

50代からの「熟」年世代におけるコミュニケーション・ブローシャー

らじおじゆく

ラジオオ熟

2025



巻頭特集

徳島生まれ、ネット育ちのシンガーソングライター

wakaさん インタビュー

PROGRAM特集1
T-COTに行こっと♪

PROGRAM特集2
ANTIQUE MONOBE

PROGRAM特集3
こんな法律知っていますか?

専門学校
徳島穴吹カレッジ高度調理学科
学内コンテスト

Go!当地Week
ラジオカー日報

JRTラジオ生ワイド通信

人気シリーズ第17弾
アナウンサーのON&OFF

JRT
四国放送

ラジオ熟 No.19



表紙: そば米汁

CONTENTS

巻頭特集

徳島生まれ、ネット育ちのシンガーソングライター

wakaさんインタビュー P2

PROGRAM特集1(ラジオ大福)

好きをスキルにする T-COTに行こっと♪ ... P6

PROGRAM特集2(となりのラジオ)

ANTIQUE MONOBE (アンティーク モノベ)
セカンドシーズンスタート! P8

松元寧音のね〜ね〜聞いてよ♪ P10

Go! 当地 Week ラジオカー日報 P12

JRTラジオ生ワイド通信 P14

PROGRAM特集3(ラジオ大福 レギュラーコーナー)

瀧弁護士のこんな法律知っていますか? ... P24

料理人の卵が考える

簡単アレンジしやすいレシピ(コンテスト第2弾) ... P28

新人アナウンサー紹介 P31

氏師みなみアナウンサー・宮下寧々アナウンサー

人気シリーズ第17弾

アナウンサーのON&OFF P32

野口七海アナウンサー・黒川麗海アナウンサー

JRT大人のラジオタイムテーブル ... P36

radiko を使って四国放送ラジオを聴こう!

ライブ

現在放送されている番組が聴けちゃう!

※数秒の遅延があります

タイムフリー

1週間さかのぼって過去の番組が聴けちゃう!

※再生開始から24時間の間に3時間まで

HPから
(パソコン・タブレット)

CHECK!

アプリから
(スマホ)

CHECK!

四国放送HPのトップページ



四国放送アプリのトップページ



少し下にスクロールしてね

タイムフリーは
ここで
チョイス

ライブ
(現在放送中)の
放送番組が
出てくるよ



日付と
番組名で
検索



または

radikoの
アプリがなければ
ダウンロード
してね





インタビューの緒方ゆいアナ(左)とは世代も近く、お友達気分

歌は小さい頃から好きで、家族でよくカラオケに行っていました。ギターを始めたのは中1の時、映画『カノジヨは嘘を愛しすぎて』で弾き語りをしていた大原櫻子さんがとにかくカッコよくて。私も大原さんのようにギターの弾き語りをしたい!と、貯めてい

歌手を意識した中三の文化祭「あ、やりたいことこれかも!」



高校時代のバドミントンの試合
実はダブルスで県2位とかでした(笑)

好きなアーティストのライブに行くのが大好きです



Stray Kids



ONE OK ROCK

ツイキャスで配信した弾き語り動画をきっかけに、中三からシンガーソングライターとしてライブ活動や配信を続けているwakaさん。
地元徳島でのホールワンマンライブを前に、インタビューに応じていただきました。
(4月14日)

帰省の楽しみは
おばあちゃんのそば米汁

今は東京中心の活動ですが、年に2〜3回くらいライブのお誘いをいただいて徳島に帰っています。そのたびに、昔は当たり前だと思っていたことが「ここにしかない良さ」だったと気づく機会が多くて、感慨深いですね。

豊かな自然や同級生の存在もそうですし、何よりこっちはご飯がおいしい!特におばあちゃんが作るそば米汁が大好きで、徳島に帰る前には必ず「作って!」と頼んでおくほど。実家にいる間はほぼ毎日食べてます(笑)。

ライブでも、徳島のお客さんはあったかいんですよ!地域や会場によって雰囲気が違うのがライブの面白さ



一つ一つの質問に、丁寧に答えてくれました

なんです、徳島のお客さんは何より拍手が大きい。笑顔で聴いてくれる人や、音に合わせて身体を揺らして楽しんでくれる人も多くて…。

どんなジャンルのライブも、お客さんとアーティストが一体となって楽しめるのが最高ですね。徳島のライブは、ステージから眺めるお客さんたちがリラックスしてくれてるなあ、楽しんでくれるなあ、と実感できて、歌っている私もめちゃめちゃ楽しいです。

たお年玉で初心者用のセットを買っちゃいました。独学である程度弾けるようになってからは、家族の前で歌ったり、ツイキャス(配信)にアップしたり…。それでもまだ「歌手になりたい」とまでは思っていなかったですね。あの頃はただ「弾き語りができるようになって嬉しい」、それくらいの気持ちでした。
そんなのんびりした意識が変わったのは中三の文化祭。大勢の前で初めて歌って、ステージの上から同級生や先生たちのびっくりにした顔やキラキラした目を見た瞬間「あ、やりたいことこれかも!」ってバツとひらめいたんです。もともと私は人見知りするタイプで、学生時代は授業で答えるのも緊張してしまっただけ。先生や友達も最初は「緊張してない?歌える?」みたいな、見守りながら応援する感じだったんですが、歌い始めた途端に「ワ〜!」「すごい!」って笑顔で歓声を上げてくれて。
あの時の光景は今でもはっきりと覚えていますね。すごく嬉しかったし、歌となるとなぜか緊張しないのも不思議でした。私の音楽活動のベースにある「ライブ大好き!」の原点にもなっていると思います。

お客さんの反応を感じながら
歌えるライブが大好き!

巻頭特集

徳島生まれ、ネット育ちのシンガーソングライター

wakaさんインタビュー

waka profile

2001年生まれ、徳島県出身シンガーソングライター。
現在は上京し、東京を中心に全国で活動している。
言葉の合間の息遣いまで心地よいリズムの歌声を響かせて
心に残る楽曲を奏でる。
9作目のシングル、「ルナ」がストリーミング累計再生600万回を突破。

Off Shot



地元の友達と香川の水族館に行きました
(旅行するのが好き!)



サッカー観戦が趣味で去年徳島に帰った時、
母と観に行きました! ヴォルティス!



去年から家族になった
ハムスターの「おはぎ」くんです

Studio Session Live



去年5月から1年間、YouTubeにアップ

ライブハウスから大きな会場へ
広がるライブの夢

ライブ会場に足を運べない方にもwakaの音楽を

届けたくて、公式YouTubeチャンネルなどで配信も行っています。

サブスクだと、こういうリスナーさんが聞いてくれているか、データを見ることができるとですよ。基本的には日本が多いんですが、台湾、韓国、アジアを中心に海外のリスナーさんも増えてきました。最初は「世界とつながるネット配信すごい」なんて他人事のように受け止めてましたが、いつか海外でもライブをやってみたいと思うようになりましたね。

音楽人の憧れと言われるドームや武道館へのこだわりはそれほど強くない方なんですけど、それでもやっぱり機会をいただければ大きい会場のステージにも立つてみたい。ライブハウス、ホール、屋外…いろいろなステージでライブを楽しみたいし、お客さんにも楽しんでもらえたら幸せですね。

今年は「四国放送まつり」初参加!。会場のあすたむらんどは小さい時によく遊びに行っていたのでとても楽しみです。

豪華アーティストの方々が出演される中で、どれだけ私の歌、魅力を伝えられるか不安ですが、いつも通り「wakaのライブ」をお届けできたらいいなと思っています。

2025 waka Spring Concert



4月20日、地元徳島でのホールワンマンライブ(阿南市文化会館)

歌うことと向き合った
コロナ禍での一人暮らし

中三の頃からオリジナル曲を作り始めて、今は50曲くらい書き溜めています。昔と比べて、曲の内容は年齢

と共に少しずつ変わってききましたね。学生時代に作った曲の中には、今歌うのはちよつと恥ずかしいと思うものもあったり。中学生ならではの片思いの歌とか、可愛いんですけど、とりあえず今はしまつてあります。楽曲の変化には、東京での一人暮らしも影響しているかも知れません。特に、上京した年にコロナ禍になつてしまい、ライブ活動どころか人と会うことも無理、気軽に外出もできない…という状況に置かれたことで、音楽とより深く向き合うようになった気がします。



「花明かり」の楽曲制作は今年1月、近くの公園で凍えながら暖かい春のことを思ってたて書きました(笑)

誰かが孤独な状況で、私にできることは何か。そこで出た答えはやっぱり「音楽を届けること」でした。最初はカバー動画をYouTubeにアップすることから始めて、コロナ禍が収束に向かう頃には無観客のライブハウスから配信も行いました。

目の前にお客さんがいないのは自宅からの配信と同じですが、ガランとした客席に向かつて歌う寂しさは想像以上で…。ステージ上で歌つても話しても、そこにいるのは私一人。今でもコロナ禍の頃を振り返ると、誰もいない客席が浮かぶくらいしんどかったですね。

それでも辞めたいとは思わなくて「せっかく徳島から上京したんだから、ここで辞めるわけにはいかない!」と自分を励ましていました。

ラジオ番組を担当するなら
中身のない話のコーナー?

「ラジオ熟」のインタビューで言いにくいんですが、実

6月1日(日)、2025 四国放送まつりに出演しました~!!



野外でライブをする機会はあまりないのですが、開けた空間と梅雨入り前の快晴で、故郷の美味しい空気をいっぱい吸いながらとても楽しく歌えました。最後の曲「花明かり」を歌い終わった後の拍手がとても大きく、観客のみなさんの温かさがダイレクトに伝わってきました。子どもの頃、あすたむらんどでよく吉野川めぐりに乗ったので、この後また乗りたいと思います。

去年デジカメを買って、
いろんな場所に行って
写真を撮ることにハマっています!



実家の庭に咲いていたチューリップ



楽屋にて

は私、ラジオ番組への出演はゲストに何度か呼んでいただいた経験しかなくて。先にもお話ししたように、歌以外の場面では人見知りなので、自然なおしゃべりやインタビューは緊張してしまうんです。一方、ラジオでパーソナリティーなさってる方は、今日話を聞いてくださっている緒方アナもそうですが、皆さん話が上手な方ばかり。いろいろ助けていただきながら、楽しい時間を過ごした思い出がラジオにはありますね。

もしもこの先、私がかラジオのコーナーを担当するとしたら…そうですね、ひたすら中身の無い話を延々としたいです(笑)。

ラジオ大福(火)

好きをスキルにする T-COTに行こっと♪

今年4月からの新コーナー『T-COTに行こっと♪』では、板野町の徳島工業短期大学・T-COTで学ぶ学生さんや教員スタッフ、イベントの紹介を通じ、学校の魅力を深掘りしていきます。ナビゲーターは宮本幸子さん。同じく今年4月から小玉アナウンサーとコンビでラジオ大福のパーソナリティをつとめます。

このT-COTにラジオ熱がお邪魔し、車についての専門知識を学ぶ現場をのぞいてきました。

放送時間 『ラジオ大福』(第二・第四火曜日 午前10時40分頃～)



入学式。新入生に突撃インタビュー



宮本さんのエネルギーな牽引力も聴き所のひとつ

コーナーのハンドルを握るのは、宮本幸子さん。かつて四国放送ラジオのキャスタードライバーとして県内各地をリポートして回っていました。

実際にT-COTに足しげく通い、丁寧な取材をした上で放送にのぞみます。「学べる技術の紹介だけでなく、個性的なスタッフの魅力をリスナーの皆さんの元に届きたい」と意気込みを語っています。

好きをスキルにするT-COT。車が好きな人もそうでない人も、食わず嫌いにならないでラジオを聴いてみてください。新しい気つきがあるかも！



座学も車の傍らで(実技は自動車工業学科の2年間に450時間以上あります)



短大を卒業後、一級整備士を目指し専攻科で学ぶ学生も増えています



1912年式 T型フォード

世界で初めて大量生産されたアメリカの大衆車。全世界で1500万台以上が販売されました。

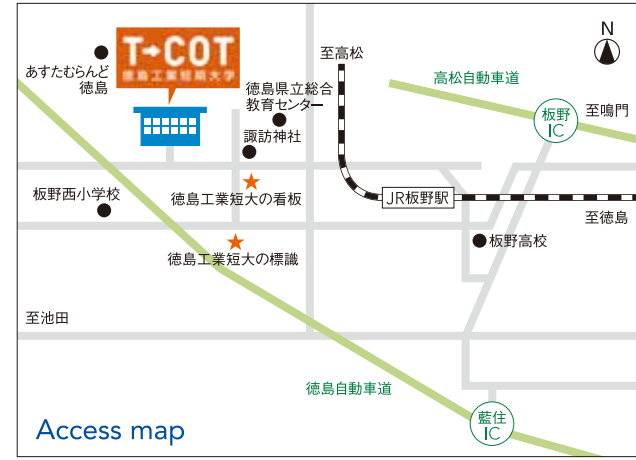
T-COTには、2020年にエンジンのかららない車両が寄贈されました。クラウドファンディングで修繕費を募り、学生が専門家のアドバイスを受けながら修復し、2023年の学校創立50周年記念イベントで見事走行して見せました。

現在は、板野町のふるさと納税の返礼品としてラインナップされています。

【今年度オープンキャンパス予定】
体験授業や学食ランチ体験があります！
オープンキャンパスのお申し込みはこちらから →
●7月27日 ●8月3日 ●8月24日 ●9月28日 ●1月25日
学祭は10月19日です！いずれも日曜日



TOKUSHIMA COLLEGE OF TECHNOLOGY T-COT
徳島工業短期大学
板野郡板野町犬伏蓮華谷100番地 TEL.088-672-2311



『T-COTに行こっと♪』では、講師や学生の皆さんがゲスト出演したり、学校で開催されるイベント情報をお伝えしています。四国放送のスタジオを訪れコーナーに出演した多田博夫学長も、車の魅力を「アクセラを踏み込めばどこにでも行くことができる自由の翼。自分の世界を広げてくれる分身」としたうえで、「車は社会に無くてはならないファクター。社会を支える車、それを支えるメカニクを育てたい」と教育理念を熱く語りました。



多田学長もゲスト出演

トクシマカレッジオブテクノロジー。頭文字を取ってT-COT。私たちの生活に欠かせない自動車について学ぶことができる、専門性の高い大学です。

現在、国内だけでなくネパール・バン格拉デシユなど6カ国の留学生38名を含む約100人が自動車整備士を目指して研鑽を積んでいます。カリキュラムのメインは実習ですが、座学で基礎知識をしっかり修得。語学やコミュニケーション能力を学ぶ時間もあります。



収録には丸山さんと草壁さん（Zoom参加）が立ち会う

「独り言は強く言うのではなく、コソッと、またはサラッと言う」。物部アナに細かな演技指導をします。

アナウンスは原稿を正確に読むことで情報を届けますが、台詞は逆で同じ言葉でもケースによって使い分けることが求められます。音のみの世界なので、感情や動きを想像できるように工夫することで、聴き手の想像が膨らむようにします。呼吸を整えて読むのがアナウンスなら、呼吸を乱してしゃべるのが役者の演技なのです。

と意気込みを語ってくれました。

そして声優挑戦中の物部アナ。「台本をついつい読んでしまうところが難しいです。それを草壁さんからちょっととした間の取り方とか、ベースの替え方とかアドバイスをもらって、最近では演じることが楽しくなってきました」。確かにナレーションやCM等、普段の仕事での表現力に幅が出てきているとJRTスタッフからも評判です。

ファンタジーの世界での「純子さま」の活躍から目が、いや耳が離せませんね。



豊成春子アナが主演をつとめる、徳島の戦国時代を舞台にした歴史ファンタジードラマ『SUNラジ!』（毎週日曜午後10時）で月1回放送。『となりのラジオ』でも再放送。四国放送のアナウンサーが随時ゲスト出演します。

※シーズン1は今年3月に終了。現在シーズン2に向けて準備中。

姉妹作品「蜂と花」



草壁さんが四国放送に本社！（2023年10月）。森本アナも駆けつけました



草壁さんの指示のもと、物部アナ演技



台本に草壁さんの演技指導を書き込む

STORY

純子はアンティークショップMONOBEの店主。ある日の帰宅時、もうひとつの世界・モンダコティに迷い込む。そこで出会ったのは、お店の倉庫にあった人形と同じ姿をしたラバンという名のウサギの紳士だった。純子はラバンに導かれ、元の世界に戻るべく旅に出る。



となりのラジオ（火）

アンティーク

モノベ

ANTIQUE MONOBE セカンドシーズンスタート!

物部純子アナウンサー主演の“ANTIQUE MONOBE”。『となりのラジオ』内で放送する連続短編ラジオドラマとして、2023年5月にスタートしました。『となり』レギュラーゲストでスタジオソル代表の丸山貴成さんが企画・立案、そして丸山さんの30年来の友人であるシナリオライターで声優の草壁知里さんが監督・演出を務めます。

開始から2年を経て、今年度春からセカンドシーズン“ル・モンダコティ編”に突入。改めて制作現場にラジオ熟が潜入しました。



放送時間

『となりのラジオ』（毎月第一火曜日午後2時05分頃）※Radikoのポッドキャストでも聴取できます

RECORDING



スタジオソル



四国放送6スタ

とくしま林業アカデミー

とくしま
三好



11期生



3期生

研修生募集

入学金
無料

研修費用
無料

必要資
格取得費
無料

個人の所有物となるものは除く

年間最大155万円が支給

〔支給資格条件〕

①とくしま林業アカデミーの研修生である方。②研修終了後、林業に就業される方。③就業予定時の年齢が45歳未満の方。④誓約書を提出する方。(保証人2人が必要)⑤研修期間中、常用雇用契約を締結していない方。⑥特別な理由を除き、すべての研修を受講できる方。⑦給付に関する規定を厳守できる方。

緑の青年就業準備給付金制度の適用

11種類の森林資格取得

伐木等の業務に係る特別教育・刈払機取扱作業安全衛生教育・フォークリフト運転技能講習・玉掛技能講習・車両系建設機械運転技能講習・小型移動式クレーン運転技能講習・走行集材機械運転業務特別教育・伐木等機械運転業務特別教育・簡易架線集材装置等運転業務特別教育・機械集材装置運転業務特別教育・狩猟(わな)免許

研修生への就職支援活動

厚生労働大臣の許可を受けて「無料職業紹介事業」を行っています。林業アカデミーの研修生及び卒業生を対象に、県内の林業事業者からの求人を紹介し、就職を支援しています。

■研修期間 1年間 [令和8年4月1日～令和9年3月31日]

■募集日程 令和7年 6月1日[日]～11月28日[金]

申請締切	試験日
【第1回】令和7年 6月27日[金]	令和7年 7月 6日[日]
【第2回】令和7年 8月29日[金]	令和7年 9月 7日[日]
【第3回】令和7年 11月28日[金]	令和7年 12月 7日[日]

■各回試験による合格者の累計が定員に達した場合、それ以後の募集は実施されない場合があります。

募集条件

- 令和8年4月1日時点で18歳以上の方
 - 徳島県内の市町村に住民登録を行っている方または確実に行う方
 - 研修終了後、徳島県内で林業に就業する方
- ※三好林業アカデミーの場合は、三好市内の林業事業者等に就業する方

林業就業率100%

卒業生 合計139名

- とくしま林業アカデミー 134名
- 三好林業アカデミー 5名

■詳しくは、Webサイトの閲覧、電話での問い合わせによりご確認ください。

とくしま林業アカデミー [募集定員30名]

三好林業アカデミー [募集定員5名]

同時募集

公益社団法人

徳島森林づくり推進機構

技術支援課 徳島市南庄町5丁目1-9
(平日8:30～17:15まで 土・日・祝休み)

TEL 088-635-7812

FAX 088-661-6055

とくしま林業アカデミー ▶



Webサイト



Instagram



とくしま林業アカデミー
YouTube (15:01チャンネル)

一般社団法人

三好林業イノベーションセンター

人材育成課 三好市池田町マチ2551番地1 三好市池田農村婦人の家 2F
(平日8:30～17:15まで 土・日・祝休み)

TEL 0883-87-7667

FAX 0883-87-7666

三好林業アカデミー ▶



Webサイト

※各校ともホームページで、募集要項・受験申請書様式をダウンロードすることができます。

とくしま農林水産
チャレンジセンター

農業・林業・漁業の次代を担う人材の育成・確保を図るため、新規就業・リスキリングの情報発信拠点として、徳島県が設置



ワークスタッフプレゼンツ



松元寧音のね～ね～聞いてよ♪

毎週金曜午後4時40分

徳島出身、現在は関東で暮らす現役女子大学生の松元寧音さん(19)が、ラジオパーソナリティに初挑戦。自分の日常や趣味や推し、そして夢などについて語ります。等身大の寧音さんが詰まった10分間です。

【寧音さんに♡お便り募集】nene@jrt.jp

8月8日で
二十歳。
大人のレディを
目指すよ



めっちゃ阿波弁でしゃべるよ



キンチョーすると
お腹が痛いよ



番組終わりのお約束ワードは「ほなねね」

アニメ・漫画が
実は好き



【松元寧音さん】

徳島出身。小学1年生から、『ワークスタッフ育てるプロジェクト・スターへの道』に挑戦。タレントを目指し研鑽を積む。スターダストプロモーション所属。

25年3月



名西・名東郡



飛んで飛んで飛んで飛んで… 周り
はしませんでした



とある公園の地面にもおもぞう出現!
こちらは木戸ちゃん作



ブラジリアン柔術の腕ひしぎ十字固
め。なぜかうれしそう



犬から逃げられる同期・外谷アナとは違います。人徳の差か。にしても可愛いヤマ
ガラちゃん



クイズ。
すだちくんは何体
いるでしょ〜か?
奥にもいるよ



普段なら雨のレポートは嫌なのですが、花粉症にはうれしい雨

24年12月



板野郡



これくらい
大きくて、
包容力のある
人間を
目指します!



曇りガラスにおもぞう。野口アナ作



人形浄瑠璃といえば十郎兵衛屋敷と
思っていたのですが、松茂町にも資料
館があるんですね



スウェーデントーチでマシュマロを焼いてもらいました。体の外も中もポッカポカ



県内では初の女性消防団。いやはや
頼もしい



ワンコよ、お前も僕から逃げていく
のか



お遍路装束は見ることはあっても、身
を包むことはあまりありません。身が引
き締まりました

Go!当地Week^{2巡目} ラジオカー日報

四国放送ラジオではふるさと徳島の魅力を再発見・再確認しようとGo!当地Weekを随時設定しています。
その週の月曜日から金曜日、ラジオカーでそのエリアから生きた情報をお届けします。
アナウンサーやらじまるリポーターの木戸ちゃんこと木戸弥生さんが、あなたのお住まいの地域に突撃しますよ!

24年9月



阿波・吉野川市



毎日食べている蜂蜜。本当に蜂から収集しているのを目の当たりにして感動です



川島町名産『焼肉のたれ』。六次産業
の先駆けですね



アートのようなチョコレートスイーツを
目の前に笑みが止まりません



美郷の
ホタルを育む
川田川、
清流です

24年7月



鳴門市



北灘町のウォールアート。水平線の向こうには本州が見えます



市民の足・岡崎渡船。朝一番のリポート
でしたが、船頭さん達に逆に元気をもら
いました



宇佐八幡神社にはユニークな花手水
が。まるでお祭りの夜店みたい



土佐泊浦の海岸で天然鯛の天日干し。
表面に脂と旨味が艶やかに湧き出し
ているのが目で見てわかりました



初の霊山寺は感動でした! 厳かだけど
落ち着く雰囲気。この後もプライベート
で何度も足を運びました



総合ビル・メンテナンス株式会社

〒770-0923 徳島市大道2丁目28番地
TEL (088) 625-7350 FAX (088) 626-1808
<http://www.sbm-inc.jp>

となりのラジオ水曜日に石井アナと外谷アナが仲間入り!



外谷光 佐藤旬子 石井隆智

今年4月から、各週交代でとなりのラジオ水曜日に出演することになった石井隆智アナと外谷光アナ。大先輩の佐藤旬子アナに鍛えられながら、個性強めのゲストさんにも負けないう日々頑張っている彼らですが、なかなか忙しい毎日を送っています。とある日は「ゴジカル!」の準備に追われて打合せの時間がなかなかとれなかったり、放送直前まで新コーナーのタイトルが決まらなかったり…。佐藤アナと打合せも兼ねた昼食をとっている姿もよく見かけます。

放送中にふと出た徳島の方言の意味が分からず、懸命に推測しながらも、佐藤アナやリスナーの方から優しく教えてもらいつつ日々成長している2人。徳島のことも勉強中ですのでこれからも温かい目で見守っていただけると幸いです。

“会話のキャッチボールを目指すつもりが会話を打ち返してしまう”ことがあったり、カリフラワーの事を“ホワイトブロッコリー”と言ったりしてしまうこともあります。フレッシュなメンバーでお送りする水曜となりのラジオをこれからもよろしく願いいたします。

★ 4年振りにラジオにもどってきたひよこD

★ 土曜のお昼はまかせタデー ラジオ広場 土曜ワイド 徳島 土 午前11時～午後1時

木戸ちゃんとのコンビ名大募集! 週末は宗我部アナとともに



宗我部英久 木戸弥生

「土曜日のお楽しみ!ラジオ広場」でおなじみ「土曜ワイド徳島」は、昨年10月、遠藤貴巳アナウンサーの勇退に伴い宗我部英久アナウンサーが新MCに就任しました。宗我部さんといえば、これまで「おはようくしま」や「フォーカス徳島」など情報・ニュース番組を中心に活躍、また気象予報士としても、お茶の間を賑わしてきました。

まさに四国放送の顔 これまでの活躍の場は、主にテレビ、じゃあラジオは?そんな疑問を持つリスナーさんも、いらっしゃったかもしれません。でも思い出してください。かつて「週刊よしゅん」という番組の中で、たびたび宗我部さんのエピソードが語られていたことを。携帯電話の着信音が必殺仕事人のBGMだったり、シェリル・クロウの「Soak Up The Sun」が「ソガベサン」に聞こえる、などの話は有名。よく遠藤さんと物部さんに、いじられていました。また先日は、同行したトルコツアーで大雪に見舞われスケジュールが変更になるなど、トラブルにも愛される一面もあり、話題に事欠かないのは、才能と言う他ありません。ディレクター視点から見ると、これほどラジオ向きの人間はいないでしょう。

あ!そろそろ木戸ちゃんとのコンビ名を決めたいと思ってますので、良い案があれば、📧 お便りお願いします。

★ スポーツを語ると止まらないF(エフ)



幸せいっぱい召しあがれ ラジオ大福 月→金 午前8時30分～11時40分

新星?コンビでお届けするラジオ大福月曜日



小玉晋平 ずばり!タコ介さん

新コンビか?旧コンビか?今年度から小玉晋平アナとずばり!タコ介さん(以下:タコちゃん)のコンビでお届けしている月曜日。より一層お笑い色が濃くなって、爆笑コーナーが盛り沢山です!

新コーナー『クイズ!私はだ〜れだ?』ではタコちゃんがある“物”になりきり、小玉アナにお悩み相談。誰が相談しているのかを皆さんに当てていただくリスナーさん参加型のクイズをお届け!

そしてお馴染みの『ずばり!タコ介のぶっとびコント』では、タコちゃんのゴリゴリの阿波弁と小玉アナの標準語で繰り広げる、これまでとは雰囲気違った“阿波弁×標準語”の新感覚コントをお送りしています!去年はコント100本達成を目標としていたタコちゃんのぶっとびコントも、もう127本を突破!(2025年4月28日現在)

タコちゃん「新しいコンビは1人が標準語になったので、間口が広くなり阿波弁が聞きやすくなりました!阿波弁コントを世界に広めるぞ!ツルン!」

まだまだ徳島から笑いを全国に、いや世界にお届けしていきます!ぜひみなさん!週の始まりの月曜日を爆笑でスタートさせましょう!!

★ 裏方のアイドル Oちゃんディレクター

本物の高校野球審判員が判定「アウト!セーフ!もりもりジャッジメント」



森本博通さん 物部純子

今年4月から水曜日のパーソナリティーとして物部純子アナと番組を盛り上げてくださっているのが、地域コンサル助っ人合同会社代表の森本博通さんです。

森本さんは徳島生まれの徳島育ち、1999年には徳島商業高校の野球部で甲子園に出場、元横浜DeNAベイスターズの牛田選手の同級生です。仕事では2019年に“地域コンサル助っ人”を立ち上げ、障がい者と企業をマッチングする活動を行っています!現在は障がい者・不登校専門情報誌“助っ人”も発行中 ✨

そして今回『アウト!セーフ!もりもりジャッジメント』のコーナーを企画したのは、森本さんが高校野球の審判員も務めているという理由から…本物の審判員である森本さんにリスナーさんのちょっとした失敗談ややらかしエピソード、お悩みをアウトかセーフかジャッジしてもらったら面白いのでは…?という思いつきからでした(笑)。このコーナータイトルを聞いた方の中には続けて「よよいのよい」と言いたくなる方もいるかもしれませんが誰も脱ぎませんのでご安心ください。

コーナーの聴きどころを森本さんと物部さんにインタビュー!ドンドンパフパフ!森本さん「本物の試合での審判では見せられない自信のない微妙な『アウト…!? いやセーフだったかも』なども聞きどころの1つです。最近は判定できず…リクエストして誰かに聞いている!?!とか…(笑)ナイスジャッジ!?!ぜひ審判員の本物のコールもお聞き下さい♡」物部さん「やはり常にポジティブ思考の森本さんの強弱のついたジャッジメント!時に厳しく、時に笑いながら共感し、時に迷いながらジャッジしていきます。自分たちのやらかしエピソードなどと結び付けてジャッジしてくれますよ〜」

★ ニャンコとモフモフした〜いママさんK

側溝・ピット・排水路清掃・浄化槽保守点検
21世紀の環境を考える清掃会社

Taichi Eco Actions

徳島県知事許可 一般-27第7192号

有限会社 たいち **有限会社 徳島化洗**

本社:徳島市北田宮2丁目15-48 TEL.088-632-5376 徳島市北田宮2丁目15-48 TEL.088-631-1238
北島営業所:板野郡北島町中村 TEL.088-698-7470
http://www.taichi-c.co.jp

もっと ♥ エコハートのWA

ISO14001・環境認証 ISO9001・品質認証
産業廃棄物収集運搬・中間処分業許可
自動車リサイクル法登録許可業者

三木資源株式会社

本社 / 徳島市昭和町8丁目27 tel.088-622-0236
阿南支店 / 阿南市見能林町大作半 17-1 tel.0884-21-7708



精神疾患は最もありふれた疾患ですが…

杜のホスピタル(阿南市) 精神科医 高坂 要一郎

厚生労働省は2011年にそれまでの4大疾病に新たに精神疾患を加え5大疾病としました。その内容を数の多い順に並べると次のようになります。

- ①精神疾患 323万人、②糖尿病 237万人、③がん 152万人、④脳血管疾患 134万人、⑤虚血性心疾患 81万人。

なんと、精神疾患がダントツの1位で2位の糖尿病を90万人うわまわるのです。

ここでは、世界中のどの地域でも人口の約1%が罹患し(日本で言えば120万人)、医学的見地からも適切に治療されなければヒトを最も荒廃させる疾患のひとつである統合失調症についてみます。

精神疾患は障害者としての側面も合わせもっています。日本の社会は、「精神障害者が生きにくい社会である」とよく言われます。どういうことでしょうか？

そこで。障害があつても社会で少しでも暮らしやすくするための工夫・対策について他の障害者群との比較をしてみると判りやすいでしょう。

- 身体障害…理学療法(身体的訓練)、義手・義足
- 視覚障害…盲導犬、杖、点字、歩道点字ブロック、道路交差点の音
- 聴覚障害…補聴器、テレビの字幕、手話

これらの障害者には自覚があり、基本的に服薬不要で自らの障害についての対策を訴えることができる人たちです。

●知的障害…自覚に乏しい。しかし教育(特殊学級)のシステムがしっかりとっており、施設整備もされています。このような人達の抱える生きづらさによるハンディキャップをカバーするのが上記の様々な対策なのです。

●精神障害…この障害の場合、内容が多彩ですが、例えば統合失調症への対応は？―精神科医の私にも現状「こ

れがある」という対策が実施されているとは言えないのです。

それにはまず、統合失調症という疾患をどのようにとらえるかが問題となります。どういうことかというところ、他の疾患であれば、似たような疾患があるので、それを参考にしながら対策を立てることが可能なのですが…。

統合失調症に限ってはそれができないのです。よって、治療や対策も様々なことが手探りでなされてきました。現在の抗精神病薬による治療は主にドパミン仮説に基づいてかなりの成功を治めています。が、「仮説」なのです。

病状の在り方も特異的です。例えば、幻覚妄想が活発な時には、それが病気の症状であるという自覚(病識)がない(うつ病でも躁病でも、症状がひどくなると病識がなくなります)。従って、本人に治療の必要性を理解できない。で、当初は強制的に治療する必要性も出てきます。その際、患者を受診させるのは家族に任せられるのが現状ですが、これをこれらの障害に特有の「受診しづらさ」と位置づけして、行政がカバーできれば下記のこと

もなくなり偏見は随分少なくなるでしょう。病状が消退して病識を持てるようになると、自ら服薬可能となりますが、つい油断して服薬を怠ると再発する危険性が極めて高いのも特徴です。その際の、救急医療体制も現在の日本では極めて不十分です。結果、未治療状態ともいえる期間が長くなり、その間、家族や周辺とのトラブルも発生し、「こんなことなら、患者は精神科病院にずっと入れておいた方がいい」ということになります。

これが日本の精神科医療の現状―精神科ベッド数は欧米先進国の3倍以上、入院期間は十倍近く―です。他の疾患で日本と先進国でこれだけ治療環境に格差のある疾患があるでしょうか。必然的に、社会で生活する

れがある」という対策が実施されているとは言えないのです。それにはまず、統合失調症という疾患をどのようにとらえるかが問題となります。どういうことかというところ、他の疾患であれば、似たような疾患があるので、それを参考にしながら対策を立てることが可能なのですが…。

統合失調症に限ってはそれができないのです。よって、治療や対策も様々なことが手探りでなされてきました。現在の抗精神病薬による治療は主にドパミン仮説に基づいてかなりの成功を治めています。が、「仮説」なのです。病状の在り方も特異的です。例えば、幻覚妄想が活発な時には、それが病気の症状であるという自覚(病識)がない(うつ病でも躁病でも、症状がひどくなると病識がなくなります)。従って、本人に治療の必要性を理解できない。で、当初は強制的に治療する必要性も出てきます。その際、患者を受診させるのは家族に任せられるのが現状ですが、これをこれらの障害に特有の「受診しづらさ」と位置づけして、行政がカバーできれば下記のこと

あなたがあなたらしく ～児童から高齢者までそれぞれの人生を支える～

有限会社 いずみソーシャルサポート 代表取締役 和泉 芳枝

当社は、児童から高齢者まで、それぞれの方々の人生が、自分らしく豊かなものになるよう支援させていただいています。

「大切にしたいこと」

- ①人生という物語を主人公として生き続けることを支える

人は誰も、自分の人生を主人公として生きていきたいと願っています。そして、その思いはたとえ障がいがあつても、また高齢になつても持ち続けているものであると考えています。

私たちは、そのような思いを持った方々が、いつまでも自分らしく生き続けられるよう、そして、「一人の人生の物語の最終章は「生きていてよかった」「素晴らしい人生だった」との思いで完結できるよう、お手伝いさせていただいています。

②「ノーマライゼーション」の実践

私たちは、福祉の専門職としての視点を持ち、支援を必要とする方たちが、地域でふつうに暮らしていけるノーマライゼーションの実現を目指し実践しています。

放課後等デイサービスを利用していただいている障がいのある児童が成人期を迎えた時、あるいはすでに成人期にある障がいのある方々に対しては、働く場所や住まいの確保に取り組み、それぞれが「ふつうの人生」が歩めるよう支援体制を整えています。

③質の高いサービスの提供

私たちは、サービスを利用していただいている皆様が、十分満足していただけるような質の高いサービスの提供につとめています。福祉だけでなく医療・教育・司法等の専門職の方々と行政と連携し、専門的なサービスを心掛

けています。特に、医療ニーズの高い方々に対しては、訪問診療の医師との連携により、昼夜を問わず医療が提供できる体制が構築できております。また、私たちは常に研鑽を怠らず、資格取得を目指し、専門的知識や倫理を身に付け、スキルアップを目指しています。

事業所紹介

●高齢部門

- ①サービス付き高齢者向け住宅(入居20名)

ご自宅での生活が難しくなった時、できるだけ自宅にいるのと変わらない気持ちで過ごしていただける住まいです。春には桜、夏は紫陽花、百日紅、秋はもみじの紅葉等四季折々の木々や花を楽しんでいただけます。医療との連携により、看取りまでさせていただいています。

- ②有料老人ホームまごの手(入居18名)

全室南向きで、木のぬくもりのある家庭的な住まいです。

- ③デイサービスいつでも夢を(定員25名)

サービス付き高齢者向け住宅に併設のデイサービスです。

- ④ヘルパーステーションあい

ご本人様のご意向に沿えるサービスを心がけています。

ています。

- ⑤居宅介護支援センターあい

どのような人生を送りたいと考えていらっしゃるのか、ご意向を尊重したケアプランを作成し過渡されています。

●障がい部門

- ①障がい者グループホームいつでもここから(5名×2)

「地域で普通の暮らしを」の理念のもと、様々な障がいのある方を受け入れています。日中は、一般就労、B型事業所利用、デイケア利用等で過ごされています。

- ②就労継続支援B型事業所いつでもここから(定員20名)

生産部門、環境美化部門、パソコン業務部門で働いています。

- ③放課後等デイサービスいつでもここから(定員10名)

- ④放課後等デイサービスいつでもここからII(定員10名)

●医療部門

- ①訪問看護ステーションあい

365日、24時間対応で、終末期ケアも行っています。

障がい者グループホーム いつでもここから



リビング



キッチン



特殊浴槽



「人生」という物語を
主人公として生き続ける

サービス付き 高齢者向け住宅

いつでもここから

板野郡藍住町東中富敷地傍示50番地1

TEL.088-692-8589

いつでもここから.com

検索

今、日本で働いているわけですが、正規雇用には許されず、在留資格は5年間です。5年後どうしたいかを聞いてみました。カオさんは何らかの形でこのまま日本に残りたいとのこと。一方ドアンさんはベトナムに帰国予定ですがベトナムに帰っても日本語を活かした仕事に就きたいそうです。

最後に、日本は好きですか？という質問に、「大好きです」とニコリ答えてくれた彼女たち。「シンチャオ！」これはベトナム語の挨拶です。他の病院スタッフに簡単なベトナム語を教えたりもしているそうです。吉野川市の医療施設で、思いもよらない形の異文化交流を垣間見ることができました。



カオさんの家族。
ベトナムの母の日にケーキを送りました



京都にて(中:ドアンさん、右:カオさん)

しかし、まだ二十歳を超えただけの彼女たち。仕事ばかりしているわけではありません。日本での生活を満喫しています。例えばグルメ。カオさんはうどんやラーメンが好きで、特にこつり系の徳島ラーメンは替え玉もするとか。ドアンさんは回る寿司がお気に入りだそうです。そして観光。東京・横浜・大阪・京都・神戸・高松：高速バスや友人の車で各地を訪れました。行った先で撮影した写真では、年相応の笑顔。日本の若者となんら変わらないと安心しました。



日本医療機能評価機構認定病院

●診療科目

・内科・外科・整形外科
・リウマチ科・眼科・皮膚科
・リハビリテーション科
・脳神経外科・形成外科
・通所リハビリテーション
・デイケアセンターみま

●診療日

月曜～土曜（日曜・祝日は休診）

●診療時間

午前 9:00～12:00
午後 2:00～6:00



吉野川市鴨島町上下島497

☎0883-24-2957 <https://www.mima-gr.jp>

関連施設



みまグループは 徳島ヴォルティスのオフィシャルスポンサーです

デイサービス

くつろぎ

名西郡石井町浦庄字上浦524-10 ☎088-674-6210

介護老人保健施設

やすらぎ荘

吉野川市鴨島町上下島495-5 ☎0883-24-6564

サービス付き高齢者向け住宅
デイサービスセンター

せせらぎ

吉野川市鴨島町上下島440-3 ☎0883-24-3066

特別養護老人ホーム

菊美荘

吉野川市鴨島町上下島443 ☎0883-24-6137

サービスステーションみま

・居宅介護支援事業所 介護支援サービスみま
・訪問看護ステーションみま 訪問リハビリテーション
・ホームヘルプステーションみま

吉野川市鴨島町上下島421-1 ☎0883-26-0850

グループホームみま

吉野川市鴨島町上下島499-21 ☎0883-26-0250

グループホームみま石井

名西郡石井町浦庄字上浦524-9 ☎088-674-0234

障害者支援施設・障害者福祉サービス事業所

野菊の里・ヴィヴァーチェ野菊

吉野川市鴨島町敷地1463-1 ☎0883-24-6168

foreign employee



カオさん

ドアンさん

日本で努力する外国人とともに地域医療を支える

美摩病院など吉野川市の地域医療を担うみまグループでは、現在12人の外国人スタッフが働いています。

そのほとんどが県内の専門学校で学びながら働く「留学生」。

その12人の中から2人がこの春「正規スタッフ」となりました。

留学生が正規スタッフとなるのは初めてのことで、外国人スタッフの力を得て、

みまグループの医療体制はますます充実しています！



ベッドのシーツ交換



夕食の配膳

カオティタオさん(22)とドアンティトウィズンさん(21)はともにベトナム・ハノイ出身。ハノイの日本語センターで知り合いました。まだコロナ禍の2022年4月に一緒に来日。徳島市内の専門学校で介護福祉の勉強をしながら美摩病院で働いていました。そして専門学校卒業直前の今年1月に国家資格である介護福祉士の試験に見事合格。筆記試験は問題文が全て日本語なので、漢字の勉強が一番大変だったという彼女たち。資格取得を経て4月から正規スタッフに昇格しました。

今は回復期病棟に勤務し、シーツやオムツの交換・食事介助・入浴介助等、患者の入院生活を支えています。「おじいちゃんやおばあちゃんと話したり、歌ったりするのが楽しい」というだけあって、病棟で働く彼女たちは、患者の皆さんと目線の高さを合わせゆくりとした日本語でコミュニケーションをとっていたのが印象的でした。

正規スタッフとなったことで、出来る仕事の幅も増えています。例えば週に1回程度、夜勤もこなします。不規則な勤務体系を担う人材は他のスタッフの負担軽減につながりますし、介護福祉士の人数は事業所としての質の高さの裏付けになります。二人は、美摩病院にとって欠かせない新戦力なのです。

そもそもカオさんもドアンさんも、来日の目的は「出稼ぎ」。母国の家族に仕送りをしています。貯金につとめ、来日以来一度も帰国していません。雇用形態が正規になることや手当の付く作業に携われることは収入アップとなり、モチベーションが高まっています。まさに今回の正規採用は、雇用側・被雇用側双方にとってウィンウィンな「昇格」といえます。

子どもから高齢者までリハビリテーションを通して身体的、精神面の両面から寄り添ったサービスを提供している**For You グループ**は今年15周年を迎えます。



株式会社 豊結会 代表取締役 上田裕久さん
一般社団法人 日本作業療法士協会 理事
一般社団法人 徳島県作業療法士会 会長

すべてはあなたのために…

For You



創業当初の1枚。全てはここから…
オープンから15年、立ち上げた当初は作業療法士数名だったスタッフも、この理念を共有した仲間が多数在籍。現在、リハビリテーションに特化した高齢者向けデイサービスや訪問看護ステーション、児童デイサービスなど徳島県内に10事業所を展開しています。

関わる相手を思い、向き合う『株式会社 豊結会』の「豊結」は「**For You**」(あなたのために)。「利用者のためを思った事業であることを忘れない、そんな決意のもと平成23年に徳島市国府町で高齢者向けデイサービスセンターをオープンしたことから始まりました。

緒方アナ 御社を立ち上げられたきっかけを教えてくださいか？
上田社長 創業当初、徳島でのデイサービスといえばレクリエーションの場というイメージが強く、実際の現場でも高齢者がただ時間を潰すだけのよう活動しか行えていないのが一般的でした。そんな状況に疑問を覚え、作業療法士として、後輩の育成にも関わったりしていたので、その知識とスキルを活かしリハビリに特化したデイサービスセンターを立ち上げました。

緒方アナ 大切にされている理念についてお聞かせいただけますか？

「豊かな人生を送っていただく」「人と人との結びつき、地域との結びつきを重視する」「質の高いサービスを提供する」「地域で必要とされる人材の育成を目指す」「そして、何よりもあなたのために(For You)」この5つの理念を礎に、常にスタッフ全員で共有しながら仕事に取り組んでいます。

緒方アナ 今取り組んでいることや今後の目標はありますか？
上田社長 発達障がいを抱える子ども達の明るい未来を切り開いていくために、児童デイサービスセンターの事業にも注力しています。感情をコントロールして自分で意思決定する「自律」をキーワードに、当施設を卒業した子ども達が、社会で働ける力を身に付けられるように段階的にサポートしています。

地域に根ざした健康づくりなどの活動にも積極的に参加。

緒方アナ For Youグループでは、上田社長が会長を務めている(一社)徳島県作業療法士会が行っている地域の介護予防などの活動にも積極的に参加されていますね。
上田社長 県内各地で介護予防に力を入れている自治体からお話を頂いて、歌に合わせ簡単な



毎年、鳴門大塚スポーツパーク・アミノバリューホールで「鳴門市いきいき百歳大交流大会」に参加。約500名が集まる会場で体や頭を鍛えられる健康づくり活動を行っています。

に体を鍛えられる「For You 体操」と、認知機能低下予防や重度化防止の目的で脳をトレーニングするための作られたクイズ形式の歌。答えてFor Youを行っています。歌に合わせて皆さんと一緒に楽しんでみながらできるのでとても喜んで頂いています。こういった活動を通して心と身体の健康が維持され、介護予防に少しでも繋がればと思います。

緒方アナ みなさんが笑顔で暮らせるよう地域に貢献しているんですね。これも「すべてはあなたのために…」を体現していますね。

障がい者にも活躍の場を提供し雇用創出という形で社会貢献しています。

緒方アナ For Youグループでは今年度、児童デイサービスセンターの利用児だった友川雅貴さんが、一般職として入社されました。

友川さんは、児童デイサービスセンターFor Youに小学4年生から8年間通所されたんですね。8年間を振り返ってどうでしたか？
友川さん 雰囲気良く、先生方も親身になって対応してくれたことで、すぐ溶け込むことが出来ました。おかげで友達が何人もでき、楽しく過ごすことができました。

私も For You 体操だ〜いすき!



会社全般に必要な備品の管理や子どものお世話の補助をさせてもらっています。

緒方アナ 単なるサービスの提供にとどまらず、社会の一員として活躍できる環境づくりにも注力しているんですね。支援を通じて生まれる「笑顔」や「成長」がFor Youグループの社長はじめスタッフ全員の原動力になっているのを強く感じました。

緒方アナ 単なるサービスの提供にとどまらず、社会の一員として活躍できる環境づくりにも注力しているんですね。支援を通じて生まれる「笑顔」や「成長」がFor Youグループの社長はじめスタッフ全員の原動力になっているのを強く感じました。

友川さん 児童デイサービスセンターFor Youで厳しくも温かく接して頂いたお陰で自分を律する力や協調性、発言力が育ち、副会長として生徒会活動に挑戦することができました。

緒方アナ この春からFor Youグループに就職されたということでしたが、お仕事にはもう慣れましたか？
友川さん 社長や先輩方が何かと気を配ってくれて少しずつですが自信がついてきました。今の目標は、精神的にも行動面でも自立した人間になることを目指しています。



8年間たくさんの思い出ができました。一番心に残っている思い出は、友達やスタッフの方にお祝いしてもらった誕生日会です。

For Youグループの15年の歩み……………リハビリテーション特化型サービス For Youグループ 株式会社 豊結会 株式会社 リハホワイト TEL.088-6789-111 営業日 月曜日～土曜日

株式会社 豊結会 設立

2010

■デイサービスセンター For You - 沖浜 - 開所
■デイサービスセンター For You - 国府 - に名称変更

2013

■パーソナルサポート For You 開所
■児童デイサービスセンター For You 開所

2017

在宅リハビリサービス For You 開所

2020

■デイサービスセンター For You 開所 (国府と沖浜を合併統合)
■児童デイサービスセンター For You - 常三島 - 開所

2022

2011

■デイサービスセンター For You 開所
■ケアプランセンター For You 開所

2014

■グループ会社(株)リハホワイト 設立
■株式会社 豊結会 - 徳島本社 - 設立
■訪問看護ステーション For You 開所

2019

■児童デイサービスセンター For You - 南昭和町 - 開所
■児童デイサービスセンター For You - 佐古駅前 - 名称変更

2021

■訪問看護ステーション For You 北常三島町に移転
■児童デイサービスセンター For You - 八万 - 開所

2023

児童デイサービスセンター For You - 徳島南 - 開所

CHECK!

その羽毛ふとん、捨てる前に “もう一度”見直しませんか？

再び使うか、活かして譲るか。選べる2つの選択肢

長年使ってきた羽毛ふとん。

「最近ふくらみが減ってきた」「ちょっと重く感じる」――

そんな変化に気づいても、「まだ使えるのかな?」と迷われる方は少なくありません。

捨てるには惜しい。でも、使うには不安。

そんなときこそ、“もう一度活かす”という選択肢があります。

当店で羽毛ふとんの状態を確認し、

リフォームで再生するか、回収してリサイクルするか、2つのご提案をしています。



羽毛ふとん、“ふっくら再生”という選択。

「羽毛ふとんリフォーム」

羽毛ふとんのリフォームは、ただの“洗い直し”ではありません。中の羽毛を専用の機械で丁寧に洗い、しっかり乾燥・除菌。必要に応じて羽毛を補充し、**新品のようなふっくら感と軽さ**をよみがえらせます。

当店では、リフォーム工程をすべて自社工場で一貫対応。さらに「側生地」「キルト(縫製)」「足し羽毛の量」なども自由にお選びいただけます。

「愛着がある」「肌になじんでいる」そんなふとんも、お好みに合わせて仕立て直せば、また快適にお使いいただけます。もう一度、ご自身の眠りを支える1枚に――。



その羽毛ふとん、捨てる前にできること。

「羽毛ふとんのリサイクル」

役目を終えた羽毛ふとんも、実は大切な資源です。当店では、不要になった羽毛ふとんを**無料で回収**し、中の羽毛を専門工程で再資源化。**リサイクルダウン**として再利用され、また誰かの眠りを支える製品へと生まれ変わります。

☑ 羽毛ふとんなら種類問わずOK(肌掛・合掛も対象)

☑ 側生地が破れていてもOK

☑ 羽毛だけでも回収可能です

さらに、下記の条件を満たす羽毛ふとん1枚につき、**「1,000円OFFクーポン」1枚を進呈!**

クーポン 進呈条件

- ① シングルサイズ(150×200cm)以上
- ② ダウン率85%以上、羽毛量1.0kg以上
- ③ 品質表示がわかるもの
- ④ 濡れていないこと

※全て満たす必要あり



眠りを、見直すきっかけに。

「捨てる前にできること」は、思っているよりもたくさんあります。

羽毛ふとんに触れて感じる「まだ使えるかも」「そろそろかな」という気持ちを、ぜひご相談ください。リフォームか、回収か。どちらもあなたの眠りと、地球にやさしい選択です。



鴨島店 吉野川市鴨島町中島432-1 TEL.0883-24-1728
川内店 徳島市川内町鶴島105-3 TEL.088-665-6360
徳島南店 徳島市大松町西奥外14-1 TEL.088-669-5355
 ●営業時間:10時～19時 ●定休日:火曜(11月・12月は無休)



田園に囲まれたのどかな環境
長年地域に根ざしています

住宅型
有料老人ホーム
ゆうき
有限会社 円満

／いっぺん見学、来てみてだ／

笑顔がまけまけいっぱい! ★★

デイサービス
センター
ゆうき
有限会社 円満

栄養バランスと彩りの良い
毎日の食事が評判です
美味しい嬉しい
デイサービス



長江グループ 有限会社 円満



住宅型有料老人ホーム **ゆうき**
徳島市国府町中448 TEL.088-679-7077

通所介護事務所 デイサービスセンター **ゆうき**
徳島市庄町2丁目22-1 TEL.088-632-8650

訪問介護事務所 ケアサービス **ゆうき**
徳島市国府町中425-1 TEL.088-624-7117

ラジオ大福 レギュラーコーナー（月2回）

瀧弁護士の「こんな法律知っていますか？」

私たちは、様々の法律の中で生活しています。知っていると得すること、知らずにいると損することが実はたくさん隠れています。そこで、リスナーの皆さんにはお馴染みの瀧誠司弁護士にラジオ大福に月2回程度登場していただき、法律のプロによってわかりやすく解説！

このページでは今までの放送で紹介した法律の中から、特に皆さんに身近なものをピックアップしてご紹介。アナウンサーの顔芸も好評の、ラジオ熟恒例企画です！新人アナもちょっとだけ登場します。

放送時間 『ラジオ大福』（毎月2回 午前10時30分頃～）※変更する場合があります。



小玉晋平アナウンサー

宮本幸子さん

瀧誠司弁護士



当事務所は、「弁護士から付添人へ」という理念を掲げ、徳島県民の方々に親しまれ常時利用しやすい法律事務所を目指しております。是非お気軽に相談があれば御連絡ください。

うずしお法律事務所
Uzushio Law Office

〒770-0856 徳島市中洲町2丁目21-1
tel.088-678-9222 fax.088-678-9223
●平日／午前9時から午後6時
●土曜日／午前10時から午後1時（祝日を除く）
ホームページ <http://uzushio-law.jp/>



代表弁護士の瀧誠司です。

道路交通法

道路における危険を防止し、その他交通の安全と円滑を図り、および道路の交通に起因する障害の防止に資することを目的としています。

交通事故が起きた場合に道交法のルールを守っていたかどうかが過失割合として重要な役割を果たします。私たちの生活に最も身近な法律のひとつです。

●全席シートベルトの着用が義務化
（ドライバーに監督責任）

●信号機のない横断歩道は歩行者が優先、車は一旦停止



小玉晋平

福井和美

●歩行者などに泥や汚水をはねかけてはならない



★**瀧弁護士から一言**
特に徳島では車を運転する人が多いと思います。しっかり運転に気を付けて交通事故がないようにしたいですね。

墓地、埋葬等に関する法律

墓地や火葬場などの遺骨や遺体の処理について、公衆衛生の観点から取り決めた法律です。



●納骨は許認可を受けた墓地でしか、してはいけない

●無縁墓は1年間何らかの連絡が無ければ管理者が改葬できる
（官報の掲載と立札の掲示が必要）

★**瀧弁護士から一言**

お墓には大切なご先祖様が眠っています。将来的にお墓の承継が困難だとわかっているなら早めに墓じまいや永代供養を検討しましょう。社会的な最低限のすべきマナーですし、ご先祖様や死者に対しての礼儀ですね。



豊かな“おとな”ライフのための高級家具

50歳からの「はつらつ」生活は、良い家具選びから始まる。

厳選
15
品



W180×H70×D85 ●本革ベンチ4点 ¥238,000



W156×H95×D44 ●サイドボード ¥288,000



W150×H70×D85 ●スチール足食卓5点 ¥148,000



W160×H70×D110 ●変形食卓5点 ¥228,000



W68×H106/42×D67 ●リクライナー ¥38,000



W240×H90/47×D175 ●布カウチ2点 ¥88,000



W301×H68/41×D165 ●カウチソファ3点 ¥495,550



W235×H78×D169 ●布カウチ2点 ¥118,000



W330×H107×D130 ●ホームシアター テーブル付6点 ¥1,303,500



W202×H91/42×D94 ●本革ソファ ¥218,000



W239×H93/43×D157 ●本革カウチ2点 ¥258,000



W237×H79/39×D152 ●布カウチ2点 ¥168,000



W200×H71×D90 ●テーブル、イス×4、スツール×2の7点 ¥148,000



W116×H179×D46 ●和ダンス ¥680,000～¥1,380,000



W160×H75×D85 ●書斎机 ¥396,000

※価格はすべて税込み ※サイズの単位はすべてcm

卸値販売 あいきり
家具の愛相

上記国内メーカー品・大型割引実施中!

徳島市川内町平石住吉316-1
●営業時間／午前10時～午後6時30分 ●定休日／木曜日

TEL.088-665-5651
<http://www.aikiri.com>

なかなか聞けない葬儀や告別式でのマナー



葬儀や告別式は、思いがけずやってきます。
慌てないでいように普段から準備するなり知識を持っておくと、安心ですね。

① 服装

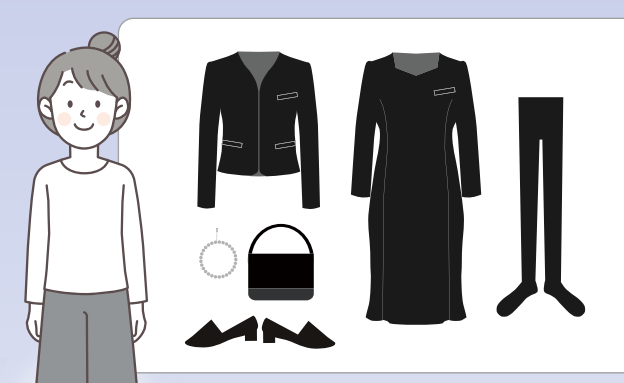
喪服は三種類に分かれます。正喪服・準喪服・略喪服です。参列する側であれば準喪服になります。

準喪服



【男性】

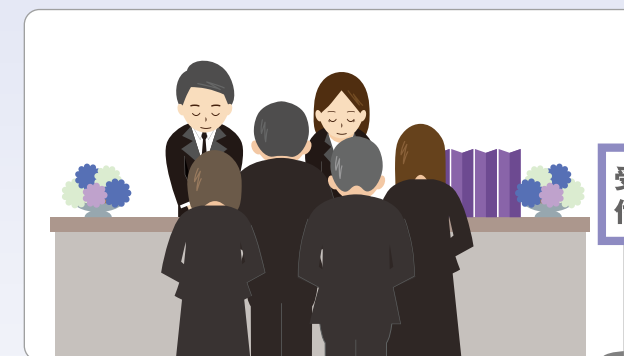
スーツは光沢のない黒色。上着はシングル・ダブル共に可。シャツは白色。ボタンドウンや色柄物のシャツは避ける。ネクタイは黒色でデンプル(くぼみ)を作らずに結ぶ。靴下は黒色。柄物・白色を避ける。靴は、黒色の革靴でひもで結ぶタイプ。金具付きやエナメル・スエード素材は避ける。バッグは一般的には持たない。



【女性】

ブラックフォーマルのアンサンブルやワンピース。襟元が詰まっている。七分～長袖。スカートは膝下～ふくらはぎ丈等露出が高くないものを選ぶ。ストッキングは30デニール以下の黒。厚手のタイツはNG。パンプスは黒でヒールが高いものや光沢のある素材は避ける。アクセサリはパールの一連が基本。ブラックパールでなくてもよい。バッグはふくさや数珠を入れる小さめで黒色の布バッグが基本。手袋はネイル等を隠したい場合に着用し、焼香時は外す。

② 参列を辞退するのは非常識?



訃報を受けたら、できるだけ都合をつけて参列するのがマナーです。しかし仕事や家庭の事情などやむを得ない事情により参列できないこともあるでしょう。欠席の連絡が必要な場合は、遺族が速やかに状況を把握できるように電話で伝えるのが一般的です。前日までにいきましょう。また行けない理由を詳細に伝える必要はありません。「やむを得ない事情がある」等と伝えるのが無難です。ただ、故人の家族や親族と関りがある場合、参列しないことで疎遠になる可能性があります。今後も交流を続けていきたいのであれば、安易に行かないという選択はしないほうがよいでしょう。

③ その他

- ・家族葬では、喪主・遺族側から参列願いがあった場合のみ参列をします。
- ・香典に使用する墨は、「御霊前」の時期である通夜や葬儀では薄墨を使用します。
- ・線香に火を点ける時、ライターで直接点けてはいけません。ろうそくから線香に火を移しましょう。



ベルベ玉鳳院の
お役立ち
健康情報
四国放送ラジオ 毎週月～金 午後5時20分～30分



肉勢極味豚(ひき肉)を使った 激辛!!ドライポークカレー



杉本 陸さん

元タスパシーな料理が好きなので、自分の好みを追求してみました。ただ辛いだけでなく、昆布・カツオの出汁で旨みを引き出して美味しさを融合するように工夫しました。発汗と代謝アップを促すメニューなので、夏バテ予防にも役買えると思います。

材料(2人前)

豚ひき肉	150g	A	にんにくチューブ	小さじ1.5
玉ねぎ	1/3個		生姜チューブ	小さじ1.5
赤パプリカ	1/3個		ラー油	大さじ1
ピーマン	1個		四川豆板醤	小さじ1.5
人参	1/3本			
カレー粉	小さじ2	B	ナンプラー	小さじ1
オリーブオイル	大さじ1		オイスターソース	小さじ1.5
			砂糖	小さじ1.5
			出汁	大さじ5

作り方

- ①玉ねぎ、赤パプリカ、ピーマンは1cmの角切りに、人参は5mmのさいの目切りにする。カツオと昆布でだしを取り、だしで人参を柔らかくなるまで煮る。
- ②フライパンにオリーブオイルを入れて熱し、Aを入れて弱火で炒める。
- ③香りが出てきたら玉ねぎと人参を入れて炒める。
- ④野菜がしんなりしてきたら、赤パプリカとピーマンを入れて1分ほど炒める。
- ⑤炒めたら豚ひき肉を入れ、中火でだまにならないようにほぐしながら炒める。
- ⑥ひき肉に火が通ったら弱火に戻し、カレー粉を入れて炒め合わせる。
- ⑦1分ほど炒めたらBを入れて炒める。
- ⑧汁気がなくなったら、ご飯の上に盛り付けて完成!!



肉勢極味豚(ロース肉)を使った とくしまのうまいもん酢豚



浜田 敏枝さん

豚肉をブロック肉ではなくロース肉の薄切りにすることで、柔らかさと味の染みを演出しました。折角なので今回の材料は地産地消(阿波極味豚・鳴門金時・松茂レンコン・藍住人参)にこだわっています。酢豚の中に鳴門金時、このマッチングもお楽しみに。

材料(2人前)

極味豚肩ロース薄切り肉	6枚	下味	醤油	小さじ1	あん	黒酢	50cc
			酒	小さじ1		水	20cc
			生姜	小さじ1		砂糖	大さじ2
			片栗粉	小さじ2		醤油	小さじ2
						酒	小さじ2
片栗粉	小さじ1					片栗粉	小さじ1.5
鳴門金時	60g					醤油	少々
松茂れんこん	40g						
藍住人参	40g						
ピーマン	1個						

作り方

- ①肩ロースは下味をつけて、片栗粉を加えてもみ込み、軽く握り丸めておく。
- ②鳴門金時は洗い、皮つきのまま厚さ5mmの輪切りに、蓮根は皮をむき厚さ5mmの輪切り(または半月切り)、人参も皮をむき5mmの輪切り、ピーマンは乱切りにする。
- ③鍋にあんの調味料を合わせてよく混ぜ、加熱する。(弱～中火)沸騰したら中火で30秒～1分加熱。
- ④②の野菜を油で素揚げして③のあんに入れる。
- ⑤豚肉に片栗粉をまぶし、170℃の油に入れ、徐々に温度を上げながらじっくり揚げて、あんに加え出来上がり!!



●協力:肉勢 ※豚肉は全て「徳島の華 肉勢極味豚」、牛肉は全て「徳島の華 肉勢くろうし」を使用。



肉勢が養豚業者と連携し、徳島の豊かな自然環境の中で育てた豚。餌に徳島の名産・鳴門金時を加え、ミネラルも豊富に与えることでまろやかな味と柔らかい肉質を実現!



肉勢のくろうしは、厳選された黒毛和牛です。柔らかくまろやかで、とてもジューシーです。ひと味ちがう肉勢のくろうしは、まさに食卓の「華」です。

Tokushima Anabuki College

★コンテスト★

第2弾

冷凍保存OK



【審査員講評】

素材の存在感を引き出す工夫が一皿一皿よく練られていました。皆さんの頑張りが伝わってきて順位を付けるのが心苦しかったです。これからも美味しいメニューを考案して、私たちを驚かせ続けてください。

料理人の卵が考える
簡単アレンジしやすいレシピ。
ラジオ熱恒例のレシピ提案ページ。
今回も専門学校徳島穴吹カレッジ高度調理学科の学生11人が腕を競ってくれました。
審査を行ったのは料理人の経験のある肉勢富田橋店 森本将仁店長(右)と
穴吹カレッジの石丸憲治校長を始めとする学校富田橋店 森本将仁店長(右)と
審査ポイントは「各家庭での調理が簡単で、アレンジに幅ができそう」というところ。
選りすぐりの3メニューをご紹介します!



肉勢くろうし(切り落とし)を使った 薬味たっぷり牛丼



横瀬 太輔さん

授業で習った薬味の知識と、自分が牛丼店でバイトしている経験をもとに考えました。薬味やトッピングを変えることで色々アレンジ可能です。チーズやキムチを乗せるのもお勧めですよ。

材料(2人前)

牛肉(切り落とし)	200g	A	水	100cc
玉ねぎ	1/2個		みりん	50cc
生姜	4g		濃口醤油	36cc
大葉	2枚		顆粒だし	小さじ1/2
ミョウガ	1個		砂糖	大さじ1
青ネギ	10g			
紅生姜	10g			
卵(温泉卵)	2個			

作り方

- ①玉ねぎは1cm幅のくし切りに、大葉、ミョウガ、生姜を千切りにする。青ネギは小口切りにする。卵は温泉卵にしておく。
- ②Aを鍋に入れ、玉ねぎと生姜を入れて強火で玉ねぎが柔らかくなるまで3～4分煮る。
- ③②に牛肉を加え、色が変わったらキッチンペーパーで落とし蓋をして弱めの中火で5分ほど煮込む。(あくが出たら取り除く。)
- ④ご飯の上に牛丼の具をのせて、つゆは好みの量かける。
- ⑤最後に薬味と卵をのせて完成!!

私たち新人アナウンサーです!よろしくお願いします

四国放送では今年度2人のアナウンサーが加わりました。
これからたくさん失敗をしますが、温かい目で見守ってくださいね〜。



氏師みなみ MINAMI UJISHI

- 165cm
- おうし座 O型
- 徳島県出身
- 性格／おおらか
- 得意技／ナンプレ
- 好物／お寿司
- 得意教科／現国
- 苦手教科／物理
- 座右の銘／桜梅桃李

皆さんの
心の真ん中に
情報を届けます

宮下寧々 NENE MIYASHITA

- 163cm
- うお座 A型
- 神奈川県出身
- 性格／チャレンジャー
- 得意技／1字バランス
- 好物／クロワッサン
- 得意教科／英語
- 苦手教科／家庭科
- 座右の銘／やらぬ後悔よりやる後悔

丁'寧'の二乗、
宮下'寧'々
〜地域の声と丁寧に向き合い、
心を込めて情報を届けます〜

贈っても贈られても喜ばれるこだわりの逸品



徳島の華 肉勢の牛肉は特選和牛肉。
ベテランの職人が選ぶ牛肉は、
サシ(脂)のはいりが絶妙!
和牛肉だから味わえる甘み・旨み
ぜひご賞味下さい。



肉勢の豚肉はオリジナルブランド豚。
餌に鳴門金時とミネラルを
豊富に与えることで、まろやかな味と
柔らかい肉質に育ちました。
旨みとコクの両方を兼ね備えた
自慢の豚肉です。

その他、多数ございます。ご予算に応じて詰合わせも致します。お気軽にお声かけください。

徳島の華 肉勢くしうい
肉勢

株式会社 肉 勢

鮎喰本店 / 〒770-0046 徳島市鮎喰町2丁目 55-34
TEL.088-632-4129(代) FAX.088-633-2020
富田橋店 / 徳島市富田橋4丁目8 TEL.088-623-2929
住吉店 / 徳島市住吉3丁目1-7 TEL.088-625-1183
鴨島店 / 鴨島町知恵島(鴨島東市場内) TEL.0883-24-8052

全国どこでも
新鮮直送
クール便にて発送!



アナウンサーの

ON
しごと×あそび
OFF

野口七海 ● のぐちななみ

企画もディレクションも楽しんでいます！

楽しみながら活動の幅を広げている野口アナ。
入社8年目、まだまだやりたいことがたくさん！

三刀流アナウンサー
次はアイドルで四刀流？

去年、全国放送『オードリーさん、ぜひ
会って欲しい人がいるんです』アナウン
サーSP』に出演した時、中京テレビの



アクティブに色々な場所に取材に向いています！



すだちでキュン♡公開録音（今年4月ストーンフェア会場にて）

ディレクターさんから「三刀流だね」と
言われて驚いたことがあったんです。確
かにアナウンサー、記者、ラジオのディレ
クターと三種の業務を行っています、
自分ではそれが当たり前。むしろ楽しい
んですよ。

ななみのにいろいろ放課GO! 記念すべき第1回の徳島市立高校



●となりのラジオ
(月曜 生放送)午後1時20分～
●パンリク(水)午後9時～
●STU48のすだちでキュン♡
(月曜 収録番組)午後11時～
●ゴジカル!
(火曜 隔週「ナナミのミテミテ!!」)
(木曜 中継「ななみのにいろいろ放課GO!!」)
(金曜「ヴォルティス通信」)
午後4時45分～

番組を企画から担当すると、自分の
アイデアが形になっていく過程を実感
できるのが嬉しくて。5年目を迎えた
「STU48のすだちでキュン♡」は、いよ
いよチームソングプロジェクトが始動。相
方のSTU48谷口茉莉菜ちゃんとデュ
エットの可能性も…？小さい頃から憧
れていたアイドルが、四刀流目に加わる
日も近いかもしれません(笑)。
21年には防災士の資格も取得しまし
た。南海トラフ巨大地震に備え、私たち
アナウンサーも災害時の報道について訓
練を行っています。その経験を通じて、
自分自身にもっと防災の知識がなけれ
ば説得力がない…と思うようになったの
がきっかけ。資格は持っているだけでは
意味がないので、今も勉強を続けていま
す。命を守る知識の発信を少しずつで



生放送中にゲストを迎えて。わからないことはとことん聞く

も行っていきたいですね。

「となり」「ゴジカル！」
この春から頑張ってます！

この春からJRTラジオの名物番組
「となりのラジオ」月曜パーソナリティー
を担当することになりました。昼下が
りの番組なので、しゃべるスピードはどの
番組よりもゆつくりと。まったりゆった
りリスナーの皆さんとお話するよう
心がけています。

月曜の新コーナーは3本。まず防災
士の資格を活かした、今すぐできる防
災情報がいっぱいの「いつ備えるか？今で

今年「ゴジカル！」の中継で県内各
地を訪ねて行くので、より素に近い野口
七海を知っていただける機会が増える
と思います。たくさんやりたいことを
実現できるよう頑張るので、これからも
よろしく願います！



中継前に市高ダンス部を取材

しよ！。「昭和を学びまSHOW！」で
は、平成生まれ初の「となり」パーソナ
リティーとして、人生の先輩であるリス
ナーさんからいろいろなことを学ばせて
いただきます。そして「ななみのビタ
ミンCD」の時間は、私ならではの元氣
になれる曲を処方箋としてお届けでき
たらと思っています。
早いもので今年で入社8年目。「ラジ
オ聞つきよるよー」「テレビ見よるでー」
などのお声がけ、本当に嬉しいです。

応援してます！
徳島ヴォルティス

長崎ビーススタジアムは、
選手との距離感が近かった！

リポーター担当をきっかけに、
気付けば熱烈なサポーターへ。今
では、勤務と重ならなければポカ
リスエイトスタジアムでホームゲー
ムを観戦しています。

いつもキックオフの2時間前に
会場入り。早めに行くのとピッチで
練習している選手が見えるん
です。スタジアムグルメに舌鼓を打
ったり、最新グッズを購入したり、
ヴォルタクんのダンスを楽しんだ
り…。試合開始まであつという間
ですね。

現地観戦は、テレビに映らない
選手やスタッフの動きなど、全体
像をつかめるのが魅力ですね。ア
ウェイ戦にも足を運んでいて、先
日は「日本で最もピッチに近い座
席を全方向で楽しめる」と評判
の長崎ビーススタジアムまで応援
に。選手との距離が本当に近くて
大迫力でした！

アナウンサーの

ON
しごと×あそび
OFF

黒川麗海

●くろかわつぐみ

リスナーさんの愛を実感しています♡

大真面目のんびりマイペースと自己分析する
黒川アナがめざす、理想のアナウンサーとは。

ラジオの魅力は
リスナーさんとの距離感

新入社員だった去年は失敗ばかりで
した。特に記憶に残っているのが「パンリ
ク」でRさんの「愛のままにわがままに



ゴジカル!MCでも先輩・榎本アナにいじられています



僕は君だけを傷つけない」の李克エストに
応えたつもりで「LOVE PHANTOM」
をかけてしまったこと。

複数のリスナーさんから「違うよ」
とメッセージが届いて、やってしまった!

ON

- 希望メロディー
(月～金曜)午前7時～
- パンリク(金)午後9時～
- ゴジカル!
(火曜「スイーツ予想」)
(木曜 MC)
(不定期「黒川の手帳」)
午後4時45分～

と頭を抱えましたが、同時に「間違え
ても気にしないで」という励ましもいた
だいて、すごくありがたかったです。あつ
てはならないことですが、失敗までリア
ルタイムでコミュニケーションになる。リス
ナーさんとの距離が近いラジオに救わ
れた思い出です。



ゴジカル!「スイーツ予想」取材中

入社間もない頃「となりのラジオ」で、
旬子さん(佐藤旬子アナ)が「声はれ!」
とカツを入れてくださった時も、リスナー
の皆さんにネタにしていたきました。
「となり」で旬子さんのものまねコーナー
へ「声を張れてない黒川のまね」をリク
エストしてくださって、嬉しかったです
ね。自惚れではありますが「愛されて
るなあ」と思ってオンエアを聞いていま
した(笑)。



阪神タイガース大好き!パンリク(金)では阪神の一週間を振り返ります

とはいえ、私も今年で入社2年目。声
もちゃんと張って、曲のかけ間違いはしな
いように気をつけます!

アドバイスをもらいに
ディレクターに突撃!

アナウンサーを志したきっかけは、メ
ディアの報道と実際の体験に違いを感
じた学生時代の経験からです。その時
初めて意識した「正しい情報をわかりや
すく伝えることの重要性」は、今も仕事
の指針になっています。

今年度、ラジオ番組は「パンリク」と
「希望メロディー」を担当。視覚情報も
あるテレビと違い、ラジオは聴覚情報に



四国放送ラジオで最もご長寿番組「希望メロディー」を佐藤アナから引き継ぎました

限られているので、言葉だけで伝えたい
内容をしつかり伝えたいといけません。
でも、私は体験談などを話す時、どうし
ても話を端折りがちだったり、のんびり
ペースで話すスピードやリズムも遅くな
りがちで…。まだまだ反省することが
多いです。

そこで自称・大真面目な私、直すところ
があれば教えてください!とディレク
ターさんや先輩に突撃の日々(笑)。第三
者からアドバイスがもらえるのは幸せな
ことです。あとは自分の出演した番組
を見返し、聞き返してセルフチェックも
欠かさずやっています。

リスナーの皆さん、いつもリクエスト、
そして温かいメッセージがありがとうござ
います。頑張りますので、これからも楽
しくお話ししましょう!



阿波市・十楽寺

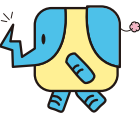
御朱印きつかけで
八十八カ所挑戦中

御朱印集め、カフェ巡り、野球観
戦が今の趣味です。四国八十八か
所巡りも始めていて、七番札所の
十楽寺まで回りました。今の時点
で一番好きなのは一番札所の霊山
寺。ドラクエでいう「はじまりの村」
感があって、4、5回足を運んでい
ます。このペースだと、全部回り終
えるまでに何年かかることでは
うか…(笑)。



板野町・地藏寺

JRT 四国放送「大人の ラジオタイムテーブル」



※変更する場合がございます

時間	曜日	Monday・Tuesday・Wednesday・Thursday・Friday
5:00		おはようミュージック
5:20		福富弥生の時間(再) fuku@jrt.jp
5:30		Brand-New Morning
7:00		希望メロディー kibou@jrt.jp
7:25		JRTおはようラジオ
8:00		日本全国8時です
8:15		交通情報
8:20		武田鉄矢・今朝の三枚おろし
8:30		  小玉 晋平 (月・火)  物部 純子 (水)  石井 隆智 (木)  宗我部 英久 (金) daifuku@jrt.jp
11:40		ラジオなんでも伝言板
11:45		LUNCHリクエスト
12:07		徳島新聞ニュース・天気予報
12:20		徳島三菱ドライブミュージック drive@jrt.jp
12:35		テレフォン人生相談
12:55		船越園子のゴルフコラム
13:00		徳島新聞ニュース・天気予報・交通情報
13:20		  野口 七海 (月)  物部 純子 (火)  佐藤 句子 (水・木・金) tonari@jrt.jp
16:30		福富弥生の時間 fuku@jrt.jp
16:50		あなたにハッピー・メロディ
16:40	(金)	松元寧音のね〜ね〜聞いてよ♪
17:00		ニュースパレード
17:15		交通情報
17:20		ベルベ玉鳳院のお役立ち健康情報
18:00		JRTラジオタ刊
18:30		小松亮太の音楽世界旅行
18:30		純烈・スーパー銭湯!!
18:45		岩崎宏美・良美の「お茶にする?」
18:45		AMEMIYAのどにかく歌います♪
19:00		ナオミの夢ラジオ(再)
19:00		とくアニ(再)
19:30		市橋有里の「RUN食健美」
19:30		THIS IS 小泉みつたか(再)
21:00		  石井 隆智  野口 七海  外谷 光  黒川 麗海 banban@jrt.jp
23:00		STU48のすだちでキュン♡ (月) kyun@jrt.jp
23:00		ROCKBAN (火)
23:00		あばれる君のイグニッションラジオタイム (水)
23:00		加藤さんと山口くん(木)
23:00		ウィリアム浩子のMy favorite JAZZ(金)
23:30		おもどうミュージック
23:30		たんぽの綿毛time♪
23:30		ナオミの夢ラジオ 皆谷尚美
23:40		深夜にひと笑い JRTお笑い広場

時間	曜日	Saturday
5:00		わたしの図書室
6:50		録音風物誌
8:00		日本全国8時です
8:15		交通情報・徳島新聞ニュース
8:30		あわきらめきびと 人生の扉
11:00		  宗我部 英久  木戸 弥生 doyowide@jrt.jp 11:05 徳島新聞ニュース・天気予報・交通情報 ヒーローショードラマ 「本当のヒーローは君だ!!」
13:00		  物部 純子 enka@jrt.jp
14:20		徳島新聞ニュース・交通情報
14:45		水森英夫のチップイン歌謡曲
15:20		ラジオ遍路・88の音巡り(再)
15:30		亀淵昭信のお宝POPS
16:15		交通情報・徳島新聞ニュース
16:30		おやじの青春
17:50		JRTラジオタ刊
18:00		(1・2週目) まつながごはん (3・4・5週目) キョートリアル!
18:30		とくアニ tokuani@jrt.jp
21:00		板東男節(再)
23:00		音楽☆とらのアナ
23:30		オールナイトニッポン サタデースペシャル

時間	曜日	Sunday
5:00		三山ひろし演歌の夜明け
7:00		天使のモーニングコール
7:50		ラジオ遍路・88の音巡り
8:00		ONE-j
10:00		ワローのコレはどうか?
11:00		板東男節 banjun@jrt.jp
12:00		(1週目) JRTミュージックノート (2週目) 丸岡いずみのまるごとラジオ marugoto@jrt.jp (3・4・5週目) Radioであわんで! awande@jrt.jp  丸岡 いずみ  福井 和美
13:00		  岩瀬 弥永子  梅津 龍太郎 natumero@jrt.jp 15:55 徳島新聞ニュース・天気予報
17:00		THIS IS 小泉みつたか koimitsu@jrt.jp
17:30		アナ×アナ
17:45		ここが好きやけん、とくしま
18:00		中四国ライブネット [中四国8局ネット] 四国・西日本・高知・南海 中国・山口・山陰・山陽
20:00		杉ノ内由紀のミュージック・さえら
22:00		SUNラジオ!

自社制作番組

テレビ・ラジオの現場で働いてみませんか?



四国放送グループ

徳島放送企画株式会社

徳島市中徳島町2-5-2(新聞放送会館内)

TEL.088-655-7684

https://www.hosokikaku.jp

四国放送ラジオ

ラジコで Happy! Life!




スマホで



パソコン

ラジオ

ラジオ



ダウンロード無料／

スマホで二次元コードを読み取ってください

ラジコプレミアム配信!




スマートフォン・パソコンで四国放送ラジオが聞けるぞう！
インターネットにつながる環境なら、
いつでもクリアな音でラジオを楽しめるぞう！

Q. radiko(ラジコ)って何!?

地上波ラジオ放送をインターネットで同時配信するサービスです。権利などの関係で放送できない番組を除いて、ラジオ放送と同じ内容をお楽しみいただけます。インターネットの回線を利用して、クリアな音質の放送を、ぜひお楽しみください。

Q. radiko(ラジコ)を聴くには…??

パソコンの場合は、インターネット検索サイトで「ラジコ」と検索!スマートフォン・タブレット端末の場合は、マーケットからradiko無料アプリをダウンロードして起動して下さい。

※アプリのダウンロードおよび通常のラジコ(放送エリア内聴取)は無料聴取は無料ですが、ラジコプレミアム(放送エリア外聴取)は、有料で会員登録が必要です。
※ラジコプレミアムでは、ドコモ決済の場合は登録月に解約すると1か月分のお支払が生じます。また、特定のタレント出演番組やスポーツ中継など、一部聴取できない番組があります。
※インターネットを経由するため、時刻のお知らせや緊急地震速報は正確ではありません。
※詳しくは、radiko.jpのサイトの「お問い合わせフォーム」からお問い合わせください。



詳しいサービス内容、
ご利用方法はradiko.jp
をご確認ください。



四国放送ラジオでは、
いろんな番組を
放送しているぞう!