

真庭ひかりネットワーク利用料のお支払いは

口座振替が 便利です!



＼お申し込み方法／

真庭いきいきテレビの窓口、または、各金融機関の窓口で、口座振替依頼書にご記入と押印のうえ、ご提出ください。

口座振替依頼書は、郵送でお送りすることもできますので、お気軽にお問合せください。

真庭エスパス文化振興財団・金融機関それぞれで、口座振替依頼書の内容に不備がないことが確認できた日の翌月以降から引き落とし対応になります。

口座振替が始まるまでの間は、お送りする請求書でのお支払いをお願いします。

使用できる金融機関

- JA 晴れの国岡山
- 中国銀行
- トマト銀行
- ゆうちょ銀行
- 津山信用金庫
- 備北信用金庫
- 倉吉信用金庫

隔月払いの方は、下記日程でお支払いをお願いいたします

お支払い期限 / 振替日 | **偶数月末**
(金融機関が休業日の場合は翌営業日)

金額 | **3,600円** (半額減免の方は **1,800円**)

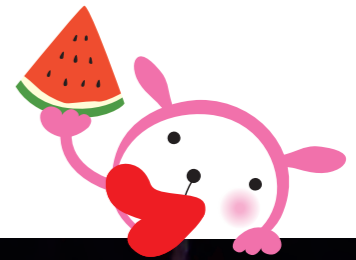
期	月	お支払い期限／振替日
1期	4～5月分	令和8年 6月30日(火)
2期	6～7月分	令和8年 8月31日(月)
3期	8～9月分	令和8年 11月2日(月)

期	月	お支払い期限／振替日
4期	10～11月分	令和8年 12月30日(水)
5期	12～1月分	令和9年 3月1日(月)
6期	2～3月分	令和9年 4月30日(金)

真庭いきいきテレビ番組表

月刊 **ひかり**

2026. 6 / 29 (月) → 8 / 2 (日) 放送分



7
2026



今月の生中継
第80回落合納涼花火大会
7月25日(土) 午後8時～
今月のコンサート
エスパス管弦楽団
New Year Concert 2026
2026年1月25日にエスパスホールで開催されたコンサートの模様をお届けします。

写真：郡神社の火祭り

お問い合わせ先

ひかり 真庭いきいきテレビ

〒719-3214 岡山県真庭市鍋屋 17-1

真庭いきいきテレビ



ご加入・お手続き・故障は
(保守管理課)

0867-42-7200

受付時間 9:00～18:00(年中無休)



告知放送機の故障は
(行政サービス故障受付)

0800-200-8810

24時間受付(年中無休)
※対応は翌日になる場合があります

取材、CM、ダビングのご依頼
番組内容については...

ひかり 真庭いきいきテレビ

報道制作課 TEL:0867-42-7205 FAX:0867-42-7201

公式ホームページ▶

Facebook▶





7月の番組表

番組構成・内容は都合により変更することがあります。予めご了承ください。

月	火	水	木	金	土	日
6:00 四季折々 :15 お気に入りの時間 :30 真庭版ラジオ体操 :35 みとすけTIME+どんぶらこ :45 こどもまんなか 7:00 週刊まにちゃん	6:00 まにちゃん(月) :30 真庭版ラジオ体操 :35 みとすけTIME+どんぶらこ :45 お気に入りの時間 7:00 まにちゃん(月) :30 韓国ドラマ 「商道(サンド)」 【字幕版】+ インフォーマーシャル 8:30 まにちゃん(月) 9:00 番組① :30 まにちゃん(月) 9:00 番組① :30 まにちゃん(月) 10:00 エクササイズ :30 まにちゃん(月) 11:00 韓国ドラマ 「商道(サンド)」 【字幕版】+ インフォーマーシャル 12:00 まにちゃん(月) :30 エスパス管弦楽団 New Year Concert 2026 13:30 CATV通信② 14:00 エクササイズ :30 こどもまんなか :45 CATV通信③ 15:00 お気に入りの時間 :15 四季折々 :30 週刊まにちゃん 17:10 真庭版ラジオ体操 :15 こどもまんなか :30 CATV通信① :55 みとすけTIME	6:00 まにちゃん(火) :30 真庭版ラジオ体操 :35 みとすけTIME+どんぶらこ :45 四季折々 7:00 まにちゃん(火) :30 CATV通信② 8:00 四季折々 :15 CATV通信③ :30 まにちゃん(火) 9:00 番組① :30 まにちゃん(火) 10:00 エクササイズ :30 まにちゃん(火) 11:00 CATV通信① :30 番組② :45 こどもまんなか 12:00 まにちゃん(火) :30 CATV通信① 13:00 CATV通信② :30 CATV通信③ :45 お気に入りの時間 14:00 エクササイズ :30 週刊まにちゃん 16:10 みとすけTIME :15 こどもまんなか :30 エスパス管弦楽団 New Year Concert 2026 17:40 みとすけTIME :45 番組③	6:00 まにちゃん(水) :30 真庭版ラジオ体操 :35 みとすけTIME+どんぶらこ :45 こどもまんなか 7:00 まにちゃん(水) :30 韓国ドラマ 「商道(サンド)」 【字幕版】+ インフォーマーシャル 8:30 まにちゃん(水) 9:00 番組③ :15 お気に入りの時間 :30 まにちゃん(水) 10:00 エクササイズ :30 まにちゃん(水) 11:00 韓国ドラマ 「商道(サンド)」 【字幕版】+ インフォーマーシャル 12:00 まにちゃん(水) :30 エスパス管弦楽団 New Year Concert 2026 13:00 番組③ :15 四季折々 :30 CATV通信② 14:00 エクササイズ :30 週刊まにちゃん 15:00 韓国ドラマ 「商道(サンド)」 【字幕版】+ インフォーマーシャル :30 番組② :45 こどもまんなか 16:00 週刊まにちゃん 16:10 みとすけTIME :15 こどもまんなか :30 エスパス管弦楽団 New Year Concert 2026 17:40 みとすけTIME :45 番組③	6:00 まにちゃん(木) :30 真庭版ラジオ体操 :35 みとすけTIME+どんぶらこ :45 お気に入りの時間 7:00 まにちゃん(木) :30 CATV通信① 8:00 番組② :15 こどもまんなか :30 まにちゃん(木) 9:00 番組① :30 まにちゃん(木) 10:00 エクササイズ :30 まにちゃん(木) 11:00 番組③ :15 四季折々 :30 番組② :45 お気に入りの時間 12:00 まにちゃん(木) :30 番組① :15 四季折々 :30 CATV通信② 14:00 エクササイズ :30 週刊まにちゃん 15:00 番組② :15 こどもまんなか :30 番組③ :45 CATV通信③ 16:00 お気に入りの時間 16:15 エスパス管弦楽団 New Year Concert 2026 17:45 四季折々	6:00 まにちゃん(金) :30 真庭版ラジオ体操 :35 みとすけTIME+どんぶらこ :45 四季折々 7:00 まにちゃん(金) :30 CATV通信② 8:00 番組① :30 まにちゃん(金) 9:00 CATV通信① :30 まにちゃん(金) 10:00 エクササイズ :30 まにちゃん(金) 11:00 番組② :15 こどもまんなか :30 番組③ :45 お気に入りの時間 12:00 まにちゃん(金) :30 エスパス管弦楽団 New Year Concert 2026 13:00 番組③ :15 四季折々 :30 番組② 14:00 エクササイズ :30 番組① 15:00 番組② :15 こどもまんなか :30 番組③ :45 CATV通信③ 16:00 お気に入りの時間 16:15 エスパス管弦楽団 New Year Concert 2026 17:55 どんぶらこ	6:00 インフォメーション :15 四季折々 :30 真庭版ラジオ体操 :35 みとすけTIME+どんぶらこ :45 こどもまんなか 7:00 インフォメーション :15 週刊まにちゃん 8:55 どんぶらこ 9:00 インフォメーション :15 番組② :30 お気に入りの時間 :45 インフォメーション 10:00 エクササイズ :30 インフォメーション :45 週刊まにちゃん 12:25 どんぶらこ :30 番組① 13:00 インフォメーション :15 番組③ :30 番組② :45 お気に入りの時間 14:00 エクササイズ 14:30 週刊まにちゃん 16:10 どんぶらこ :15 週刊まにちゃん 17:55 どんぶらこ 18:00 お悔やみ・お知らせ :05 週刊まにちゃん 19:45 こどもまんなか 20:00 お悔やみ・お知らせ :05 週刊まにちゃん 21:45 番組③ 22:00 お悔やみ・お知らせ :05 週刊まにちゃん 23:45 番組② 24:00 お悔やみ・お知らせ :05 週刊まにちゃん 1:45 四季折々 2:00 放送終了
ほっとまにちゃん 更新	ほっとまにちゃん 更新	ほっとまにちゃん 更新	ほっとまにちゃん 更新	ほっとまにちゃん 更新	ほっとまにちゃん 更新	ほっとまにちゃん 更新
18:00 まにちゃん(月) :30 番組① 19:00 まにちゃん(月) :30 番組② :45 お気に入りの時間 20:00 まにちゃん(月) :30 番組③ :45 四季折々 21:00 まにちゃん(月) :30 CATV通信② 22:00 まにちゃん(月) :30 番組① 23:00 まにちゃん(月) :30 番組② :45 こどもまんなか 24:00 まにちゃん(月) :30 番組③ :45 四季折々 1:00 まにちゃん(月) :30 お気に入りの時間 :45 yuragi 2:00 放送終了	18:00 まにちゃん(火) :30 番組③ :45 お気に入りの時間 19:00 まにちゃん(火) :30 番組② :45 四季折々 20:00 まにちゃん(火) :30 CATV通信② 21:00 まにちゃん(火) :30 番組③ :45 CATV通信③ 22:00 まにちゃん(火) :30 番組① 23:00 まにちゃん(火) :30 CATV通信① 24:00 まにちゃん(火) :30 番組② :45 こどもまんなか 1:00 まにちゃん(火) :30 四季折々 :45 姫新線の旅 2:00 放送終了	18:00 まにちゃん(水) :30 番組③ :45 四季折々 19:00 まにちゃん(水) :30 番組① :45 四季折々 20:00 まにちゃん(水) :30 番組② :45 お気に入りの時間 21:00 まにちゃん(水) :30 番組① 22:00 まにちゃん(水) :30 番組③ :45 こどもまんなか 23:00 まにちゃん(水) :30 CATV通信② 24:00 まにちゃん(水) :30 番組③ :45 お気に入りの時間 1:00 まにちゃん(水) :30 こどもまんなか :45 四季折々 2:00 放送終了	18:00 まにちゃん(木) :30 番組① :45 四季折々 20:00 まにちゃん(木) :30 番組② :45 お気に入りの時間 21:00 まにちゃん(木) :30 番組① 22:00 まにちゃん(木) :30 CATV通信② 23:00 まにちゃん(木) :30 番組① 24:00 まにちゃん(木) :30 番組② :45 お気に入りの時間 1:00 まにちゃん(木) :30 四季折々 :45 yuragi 2:00 放送終了	18:00 まにちゃん(金) :30 CATV通信① 19:00 まにちゃん(金) :30 番組③ :45 お気に入りの時間 20:00 まにちゃん(金) :30 番組② :45 こどもまんなか 21:00 まにちゃん(金) :30 番組① 22:00 まにちゃん(金) :30 番組② :45 四季折々 23:00 まにちゃん(金) :30 お気に入りの時間 :45 CATV通信③ 24:00 まにちゃん(金) :30 CATV通信② 1:00 まにちゃん(金) :30 こどもまんなか :45 姫新線の旅 :45 yuragi 2:00 放送終了	18:00 インフォメーション :15 番組③ :30 CATV通信② 19:00 インフォメーション :15 番組① :45 四季折々 20:00 インフォメーション :15 CATV通信① :45 お気に入りの時間 21:00 インフォメーション :15 CATV通信③ :30 番組② :45 こどもまんなか 22:00 インフォメーション :15 番組① :45 お気に入りの時間 23:00 インフォメーション :15 こどもまんなか :30 CATV通信② 24:00 インフォメーション :15 番組③ :30 CATV通信① 1:00 インフォメーション :15 四季折々 :30 お気に入りの時間 :45 yuragi 2:00 放送終了	18:00 お悔やみ・お知らせ :05 週刊まにちゃん 19:45 こどもまんなか 20:00 お悔やみ・お知らせ :05 週刊まにちゃん 21:45 番組③ 22:00 お悔やみ・お知らせ :05 週刊まにちゃん 23:45 番組② 24:00 お悔やみ・お知らせ :05 週刊まにちゃん 1:45 四季折々 2:00 放送終了



今月の

週替わり番組

※左の番組表の番組①②③で放送します。

6/29(月) → 7/5(日)

番組① 文化情報キャッチ
市内の文化施設や図書館の情報を紹介します。

番組② あっちこっち岡山 前編
岡山県ケーブルテレビ振興協議会の共同制作番組です。

番組③ カンパイカンパニー
市内の元気な企業を紹介します。

7/13(月) → 7/19(日)

番組① みまさか自慢
今回のテーマは「夏のイベント」です。津山市からお届けします。

番組② ぐるぐる中四国・関西
中四国・関西のケーブルテレビの共同制作番組です。

番組③ ダイブ・トゥ・マニワ
MIT職員が市内で様々な活動をする人達の元を訪れ体験し、その魅力を紹介します。

7/6(月) → 7/12(日)

番組① 市役所通信
真庭市の施策や事業についてお知らせします。

番組② あっちこっち岡山 後編
岡山県ケーブルテレビ振興協議会の共同制作番組です。

番組③ なんとむかしがあっただけな
市内の語りの会のメンバーに昔話を語ってもらいます。

7/20(月) → 7/26(日)

番組① すこやかライフまにわ
健康づくりに役立つ情報やアドバイスをご紹介します。

番組② 真庭の人びと
冊子「真庭の人びと」の中から、観光地域づくりマネージャーが紹介されている人びとに会いに行きます。

番組③ てくてくまにわ 久世商店街編
市内をまち歩きする番組。今回は久世の商店街を巡ります。

7/27(月) → 8/2(日) 再放送

番組① ダイブ・トゥ・マニワ&カンパイカンパニー

番組② てくてくまにわ 久世商店街編

番組③ 真庭の人びと

☆ おすすめ番組 ☆



てくてくまにわ 久世商店街編

7/20(月) → 8/2(日) 放送予定

今回は久世の商店街をまち歩きます。夜しか開いていないあのお店や久世地域での新しい取り組み、そして美味しいランチも紹介。地元の櫻井彩子さんと巡ります。

今月の生中継

第80回落合納涼花火大会

7月25日(土) 午後8時～

落合納涼花火大会を今年も生中継します。旭川のせせらぎと夜空に打ち上げられる花火、そして山々に反響する轟音を会場からお届けします。真庭の夏を盛大に彩る、色鮮やかな光の華を思う存分お楽しみください。



※昨年の様子