

理事長就任のご挨拶

このたび、星野一雄前理事長の後任として理事長に就任いたしました飯野憲静です。当協会は昭和42年1月より業務を開始し、約半世紀に渡り放送と電話を通して地域の発展に寄与してまいりました。平成24年10月には公益社団法人に認定され、より地域への貢献が期待されているところです。

多くの先人により築き上げられたこの歴史と公益の精神を引き継ぎ、身に余る大役ではございますが職務に専心努力していく所存でございますので、皆様のなご一層のご支援とご協力、そしてご理解を賜りますよう、心からお願い申し上げます。



公益社団法人上越市有線放送電話協会 理事長 飯野 憲静

Programguide プログラムガイド

平成25年度の新番組・出演者の紹介 (平成25年6月現在)

「随想の広場」笑いヨガで元気に、楽しく

出演/上越教育大学准教授 笑いヨガ ティーチャー 田島弘司さん



毎月第2月曜日 朝6時～、昼12時15分～(再)

皆さん「ワッハッハ」と、大きな声でお腹から笑っていますか。「それほど面白いこともないし…」それでも良いのです。作り笑いでOK。大きな声を出して笑ううちに何だか楽しくなって、本当の笑いに変わっていく。「笑いヨガ」はここから始まります。その先は…田島さんのお話を聞いて実践を。

「俳句の心 季節の心」

出演/上越俳句連盟顧問 星野八郎さん



毎月第1火曜日 朝6時～、昼12時15分～(再)

俳句の要である季節の言葉＝季節や季節の紹介を通して、さまざまな表現や言葉の持つ力、おもしろさに触れてみませんか。花鳥風月を愛でる言葉や季節のうつろいを表す言葉。風土や風物、人々の営みを伝える言葉。共感を持って迎え入れられる新時代の言葉など、例句を引きながらお伝えします。

「小林古径生誕130年 古径芸術の軌跡」

出演/元小林古径記念美術館館長 小林新治さん



毎月第4火曜日 朝6時～、昼12時15分～(再)

上越市出身の近代日本画の巨匠小林古径が生まれ今年で130年。「古径芸術の軌跡」は今年度1年間、古径芸術に造詣の深い方々に古径の人となりや芸術性、古径の様々なエピソード等を聞いています。10月までは旧新潟県立美術博物館元館長で、小林古径記念美術館初代館長の小林新治さんの出演です。

「高田開府400年～高田城と高田城下町」

出演/上越市立総合博物館学芸員 荒川 将さん



毎月第2金曜日 朝6時～、昼12時15分～(再)

高田の町はまもなく開府400年を迎えます。幕末から明治・大正へと大きな時代の変化に揺れる城下町高田。戊辰戦争・自由民権運動と高田事件・信越線の開通・スキー発祥、そして迎える高田開府300年祭(1913年)。今年度は、変ぼう著しい時代の高田の歴史を荒川将学芸員が解説します。

「随想の広場」

出演/フードコーディネーター 唎酒師 上原みゆきさん



毎月第4月曜日 朝6時～、昼12時15分～(再)

食に関する専門家フードコーディネーターで、日本酒のソムリエともいわれる唎酒師の資格を持つ上原さん。飲食店の献立の企画・開発をはじめ、おいしく楽しく食事をしたりお酒を飲んだりできるようトータルでアドバイスしています。地元のおいしいもの、お酒にまつわるお話など…要チェックです。

「知って得する暮らしのマナー講座」

出演/ファイナンシャルプランナー 藤野茂樹さん



毎月第1水曜日 朝6時～、昼12時15分～(再)

マイホームの購入や住宅ローン、年金と医療費や介護費用、各種保険の知識など、暮らしに関わるお金の問題をファイナンシャルプランナーの藤野さんが解説します。家計の節約や見直しから安心して迎えたい老後の問題まで、知っておくと得をする暮らしの今と将来設計のアドバイスをお送りします。

「くろみつギター弾き語り～歌で逢いましょう」

出演/黒と光のファンタジスタ くらみつさん



毎月第3水曜日 朝6時～、昼12時15分～(再)

地元上越を拠点に音楽活動を展開している「くろみつ」こと黒田光広さん。ライブハウスやイベントへの出演、利用者を元気にと続けている老人福祉施設での「訪問Deライブ」など、ご存知の方も多しはず。このコーナーでは自慢の歌とギター＆ハーモニカの演奏、楽しいおしゃべりをお送りします。

「元気はつらつ健康体操」

出演/健康運動指導士 飯塚秀雄さん



平日(月～金曜日)おはようスポット 朝6時50分～

このコーナーでは、無理なく簡単に取り組める足・腰・肩を中心としたストレッチ体操(筋肉や関節を伸ばす柔軟体操)を、1日ひとつずつ放送しています。ひとつ1分～1分半くらいの体操ですが、積み重ねていくと大きな成果に。健康的な生活に欠かすことのできない運動の習慣を身に付けましょう。

番組・出演者タイムテーブル

①第1週 ②第2週 ③第3週 ④第4週 ⑤第5週

平日(月～金)	
6:00	チャイム おはよう上越 随想の広場 ①児童文学作家 杉みき子さん ②笑いヨガティーチャー 田島弘司さん ④フードコーディネーター・唎酒師 上原みゆきさん
(月)	①俳句の心 季節の心 上越俳句連盟 星野八郎さん ②地域発元気づくり活動 ③くろみつギター弾き語り～歌で逢いましょう くらみつさん ④小林古径生誕130年 古径芸術の軌跡
(火)	①知って得する暮らしのマナー講座 ファイナンシャルプランナー 藤野茂樹さん ②学び舎のうたが聞こえる ③街の話題 ④北陸研究センター情報 毎週 JAアワー ～JAえちご上越から
(水)	①健康ライフ～上越地域医療センター病院から ②健康ライフ～保健・医療・福祉に関する情報 ③健康ライフ～塚田こども医院 塚田次郎院長 ④暮らしのインフォメーション～県健康福祉環境部
(木)	①実験おじさんの何でもサイエンス 上越科学館館長 永井克行さん ②高田開府400年～高田城と高田城下町 上越市立総合博物館学芸員 荒川 将さん ③わくわく天文学 星のふるさと館 スタッフの皆さん ④野草観察タイム 上越植物友の会 小川清隆さん
(金)	①実験おじさんの何でもサイエンス 上越科学館館長 永井克行さん ②高田開府400年～高田城と高田城下町 上越市立総合博物館学芸員 荒川 将さん ③わくわく天文学 星のふるさと館 スタッフの皆さん ④野草観察タイム 上越植物友の会 小川清隆さん
(月)～(金)	⑤ふるさと再発見(不定期) 園児さんのモーニングコール 季節の言葉～上越俳句連盟 星野八郎さん お誕生おめでとうコーナー・学校保育園幼稚園だより
6:50	おはようスポット CMのコーナー・今日の一口メモ 元気はつらつ健康体操・学校保育園幼稚園だより
10:00	10時の放送 音楽とお知らせ・気象情報など
12:00	チャイム
12:15	ゆうせんホットスタジオ (月) 土日の話題から 市場だより～上越青果・一印魚市場から ①～④随想の広場(再) (火) ①～④朝の番組(再) (水) ①③朝の番組(再) ②④市政の窓 毎週 JAアワー ～JAえちご上越から (木) ①～④朝の番組(再) (金) ①～④朝の番組(再) (月)～(金) 午前中の出来事・今日の一口メモ・気象情報 ⑤ふるさと再発見(再)
3:00	3時の放送 音楽とお知らせ・気象情報など
5:00	チャイム
6:00	ニュースフラッシュ (月) 感染症情報 (水) ②学び舎のうたが聞こえる (月)～(金) 1日の出来事や街の話題・おくやみ情報・気象情報など
8:45	ニュースフラッシュ(再)

土曜日・日曜日		祝日
6:00	チャイム おはよう上越 (土) ①③⑤お話玉手箱 ～ジャックの会の読み語り ②④有線アーカイブ (日) ぼくの作文 わたしの作文 ～市内の小学生の作文を紹介 キッズ情報コーナー 学園通信(今週の学校・保育園の話題から)	*放送内容は平日と同じです
7:50	おはようスポット CMのコーナー・元気はつらつ健康体操(祝日のみ)	
12:00	チャイム	
5:00	チャイム	

番組案内

おはよう上越	平日 朝6時～6時15分 土・日・祝 朝6時30分～6時45分
おはようスポット	平日 朝6時50分～7時 土・日・祝 朝7時50分～8時
ゆうせんホットスタジオ	平日 昼12時15分～12時30分
ニュースフラッシュ	平日 午後6時～6時15分 再放送 夜8時45分～9時

選べる5つのチャンネル放送

聞きたい時に2桁のチャンネル番号を「ピッ・ピッ」とプッシュするだけで、好きな放送を好きなだけ聞くことができます。(利用料金はかかりません)

- 「使い方」
- ① 受話器を上げ発信音(ツー)を確認します。
 - ② 聞きたいチャンネルの番号を「ピッ・ピッ」と押します。(71なら「7,1」と、72なら「7,2」と押します)
 - ③ 受話器を戻すと、スピーカーから放送が流れます。
 - ④ 放送を止めたい時は受話器を上げて「7,0」です。

チャンネル番号	放送内容	放送時間
71	歌謡曲・演歌チャンネル *MUSIC BIRD(音楽専門衛星ラジオ放送)再送信 市議会議中継 (上越市議会議定例会会期中・生放送)	
72	BGM・歌のない軽音楽チャンネル *MUSIC BIRD(音楽専門衛星ラジオ放送)再送信	午前5時30分～ 午後11時59分
73	NHKラジオ第1放送 再送信	
74	BSNラジオ 再送信	
75	FM新潟 再送信	

JHK Information インフォメーション

有線放送からのお知らせ vol.3

番号帳に記載されている名義に変更がありましたら、有線本部までお知らせください

※最新版は平成24年発行の黄色い表紙の番号帳です
連絡は有線本部までお願いします

有線 53-3333
TEL 523-6567

受付時間/平日午前8時～午後6時 平日時間外・土日祝は留守番電話で対応します。