料 キャンペーン
最大42,537円割引！

格安
ケーブルスマホ
JAPAN CABLE & TELECOMMUNICATION ASSOCIATION

30GB音声通話SIM

月額 **3,157円** × 3ヶ月
※開通月+2ヶ月無料

通話定額かけ放題

月額 **1,650円** × 2ヶ月

最大
12,771円 おトク

★ Wi-Fi

スタンダードプラン

月額 **4,170円** × 3ヶ月
※開通月+2ヶ月無料

アドバンスプラン

月額 **5,742円** × 3ヶ月
※開通月+2ヶ月無料

最大
17,226円 おトク

テレビサービス

ライトコース

月額 **1,650円** × 3ヶ月
※開通月+2ヶ月無料

ベーシックプラスコース

月額 **4,180円** × 3ヶ月
※開通月+2ヶ月無料

最大
12,540円 おトク

対象者：新規または追加お申込みの方

現在ご利用中の他社ネット回線の
解除料 **最大33,000円**まで負担！
(プランにより負担額が異なります)
NEC製 高性能無線ルーターもプレゼント！

詳細につきましては
お問い合わせください

格安
ケーブルスマホ
JAPAN CABLE & TELECOMMUNICATION ASSOCIATION

開通月+2ヶ月無料

音声通話SIM

ハンドル クーポン なし	1GB	3GB	5GB	10GB	20GB	30GB
990円	1,265円	1,551円	1,892円	2,299円	2,695円	3,157円

※上記料金はケーブルテレビセット割適用後の金額です。※「30GBプラン」は「セット割」+「通話割」適用後の金額です。



ドコモ回線で使える格安モバイルサービス！



自動的なギガ増量なし！



データ移行お手伝い！

音声通話SIM

月額 **990円** 税込～

お申込み・お問い合わせは
こちら！



苫小牧ケーブルテレビ
〒053-0833 北海道苫小牧市日新町2丁目7-33

☎ **0144-73-1901**

【受付時間】10:00～18:00 (年中無休)

苫小牧市内であっても一部の地域ではサービスを提供出来ない場合がございます。