

# TV SCHEDULE

週間テレビ番組表

※サラウンドステレオ 音声多重放送 日ニカ国放送  
囲手話放送 囲字幕放送 囲データ放送 囲解説放送  
16 17  
※局の都合により、番組内容、放送日時などが変更  
になる場合があります。

## 高橋伸子の 家計簿クリニック 相談者大募集

### 採用者には5000円の商品券をプレゼント!

【応募要項】①年間の支出項目 ②1カ月の家計簿 ③家族構成 ④年齢  
⑤聞きたいこと ⑥住所 ⑦電話番号・メールアドレスを記入し右記へ

メール/kakeibo@living-k.co.jp FAX/096-311-1088  
郵送/〒860-8511 熊本リビング新聞社「家計簿クリニック」係

人にきけない  
お金の悩みを  
相談しませんか?  
詳しくはHPへ→



回答者/高橋伸子  
生活経済ジャーナリスト

### 4月16日(木)

TKU	テレビ熊本	RKK	熊本放送	KKT	くまもと県民	KAB	熊本朝日	NHK	NHK総合
4.50	55買物情報	4.20	特選!買物!はやドキ	4.20	買物!50買物	4.20	ぶち!ケビ!買!ぶち	4.30	おはよう日本
5.25	めざましテレビ	6.00	あさチャン!	5.20	oha!4	5.25	グッド!モーニング	5.25	めざましテレビ
8.00	とくダネ!	8.00	ライプで見る世界の今	5.50	ZIP!	8.00	ライプで見る世界の今	8.00	とくダネ!
9.50	英太郎のかたらんね	9.55	テレビショッピング	10.25	買物!50買物	9.55	アサデス。九州・山口	9.55	英太郎のかたらんね
10.50	買物!11.20タウン	10.25	ひるおび!	11.25	Life+30	10.25	27お買物情報	10.50	買物!11.20タウン
11.25	お気楽さんぽ	11.30	3分クッキング	11.55	ヒルナンデス	10.30	天下容子ワイド!	11.00	おウサの保護者会
11.55	パイキング	11.30	ひるおび!	11.55	ヒルナンデス	10.30	天下容子ワイド!	11.30	はっけん!テレメッセ
1.45	直撃ライブ!グッティ	1.55	ゴゴスマ	1.55	ミヤネ屋	1.00	お買物情報	1.45	直撃ライブ!グッティ
3.50	SUITS/スーツ	3.50	水戸黄門	3.50	Every.	3.35	BG~身辺警護人~	3.50	SUITS/スーツ
4.50	TKU Live	4.50	NEWS	4.50	てれびた	4.40	Jチャンネル	4.50	TKU Live
7.00	BS嵐	7.00	プレバト!!	7.00	THE突破ファイル	7.00	ハナタカ優越館日本人	7.00	BS嵐
7.57	直撃!シンソウ坂上	8.00	ニゲン観察バラエティ	8.00	ニゲン観察バラエティ	8.00	ニゲン観察バラエティ	8.00	直撃!シンソウ坂上
10.00	アンソング・シン	10.00	THE夜会	10.00	THE夜会	10.00	THE夜会	10.00	アンソング・シン
11.00	アウト×テラックス	11.00	NEWS	11.00	NEWS	11.00	NEWS	11.00	アウト×テラックス
11.40	ライブα	11.40	ライブα	11.40	ライブα	11.40	ライブα	11.40	ライブα
0.25	チマタの権!バチ王伝	0.25	チマタの権!バチ王伝	0.25	チマタの権!バチ王伝	0.25	チマタの権!バチ王伝	0.25	チマタの権!バチ王伝
1.45	富豪刑事	1.45	富豪刑事	1.45	富豪刑事	1.45	富豪刑事	1.45	富豪刑事
2.15	もらい酒みなど旅2	2.15	もらい酒みなど旅2	2.15	もらい酒みなど旅2	2.15	もらい酒みなど旅2	2.15	もらい酒みなど旅2
2.45	買物情報(3.15)	2.45	買物情報(3.15)	2.45	買物情報(3.15)	2.45	買物情報(3.15)	2.45	買物情報(3.15)

### 4月17日(金)

TKU	テレビ熊本	RKK	熊本放送	KKT	くまもと県民	KAB	熊本朝日	NHK	NHK総合
4.50	55買物情報	4.20	特選!買物!はやドキ	4.20	買物!50買物	4.20	ぶち!ケビ!買!ぶち	4.30	おはよう日本
5.25	めざましテレビ	6.00	あさチャン!	5.20	oha!4	5.25	グッド!モーニング	5.25	めざましテレビ
8.00	とくダネ!	8.00	ライプで見る世界の今	5.50	ZIP!	8.00	ライプで見る世界の今	8.00	とくダネ!
9.50	英太郎のかたらんね	9.55	テレビショッピング	10.25	買物!50買物	9.55	アサデス。九州・山口	9.55	英太郎のかたらんね
10.50	買物!11.20タウン	10.25	ひるおび!	11.25	Life+30	10.25	27お買物情報	10.50	買物!11.20タウン
11.25	お気楽さんぽ	11.30	3分クッキング	11.55	ヒルナンデス	10.30	天下容子ワイド!	11.00	おウサの保護者会
11.55	パイキング	11.30	ひるおび!	11.55	ヒルナンデス	10.30	天下容子ワイド!	11.30	はっけん!テレメッセ
1.45	直撃ライブ!グッティ	1.55	ゴゴスマ	1.55	ミヤネ屋	1.00	お買物情報	1.45	直撃ライブ!グッティ
3.50	SUITS/スーツ	3.50	水戸黄門	3.50	Every.	3.35	BG~身辺警護人~	3.50	SUITS/スーツ
4.50	TKU Live	4.50	NEWS	4.50	てれびた	4.40	Jチャンネル	4.50	TKU Live
7.00	BS嵐	7.00	プレバト!!	7.00	THE突破ファイル	7.00	ハナタカ優越館日本人	7.00	BS嵐
7.57	直撃!シンソウ坂上	8.00	ニゲン観察バラエティ	8.00	ニゲン観察バラエティ	8.00	ニゲン観察バラエティ	8.00	直撃!シンソウ坂上
10.00	アンソング・シン	10.00	THE夜会	10.00	THE夜会	10.00	THE夜会	10.00	アンソング・シン
11.00	アウト×テラックス	11.00	NEWS	11.00	NEWS	11.00	NEWS	11.00	アウト×テラックス
11.40	ライブα	11.40	ライブα	11.40	ライブα	11.40	ライブα	11.40	ライブα
0.25	チマタの権!バチ王伝	0.25	チマタの権!バチ王伝	0.25	チマタの権!バチ王伝	0.25	チマタの権!バチ王伝	0.25	チマタの権!バチ王伝
1.45	富豪刑事	1.45	富豪刑事	1.45	富豪刑事	1.45	富豪刑事	1.45	富豪刑事
2.15	もらい酒みなど旅2	2.15	もらい酒みなど旅2	2.15	もらい酒みなど旅2	2.15	もらい酒みなど旅2	2.15	もらい酒みなど旅2
2.45	買物情報(3.15)	2.45	買物情報(3.15)	2.45	買物情報(3.15)	2.45	買物情報(3.15)	2.45	買物情報(3.15)

BS8	BS7	BS6	BS-TBS	BS4	BS日テレ	BS5	BS朝日	BS1	NHK BS1
4.55	美術	4.00	45名曲	4.00	買物	4.00	買物	5.00	ワールドニュース
7.01	買物	6.00	買物	8.00	買物	7.00	買物	8.00	ワールドニュース
8.55	買物	8.00	買物	10.00	買物	8.30	買物	9.00	ワールドニュース
10.00	買物	9.59	買物	11.30	買物	10.00	買物	10.00	ワールドニュース
0.00	買物	0.00	買物	1.00	買物	0.00	買物	1.00	ワールドニュース
2.59	買物	3.00	買物	4.00	買物	1.55	買物	2.00	ワールドニュース
5.00	買物	5.00	買物	6.00	買物	3.56	買物	4.00	ワールドニュース
7.00	買物	6.00	買物	7.54	買物	6.00	買物	7.00	ワールドニュース
8.00	買物	6.30	買物	9.00	買物	8.00	買物	9.00	ワールドニュース
10.00	買物	9.00	買物	11.00	買物	10.00	買物	11.00	ワールドニュース
11.00	買物	11.00	買物	11.30	買物	11.00	買物	11.30	ワールドニュース
11.30	買物	11.00	買物	11.30	買物	11.00	買物	11.30	ワールドニュース
0.30	買物	0.00	買物	0.00	買物	0.00	買物	0.00	ワールドニュース

## 新堀曜子先生の 女性教室

産婦人科のプロが、知っているようで知らない女性のカラダや病気に関するテーマをレクチャーしてくれるTKUの番組。3月の放送分から、気になる情報をレポートします。

好評 毎週土曜 11:30 ~ 11:33OA

### 3/14 OA 出産準備について

思いがけず入院したり、出産が早まったりする場合も考えて、**出産準備はなるべく早めに済ませておく方が安心です。**お母さんが入院するための準備と育児用品の準備があります

**入院の準備**  
入院に必要なものは病院で用意してもらえるものもある  
⇒事前に確認してから準備をしましょう

〈どの病院でも必要なもの〉・母子手帳・印鑑・保険証など  
〈産後に必要なもの〉・産褥ショーツ・授乳用ブラジャー・骨盤サポーター・母乳パッドなど

どのようなものが良いのかわからない場合は、**病院に尋ねてみましょう**

入院グッズはバッグなどにまとめて、いつでも持ち出せるようにしましょう

**赤ちゃん用品の準備**  
必要最低限のものを用意して、使っていくうちに本当に必要なものを買っていきと無駄がない

〈赤ちゃんのお世話に必要なもの〉  
◇肌着類 ◇洋服 ◇おむつ類 ◇授乳・ミルク用品 ◇沐浴用品 ◇寝具  
◇衛生用品 ◇おでかけ用品 など

⇒中には買い続けないといけない消耗品もある  
パパも準備に参加して、産後は育児用品の買い足しに協力しましょう

**Point**  
退院の際、自家用車で帰る場合は、チャイルドシートの着用が法律で決まっています。事前の準備が必要なので、十分に注意しましょう

### 3/28 OA お産がはじまるサイン

お産がはじまるときの兆候は人それぞれです。いざという時、慌てずに済むよう、どんなサインがあるのかを知っておきましょう。お産がはじまるサインとしては、3つの症状があげられます

**おしるし**  
子宮口が開き始めたことで出る、**血液の混じった粘液状の分泌物**  
⇒量・色には個人差があり、全くない場合も  
おしるしがあってもすぐに産が始まるわけではなく、すぐに入院にはならない

**破水**  
お産の前に赤ちゃんを包む卵膜が破れ、**羊水が流れ出す状態**  
「破水」をすると感染が起りやすくなるため、入浴は避けすぐに病院に連絡を!  
破水がないままお産が進むケースも…子宮口が全開になった段階で、医師が安全に破水を起こす

**陣痛**  
赤ちゃんを子宮の外に出そうとする収縮  
はじめは不規則で、徐々に痛みが強くなり規則的になる  
【入院の目安】 初産……陣痛が10分間隔 経産婦…陣痛が10~15分間隔  
臨月に入ると起こりやすい不規則な痛み「前駆陣痛」  
陣痛とは別で、周期的になってもしばらくすると消える

**Point**  
おしるしとは違う大量の出血があり、お腹の痛みを伴う場合は、すぐに病院に連絡して受診しましょう