



ほうき情報カレンダー

2026年
7月

役場事業・学校行事

	行事内容	ところ	とき
行役場 相談 人権	人権・行政相談	岸本公民館	10日(金)
	人権・行政相談	溝口公民館	27日(月)
保母 健子	5歳児健診	パルプラスオン	2日(木)
	6～8か月児健診	パルプラスオン	6日(月)
	赤ちゃん相談日	パルプラスオン	14日(火)
行学 事校	岸本小学校終業式	岸本小学校	22日(水)
	八郷小学校終業式	八郷小学校	22日(水)
	溝口小学校終業式	溝口小学校	22日(水)
	二部小学校終業式	二部小学校	22日(水)
	岸本中学校終業式	岸本中学校	17日(金)
	溝口中学校終業式	溝口中学校	17日(金)
障 介が 護い	オレンジカフェほうき	みぞくちテラス	21日(火)
	つどいカフェ	サービス付き高齢者向け 住宅あゆみ交流室	22日(水)
	障がい老人をささえる家族の会	パルプラスオン和室	23日(木)
図 書 館	月末整理日(休館)	溝口・岸本図書館	31日(金)

公民館同好会・教室

	行事内容	ところ	とき
生 園 け 芸 花	お花のおけいこの会	岸本公民館	5日(日)
	フラワーアレンジメント	日光公民館	不定期開催
将 碁 ・ 囲 碁	囲碁同好会	岸本老人福祉センター	毎週水曜日
	囲碁将棋	日光公民館	毎週水曜日
音 楽	和太鼓きつず	農村環境改善センター	毎週金曜日
	オカリナハーモニーぶなの森	岸本公民館	13日(月)、27日(月)
	お箏教室	岸本公民館	1日(水)、8日(水)、22日(水)
	箏教室～なのはな～	岸本公民館	11日(土)、25日(土)
	大正琴同好会「はなみずき」	岸本公民館	2日(木)、16日(木)
	森と泉の里合唱団	岸本公民館	毎週木曜日 ※7/30は除く
	カラオケ教室	岸本老人福祉センター	毎週木曜日
	コーラス	二部公民館	毎週木曜日
	コーラス(コール・フォルテシモ)	溝口体育館	10日(金)、24日(金)
	歌声のつどい	溝口公民館	14日(火)
	kishimo de ウクレレ	岸本公民館	10日(金)、24日(金)
	カバリッチョ楽団	二部公民館	毎週火曜日
	舞 踊 ス	溝口傘踊り同好会	神奈備ふれあい会館
フラダンス教室		岸本公民館	12日(日)、19日(日)

	行事内容	ところ	とき	
健 康	コーカラ健康塾	岸本公民館	毎週水曜日	
		溝口公民館	毎週金曜日 ※7/3は除く	
		二部公民館	毎週月曜日 ※7/20は除く	
	ヨガ倶楽部	岸本公民館	毎週土曜日	
	リラックスヨーガ	岸本公民館	毎週火曜日	
	ヨガ同好会	岸本公民館	毎週木曜日	
	niko yoga	岸本公民館	第1、3水曜日 毎週金曜日※7/31は除く	
	ヨガ	二部公民館	毎月第3月曜日	
	アンチエイジング体操教室	溝口体育館	毎週土曜日	
	ファンクショナルローラー ピラティス	岸本公民館	毎月第1・2・3・5金曜日 毎月第4日曜日	
溝口公民館		14日(火)、18日(土) 21日(火)、28日(火)		
ス ポ ー ツ	ソフトテニス同好会	岸本体育館	毎週日曜日	
	伯耆バブルス	岸本体育館	毎週木・土曜日	
	伯耆レガメSC	町民岸本グラウンドほか	毎週月・水・木・土曜日	
	ウィングショット	岸本体育館	毎週日曜日	
	NIBUバド	二部体育館	毎週土・日曜日	
	だんプロスポーツ	二部体育館	毎週土・月曜日	
	ISクラブ	二部体育館	毎週金曜日	
	ソフトバレー	二部体育館	毎週水・土曜日	
	・ 読 教 書 養	古文書を読む会	溝口公民館	11日(土)
		あたまイキイキ音読教室	岸本公民館	22日(水)
あたまイキイキ音読教室		溝口公民館	15日(水)	
語 学	英会話サークル	岸本公民館	毎週第4木曜日 ※7月は16日に開催	
	英会話教室	二部公民館	毎週水曜日	
	英会話教室	溝口公民館	毎週月曜日 ※7/6、7/20は除く	
ア 絵 画 ・ ト ・	スケッチ同好会	日光公民館	毎月第3水曜日	
	絵手紙	二部公民館	毎月第2金曜日	
	フォトクラブきしもと	岸本公民館	14日(火)	
	アトリエ polka-dots	二部公民館	毎月第3水曜日	
手 編 工 物 芸	パッチワーク	岸本公民館	7日(火)、21日(火)	
	陶芸教室	岸本公民館	21日(火)、22日(水) 23日(木)	
	古布の会	二部公民館	毎月第1日曜日	
	編み物	溝口公民館	6日(月)、21日(火)	
	布絵本ちくちく教室	溝口公民館	7日(火)、21日(火)	
	手作り教室	岸本公民館	偶数月第3木曜日	
	アロマ教室	岸本公民館	6月・9月・12月・3月の 第2日曜日	
茶 道	茶道教室	岸本公民館	毎週木曜日	
お や つ 教 室	ふじはら農園茶会部	溝口公民館	8日(水)、11日(土)	
書 道	子供習字教室	岸本公民館	毎週火・金曜日 ※7/31は除く	
そ の 他	だんだんプロジェクト	二部公民館	毎月1・3木曜日	
	あづみ珠算塾	岸本公民館	毎週火、木・土曜日	

伯耆町役場情報

本庁舎 〒689-4133 伯耆町吉長37番地3 TEL 68-3111(代表) FAX 68-3866

分庁舎 〒689-4292 伯耆町溝口647番地 TEL 62-0711(代表) FAX 62-7172

公民館等施設

3F 議会事務局 68-3112	1F 住民課 ●戸籍担当 68-3115 ●税務室 68-3114 ●地籍調査室 68-5538 ●環境整備課 ●環境整備室 68-5539 ●上下水道室 68-5540 ●健康増進室 68-5536 ●高齢者支援室 68-5535 ●福祉課 ●福祉支援室 68-5534 (福祉事務所) ●子育て支援室 68-5533 (子ども家庭センター)
2F 総務課 ●総務室 68-3111 企画課 ●経営企画室 68-4212 ●町づくり推進室 68-3113 ●地域未来戦略室 68-4001 産業課 ●農林室、農業委員会事務局 68-3315 ●商工観光室 68-4211	健康対策課 地域包括支援センター 福祉課
1F 会計課 68-4213	

3F 教育委員会事務局	●総務学室 62-0927 ●生涯学習室 62-0712 ●人権政策室 62-0713
1F 分庁総合窓口課 62-0711 農業委員会事務局 62-0715 配車センター(伯耆町バス) フリーダイヤル 0120-62-0734	

岸本公民館 68-3617 溝口公民館 62-1177 二部公民館 62-7159 日光公民館 63-0306 岸本図書館 68-3605 溝口図書館 62-0717	総合スポーツ公園 68-3775 文化センター 62-7078 鬼の館 63-0987 写真美術館 39-8000
--	--



伯耆町有線テレビジョン放送

番組予定表

2026年7月

月	火	水	木	金	土	日
<p>今月の番組予定をお知らせします。</p>		<p>1日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>議会 6月定例会 一般質問① (6/24再)</p> <p>(2時間毎放送)</p>	<p>2日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>議会 6月定例会 一般質問② (6/25再)</p> <p>(2時間毎放送)</p>	<p>3日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>議会 6月定例会 一般質問③ (6/26再)</p> <p>(2時間毎放送)</p>	<p>4日</p> <p>17:30 今週のニュース ハイライト</p> <p>18:30 こんにちは町長です 広報7月号 (6/29再)</p> <p>(2時間毎放送)</p>	<p>5日</p> <p>17:30 今週のニュース ハイライト</p> <p>18:30 溝口小学校 運動会 (6/6再)</p> <p>(2時間毎放送)</p>
<p>6日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>ピックアップ伯耆 気象警報の情報が 大きく変わりました (6/22再)</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>7日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>あの時の頃 平成30年7月 アーカイブ</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>8日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>すくすくほうきっこ 子ども向け コンテンツ</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>9日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>HCT特集 みぞくちテラノ 古川匡子さん (6/11再)</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>10日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>テレビに まかせな晴れ 健康マージャン</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>11日</p> <p>17:30 今週のニュース ハイライト</p> <p>18:30 伯耆町教育振興会 研修会 「認知能力と 非認知能力を 共に育てるために」 (6/14再)</p> <p>(3時間毎放送)</p>	<p>12日</p> <p>17:30 今週のニュース ハイライト</p> <p>18:30 八郷小学校 運動会 (6/13再)</p> <p>(3時間毎放送)</p>
<p>13日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>ピックアップ伯耆 住民健診を 受けよう</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>14日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>スマイルキッズ ふたば保育所</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>15日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>みんなの健康レシピ 甘酒を使ったレシピ (6/17再)</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>16日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>HCT特集 伯耆町美術展の 裏ガワ</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>17日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>ちょいトレ! 体幹を鍛えよう! (6/12再)</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>18日</p> <p>17:30 今週のニュース ハイライト</p> <p>18:30 伯耆町人権教育・ 啓発推進協議会 研修会「若者と 女性に選ばれる 地域づくり」 中原美由紀 副知事 (2時間毎放送)</p> <p>(3時間毎放送)</p>	<p>19日</p> <p>17:30 今週のニュース ハイライト</p> <p>18:30 二部小学校 運動会 (6/20再)</p> <p>(3時間毎放送)</p>
<p>20日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>ピックアップ伯耆 住民健診を 受けよう (7/13再)</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>21日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>あの時の頃 平成30年7月 アーカイブ (7/7再)</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>22日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>すくすくほうきっこ 子ども向け コンテンツ (7/8再)</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>23日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>HCT特集 伯耆町美術展の 裏ガワ (7/16再)</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>24日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>テレビに まかせな晴れ 健康マージャン (7/10再)</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>25日</p> <p>17:30 今週のニュース ハイライト</p> <p>18:30 矢田貝家 調査プロジェクト 成果報告 (6/21再)</p> <p>(3時間毎放送)</p>	<p>26日</p> <p>17:30 今週のニュース ハイライト</p> <p>18:30 岸本小学校 運動会 (6/27再)</p> <p>(3時間毎放送)</p>
<p>27日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>ピックアップ伯耆 家電製品の 廃棄方法</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>28日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>スマイルキッズ ふたば保育所 (7/14再)</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>29日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>みんなの健康レシピ ロコモ予防レシピ</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>30日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>こんにちは町長です 広報8月号</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>31日</p> <p>17:30 伯耆町ニュース</p> <p>ちょいトレ! 肩まわりを 鍛えよう!</p> <p>(30分毎放送)</p>	<p>《放送スケジュール》【放送チャンネル】113チャンネル</p> <p>毎日、午後5時30分から、当日の放送が始まります。 平日は30分ごとのサイクル放送で、ニュース・制作番組・ 文字放送の順に放送します。 土・日は、ニュースハイライトと文字放送を1時間、 制作番組と文字放送を1時間または2時間の順に放送します。 ※特別番組がある場合は放送時間を変更します。 ※午前1時30分以降は制作番組終了後から、 午前5時30分までは文字放送のみとなります。</p> <p>なお、放送内容は都合により変更することがあります。 ご了承ください。</p>	

今月のおすすめ番組

	<p>みんなの健康レシピ 7/29(水)</p> <p>★美味しく健康になれるレシピを紹介するコーナー。 今回は「ロコモ(ロコモティブシンドローム)」の 予防レシピを紹介します。</p>
	<p>ちょいトレ! 7/31(金)</p> <p>★町内のフィットネスジムのトレーナー・古川さんに、お家でできる簡単なトレーニングやストレッチを教わる新コーナー。 今回は「肩まわり」を鍛えます!</p>

伯耆町YouTubeチャンネル

登録はこちら↓

放送した番組の一部をYouTubeでも配信しています。
そのほか、伯耆町の魅力や行政情報などをお届け!

-----【113chへの問合せ・情報提供先】-----

○伯耆町有線テレビジョンセンター
TEL 0859-63-0991 FAX 0859-39-9030 E-mail houkicatv@houki-town.jp

○伯耆町役場 企画課 町づくり推進室
TEL 0859-68-3113 FAX 0859-68-3866 E-mail machidukuri@houki-town.jp

-----【契約内容・受信不良について】-----

○株式会社中海テレビ放送
TEL 0120-727-868 E-mail catv@chukai.co.jp