

ケーブルテレビ「Weeklyながくて」放送のご案内

放送波	地上波デジタル	CATV多チャンネル
チャンネル名	ひまわり12	メープルチャンネル
チャンネル番号	12CH	125CH
放送日時 (各15分)	1週間ごとに放送内容が更新されます 更新は毎週月曜日19:30~19:45	
	毎日 6:15~ 13:00~ 19:30~ 22:30~	毎日 5:30~、7:30~ 10:30~、12:30~ 14:00~、16:30~ 18:00~、19:30~ 23:00~

【視聴に関してのご質問】

問合せ先：ひまわりネットワーク（0120-210-114）

※放送日時等は変更される場合がありますので、ホームページでご確認ください。
※市のホームページでも、過去放送分を含め番組を視聴できます。番組以外にもご自宅でできる様々な運動などの動画を配信していきますので、ぜひご覧ください。



長久手市ホームページ

ながくて いきいきライフ で検索





長久手市いきいきライフ推進事業

LINEで健康情報の配信はじめます

スマートフォンやパソコンで利用できるLINEアプリを活用して、運動の動画をはじめ、おうちでの生活に役立つ様々な健康情報を随時お届けします。

【登録方法】LINEアプリの

「友だち追加」  → 「QRコード」  で

右のQRコードを読み取ってください

