2026年11月 ひまわりてれび 諫早

諫早エリア111CHでご覧ください　※島原半島エリア112CH

ひまわりTimes 放送時間 7時・10時・12時 15時・19時・22時

日	月	火	水	木	金	土
1 ひまわりTimes 再放送 【月～水】 7時・10時・15時・18時 【特別番組】 PEACE FES ISAHAYA 2026 ■13時～ ■20時～ M.LEAGUE (23時～)	**2** ひまわりTimes (月)・(火)・(水) 【コーナー】ちょい旅～ネット鹿島編～ 長崎・佐賀のお出かけスポットを紹介！	**3** ひまわりTimes (月)・(火)・(水) 【コーナー】ちょい旅～ネット鹿島編～ 長崎・佐賀のお出かけスポットを紹介！	**4** ひまわりTimes (月)・(火)・(水) 【コーナー】ちょい旅～ネット鹿島編～ 長崎・佐賀のお出かけスポットを紹介！	**5** ひまわりTimes (木)・(金)・(土) 【コーナー】肉体改造！BURN BURN BURN！ フィットネスジムBURN 【県政番組】みジカなナガサキ 長崎がもっと“みジカ”になる！ 長崎県広報番組 M.LEAGUE (23時～)	**6** ひまわりTimes (木)・(金)・(土) 【コーナー】肉体改造！BURN BURN BURN！ フィットネスジムBURN 【県政番組】みジカなナガサキ 長崎がもっと“みジカ”になる！ 長崎県広報番組	**7** ひまわりTimes (木)・(金)・(土) 【コーナー】肉体改造！BURN BURN BURN！ フィットネスジムBURN 【県政番組】みジカなナガサキ 長崎がもっと“みジカ”になる！ 長崎県広報番組 M.LEAGUE (23時～)
8 ひまわりTimes 再放送 【月～水】 7時・10時・15時・18時 【木～土】 8時・11時・16時・19時 M.LEAGUE (23時～)	**9** ひまわりTimes (月)・(火)・(水) 【コーナー】ちょい旅～イキテレ編～ 長崎・佐賀のお出かけスポットを紹介！ 【特別番組】 第25回 とどろき名水まつり 13時・20時	**10** ひまわりTimes (月)・(火)・(水) 【コーナー】ちょい旅～イキテレ編～ 長崎・佐賀のお出かけスポットを紹介！	**11** ひまわりTimes (月)・(火)・(水) 【コーナー】ちょい旅～イキテレ編～ 長崎・佐賀のお出かけスポットを紹介！	**12** ひまわりTimes (木)・(金)・(土) 【コーナー】イイじゃん！いさはや 諫早市の市政・イベント情報をお伝えします 【県政番組】みジカなナガサキ 長崎がもっと“みジカ”になる！ 長崎県広報番組 M.LEAGUE (23時～)	**13** ひまわりTimes (木)・(金)・(土) 【コーナー】イイじゃん！いさはや 諫早市の市政・イベント情報をお伝えします 【県政番組】みジカなナガサキ 長崎がもっと“みジカ”になる！ 長崎県広報番組	**14** ひまわりTimes (木)・(金)・(土) 【コーナー】イイじゃん！いさはや 諫早市の市政・イベント情報をお伝えします 【県政番組】みジカなナガサキ 長崎がもっと“みジカ”になる！ 長崎県広報番組 M.LEAGUE (23時～)
15 ひまわりTimes 再放送 【月～水】 7時・10時・15時・18時 【木～土】 8時・11時・16時・19時 【特別番組】 とどろき名水まつり ■13時～ ■20時～ M.LEAGUE (23時～)	**16** ひまわりTimes (月)・(火)・(水) 【コーナー】ちょい旅～五島テレビ編～ 長崎・佐賀のお出かけスポットを紹介！	**17** ひまわりTimes (月)・(火)・(水) 【コーナー】ちょい旅～五島テレビ編～ 長崎・佐賀のお出かけスポットを紹介！	**18** ひまわりTimes (月)・(火)・(水) 【コーナー】ちょい旅～五島テレビ編～ 長崎・佐賀のお出かけスポットを紹介！	**19** ひまわりTimes (木)・(金)・(土) 【コーナー】肉体改造！BURN BURN BURN！ フィットネスジムBURN 【コーナー】ドキドキプライス なかつじ お得なお買い物情報をお届け！ M.LEAGUE (23時～)	**20** ひまわりTimes (木)・(金)・(土) 【コーナー】肉体改造！BURN BURN BURN！ フィットネスジムBURN 【コーナー】ドキドキプライス なかつじ お得なお買い物情報をお届け！	**21** ひまわりTimes (木)・(金)・(土) 【コーナー】肉体改造！BURN BURN BURN！ フィットネスジムBURN 【コーナー】ドキドキプライス なかつじ お得なお買い物情報をお届け！ M.LEAGUE (23時～)
22 ひまわりTimes 再放送 【月～水】 7時・10時・15時・18時 【木～土】 8時・11時・16時・19時 M.LEAGUE (23時～)	**23** ひまわりTimes (月)・(火)・(水) 【コーナー】ちょい旅～長崎ケーブルメディア編～ 長崎・佐賀のお出かけスポットを紹介！	**24** ひまわりTimes (月)・(火)・(水) 【コーナー】ちょい旅～長崎ケーブルメディア編～ 長崎・佐賀のお出かけスポットを紹介！	**25** ひまわりTimes (月)・(火)・(水) 【コーナー】ちょい旅～長崎ケーブルメディア編～ 長崎・佐賀のお出かけスポットを紹介！	**26** ひまわりTimes (木)・(金)・(土) 【コーナー】THE 警察署110 諫早市の交通情勢についてをお伝えします 【県政番組】みジカなナガサキ 長崎がもっと“みジカ”になる！ 長崎県広報番組	**27** 諫早市議会 ひまわりTimes (木)・(金)・(土) 【コーナー】THE 警察署110 諫早市の交通情勢についてをお伝えします 【県政番組】みジカなナガサキ 長崎がもっと“みジカ”になる！ 長崎県広報番組	**28** ひまわりTimes (木)・(金)・(土) 【コーナー】THE 警察署110 諫早市の交通情勢についてをお伝えします 【県政番組】みジカなナガサキ 長崎がもっと“みジカ”になる！ 長崎県広報番組 【特別番組】 第70回 春日園保育所うんどう会 13時・20時 M.LEAGUE (23時～)
29 ひまわりTimes 再放送 【月～水】 7時・10時・15時・18時 【木～土】 8時・11時・16時・19時 【特別番組】 春日園保育所うんどう会 ■13時～ ■20時～ M.LEAGUE (23時～)	**30** ひまわりTimes (月)・(火) 【コーナー】肉体改造！BURN BURN BURN！ フィットネスジムBURN 【コーナー】ちょい旅～大村ケーブルテレビ編～ 長崎・佐賀のお出かけスポットを紹介！	**1** 諫早市議会中継のため ひまわりTimesはお休みです	**2**	**3**	**4**	**5** 【特別番組】 第59回 高来文化祭 芸能発表会 13時・20時 M.LEAGUE (23時～)