

### ロクナビ

ロックTVスタッフが取材・編集した村の話題などをお届けします。(毎週金曜夕方更新)

#### Pick Up! カヤック& SUP 体験



尾駁沼にて初開催となるカヤック& SUP 体験が行われ、多くの方が夏場のアクティビティを堪能しました。中には、水の中に落ちてしまう人も!? (8月8日収録)

- ◎倉内地区灯籠流し (8月16日収録)
- ◎ロクナビ総集編 (8月)

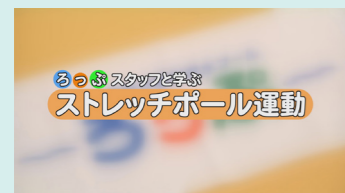
#### 「六ヶ所村立第二中、千歳中統合・結ぶ新たな絆」～一瞬入魂 今日という日に感謝を込めて～



今年度から統合した第二中学校と千歳中学校。統合した後の学校の様子や運動会での一致団結する姿を30分番組でお届けします。二中生と千中生が結ぶ新たな絆をぜひご覧ください。

(令和2年度制作)

#### ろっぷスタッフと学ぶ～ストレッチポール運動～



ろっぷのスタッフが自宅でできるストレッチポール運動を紹介。ストレッチポール運動を行うことで緊張している筋肉を緩め、体を歪みのない状態に整えることができます。テレビの前の皆さんも挑戦してみましょう!

(令和2年度制作)

#### ▶広報ろっかしよ



広報ろっかしよ最新号の掲載内容などを放送します。

#### ▶写真で巡るろっかしよ～取材アルバム～



広報誌の取材で撮影した写真を基に、アルバム風に編集して放送します。広報誌には掲載できなかった写真を見ることができます。

#### ▶役立つ情報が満載! 教えて六ヶ所村!! (新規事業)



各課の新規事業を紹介!

- ①原子力対策課、農林水産課、建設課
- ②上下水道課、福祉課、保健相談センター
- ③農林水産課

#### ▶山本直子が教える～メジロと一緒に生後1ヶ月からのベビーマッサージ～



山本直子先生が生後1ヶ月からのベビーマッサージを紹介します!

■テレビが映らない・受信状況が悪い時の連絡先  
六ヶ所村故障受付 (毎日8時～19時)  
☎ 0120 (357) 252

■受信設備の新設・移設・各種問い合わせなどの連絡先  
六ヶ所村サポートセンター (平日9時～17時)  
☎ 0120 (357) 727

◎BSデジタル放送(有料)を視聴するには、各放送局との契約が必要です。連絡先は新聞などのBS番組表をご覧ください。

#### 9月1日(午前6時)～10月1日(午前6時)

時	番組名	時	番組名
6:00	ロクナビ	16:00	ロクナビ
6:10	NEW ろっぷスタッフと学ぶ～ストレッチポール運動～	16:10	新型コロナウイルスに関するお知らせ(集団感染を防ぐには)
6:20	NEW「六ヶ所第二中、千歳中統合・結ぶ新たな絆」～一瞬入魂 今日という日に感謝を込めて～	16:15	応急手当の基礎知識～心肺蘇生法(成人)とAEDの使い方～
6:50	健康体操	16:30	役立つ情報が満載! 教えて六ヶ所村!! (新規事業②)
6:55	地震・津波情報のあれこれ!	16:50	広報、写真で巡るろっかしよ
7:00	ロクナビ	17:00	ロクナビ
7:10	新型コロナウイルスに関するお知らせ(集団感染を防ぐには)	17:10	山本直子が教える～メジロと一緒に生後1ヶ月からのベビーマッサージ～
7:15	山本直子が教える～スッキリ体操&元氣エクササイズ～	17:25	認知症シリーズ③ 認知症について知ろう!
7:35	認知症シリーズ① 認知症について知ろう!	17:35	おはなしの森～新納屋のコスケと化けギツネ～
7:40	おはなしの森～さんきちのみちあんない～	17:40	広報、伝えたい六ヶ所の風景
7:55	気象情報のあれこれ!	17:50	NEW ろっぷスタッフと学ぶ～ストレッチポール運動～
8:00	ロクナビ	18:00	ロクナビ
8:10	気になる施設で大発見!! 教えて環境研	18:10	いただきキッチン
8:40	応急手当の基礎知識～応急手当と119番通報～	18:25	六ヶ所村健康フェスタ
8:55	低栄養を予防して、元氣な毎日を!	18:55	広報
9:00	ロクナビ	19:00	ロクナビ
9:10	新型コロナウイルスに関するお知らせ(中小企業支援)	19:10	新型コロナウイルスに関するお知らせ(中小企業支援)
9:15	転倒・骨折予防体操～自宅バージョン～	19:15	NEW「六ヶ所第二中、千歳中統合・結ぶ新たな絆」～一瞬入魂 今日という日に感謝を込めて～
9:40	役立つ情報が満載! 教えて六ヶ所村!! (新規事業①)	19:45	役立つ情報が満載! 教えて六ヶ所村!! (新規事業③)
9:55	広報	19:50	広報、写真で巡るろっかしよ
10:00	ロクナビ	20:00	ロクナビ
10:10	山本直子が教える～メジロと一緒に生後1ヶ月からのベビーマッサージ～	20:10	2019 たのしむべ! フェスティバル
10:25	応急手当の基礎知識～けがをした時の手当～	20:40	国民年金基礎知識
10:40	おはなしの森～雨の日のメドチ～	20:55	広報
10:55	広報、伝えたい六ヶ所の風景	21:00	ロクナビ
11:00	ロクナビ	21:10	新型コロナウイルスに関するお知らせ(集団感染を防ぐには)
11:10	新型コロナウイルスに関するお知らせ(集団感染を防ぐには)	21:15	山本直子が教える～メジロと一緒に生後1ヶ月からのベビーマッサージ～
11:15	気になる施設で大発見!! 六ヶ所核融合研究所	21:30	六人～ソプラノ歌手・山崎由佳～
11:45	応急手当の基礎知識～乳児小児の心肺蘇生法～	22:00	ロクナビ
12:00	ロクナビ	22:10	いただきキッチン
12:10	いただきキッチン	22:25	NEW「六ヶ所第二中、千歳中統合・結ぶ新たな絆」～一瞬入魂 今日という日に感謝を込めて～
12:25	NEW「六ヶ所第二中、千歳中統合・結ぶ新たな絆」～一瞬入魂 今日という日に感謝を込めて～	22:55	伝えたい六ヶ所の風景
12:55	広報	23:00	ロクナビ
13:00	ロクナビ	23:10	新型コロナウイルスに関するお知らせ(集団感染を防ぐには)
13:10	新型コロナウイルスに関するお知らせ(中小企業支援)	23:15	新型コロナウイルスに関するお知らせ(中小企業支援)
13:15	2019 六ヶ所村異文化交流フェア	23:20	ロクナビ(総集編8月)
13:45	認知症シリーズ② 認知症について知ろう!	23:40	健康体操コンテスト
13:50	広報、写真で巡るろっかしよ	23:45	広報、写真で巡るろっかしよ、伝えたい六ヶ所の風景
14:00	六人～貝塚恵子～(平成25年度制作)	0:00	六人～貝塚恵子～(平成25年度制作)
14:30	ろっかしよ味めぐり～晩秋の郷土料理～(平成25年度制作)	0:30	ろっかしよ味めぐり～晩秋の郷土料理～(平成25年度制作)
15:00	ロクナビ	1:00	ロックTVからのお知らせ
15:10	転倒・骨折予防体操～自宅バージョン～	1:30	青森環境放射線モニタリング
15:35	応急手当の基礎知識～ノドにもものが詰まった時の手当～	6:00	
15:50	広報、伝えたい六ヶ所の風景		

総務課 情報システムグループ ☎ 72-8015

\*番組では、一部内容を変更して放送する場合があります  
\*機器調整のため番組を休止することがあります