

	1月第1週						
	1月1日 月	1月2日 火	1月3日 水	1月4日 木	1月5日 金	1月6日 土	1月7日 日
5	5:00 超ムーの世界#6	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#40	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#40	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#40	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#40	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#40	5:00 それいけ爆釣中！ Vol56
	5:15 空撮マルチコプター#8【初回】	5:15 健康エクスプレス#9	5:15 健康エクスプレス#9	5:15 ILC科学少年団 シーズン3 第3話	5:15 Made in NewYork(メイドインニューヨーク)#1	5:15 空撮マルチコプター#8	5:30 お役立ち生活情報
	5:30 気軽にフィットネス#18		5:30 地域密着た・ま・て・ば・こ#115	5:30 盲腸線～行き止まり駅の旅 #5	5:30 お役立ち生活情報	5:30 お役立ち生活情報	5:30 お役立ち生活情報
6	6:00 i-ネット川柳投句しよう #70	6:00 ふらりゆらり#19	6:00 う・ら・ら#349【初回】	6:00 日本でいちばん美しい町並#7	6:00 魂を込めて打て！～公立中学校からの挑戦～Vol.8【初回】	6:00 佐伯深堀り漫遊記#7	6:00 気軽にフィットネス#18
	6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報
7	7:00 長野・新潟・富山新春お国自慢サミット2018	7:00 信越トライワーク #311【初回】	7:00 かしましおめかしvol.9【初回】	7:00 Kochi on TV！ #229	7:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#24	7:00 街ナカ情報発信！ けてけおじゃマップ#22	7:00 レンタカーで行くわて魅力の旅 三陸復興ストーリー#3 県北編1
		7:30 あらふんちゅ散歩#21	7:30 発掘!佐伯の方言大全集#228【初回】		7:30 佐伯深堀り漫遊記#7【初回】	7:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #9【初回】	7:30 田中律子の旅するSUP#18
			7:45 プラモデルのツボ#20【初回】				
8	8:00 スマイルレッスン サヘル・ローズの和のココロ#7	8:00 気軽にフィットネス#18	8:00 気軽にフィットネス#18	8:00 草野忠重のGolf clinic#39	8:00 美仙沼めつけ#12	8:00 i-ネット川柳投句しよう #70	8:00 i-ネット川柳投句しよう #70
		8:30 古武連の世界を訪ねて～北限一刀流剣術と天然理心流剣術～	8:30 インフォ チャンネル700#9	8:30 JCC三人娘が行く！ #58 高知県黒潮町 後編	8:30 インフォ チャンネル700#9	8:30 インフォ チャンネル700#9	8:30 インフォ チャンネル700#9
			8:45 れいぞうこのぐにのココモン2 #2				
9	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報
	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 i-ネット川柳投句しよう #70	9:30 手づくり花づくり#1187
10	10:00 オーストラリア・プラス	10:00 オーストラリア・プラス	10:00 オーストラリア・プラス	10:00 オーストラリア・プラス	10:00 オーストラリア・プラス	10:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 174【初回】	10:00 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8
	10:30 インフォ チャンネル700#9	10:30 インフォ チャンネル700#9	10:30 インフォ チャンネル700#9	10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報
11	11:00 劇場映画予告編#107	11:00 劇場映画予告編#107	11:00 劇場映画予告編#108【初回】	11:00 劇場映画予告編#108	11:00 i-ネット川柳投句しよう #70	11:00 う・ら・ら#349	11:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#16
	11:15 自転車情報番組 Plus Bicycle#19【初回】	11:15 HYPER DASH基地#5-6	11:15 筋肉小町と実験しよう#15-16	11:15 でんえんまる情報局#45	11:15 れいぞうこのぐにのココモン2 #2【初回】	11:15 HYPER DASH基地#5-6	11:30 お役立ち生活情報
	11:30 インフォ チャンネル700#9	11:30 インフォ チャンネル700#9	11:30 インフォ チャンネル700#9	11:30 お役立ち生活情報	11:30 お役立ち生活情報	11:30 お役立ち生活情報	11:30 お役立ち生活情報
12	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection
13	13:00 ふらりゆらり#19【初回】	13:00 田中律子の旅するSUP#18【初回】	13:00 わが心の演歌 #41「島根・船出」【初回】	13:00 i-ネット川柳投句しよう #70	13:00 日本でいちばん美しい町並#7	13:00 筋肉小町と実験しよう#15-16	13:00 気軽にフィットネス#18
	13:15 Made in NewYork(メイドインニューヨーク)#1					13:15 健康エクスプレス#9	
	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報
14	14:00 HYPER DASH基地#5-6	14:00 東京カレー#2～8 一挙放送	14:00 自転車情報番組 Plus Bicycle#19	14:00 手づくり花づくり#1187	14:00 草野忠重のGolf clinic#40【初回】	14:00 ダムダムおじさんのミッションデパート#49【初回】	14:00 模型道場 戦車模型の作り方基本編
	14:15 でんえんまる情報局#45		14:15 JCC三人娘が行く！ #58 高知県黒潮町 後編【初回】				
	14:30 この坂のぼれば#21		14:30 レッツゴー！ まちっちゃん #80	14:30 それいけ爆釣中！ Vol56	14:30 田中律子の旅するSUP#18	14:30 スマイルレッスン サヘル・ローズの和のココロ#7	14:30 日本でいちばん美しい町並#7
15	15:00 今年が平成30年！ 成年だワン*わんだふる！ ワンダフル！ おらっちゃんNo.1！	15:00 手づくり花づくり#1187	15:00 手づくり花づくり#1187	15:00 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #8	15:00 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22	15:00 天空麻雀#7 #2【初回】	15:00 感動！ i-ネット川柳投句しよう #70
		15:15 プラモデルのツボ#19					15:30 ふらりゆらり#19
		15:30 日本でいちばん美しい町並#7	15:30 魂を込めて打て！～公立中学校からの挑戦～Vol.7	15:30 この坂のぼれば#21	15:30 みんなのテレビ#21		15:45 HYPER DASH基地#5-6
16	16:00 i-ネット川柳投句しよう #70	16:00 四方十うおっちゃん#357	16:00 四方十うおっちゃん#357	16:00 レビュー-OSK #83	16:00 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8	16:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 174	16:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 174
	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報
17	17:00 あらふんちゅ散歩#21	17:00 ダムダムおじさんのミッションデパート#48	17:00 街ナカ情報発信！ けてけおじゃマップ#22	17:00 地域密着た・ま・て・ば・こ#115	17:00 かしましおめかしvol.9	17:00 激闘！ 第12期 オセロ王座戦！	17:00 古武連の世界を訪ねて～北限一刀流剣術と天然理心流剣術～
	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報
18	18:00 インフォ チャンネル700#9	18:00 神保町古書店めぐり#1～10 一挙放送	18:00 インフォ チャンネル700#9	18:00 インフォ チャンネル700#9	18:00 インフォ チャンネル700#9	18:00 客席の時間#14 三笑亭可能「ホワイト可能」2016年12月	18:00 超ムーの世界第二章 #5
	18:30 草野忠重のGolf clinic#39【初回】		18:30 ダムダムおじさんのミッションデパート#48	18:30 田中律子の旅するSUP#18	18:30 仙台発！ 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #102		
19	19:00 う・ら・ら#348	19:00 草野忠重のGolf clinic#39	19:00 あらふんちゅ散歩#21	19:00 あらふんちゅ散歩#21	19:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 173	19:00 仙台発！ 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #102	19:00 こちら東海です。その149 愛知県入鹿池のポートワカサギ入門！
	19:15 四方十うおっちゃん#357						
	19:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #8	19:30 手づくり花づくり#1187【初回】	19:30 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22【初回】	19:30 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22【初回】	19:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#16	19:30 感動！ i-ネット川柳投句しよう #70【初回】	
20	20:00 i-ネット川柳投句しよう #70	20:00 地域密着た・ま・て・ば・こ#115【初回】	20:00 Kochi on TV！ #229	20:00 スマイルレッスン サヘル・ローズの和のココロ#7	20:00 わが心の演歌 #41「島根・船出」	20:00 防災特番 あの日の私たち ～船橋・習志野・八千代～ (第43回日本ケーブルテレビ大賞番組アワード コミュニティ部門優秀賞)	20:00 第20回全国地ビールフェスティバルin関【初回】
	20:30 レビュー-OSK #83	20:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #291		20:30 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 173	20:30 レビュー-OSK #84【初回】		
21	21:00 高校生のための eiga worldcup2017 受賞作品一挙放送(地域部門)	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#40	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#40	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#40	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#40	21:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#24	21:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#24
		21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#40	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#40	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#40	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#40	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#40	21:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#24
		21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#40	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#40	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#40	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#40	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#40	21:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#24
		21:45 発掘!佐伯の方言大全集#228	21:45 スマイル調査#68【初回】	21:45 Made in NewYork(メイドインニューヨーク)#1	21:45 HYPER DASH基地#5-6	21:45 HYPER DASH基地#5-6	21:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #292
		22:00 激闘！ 第12期 オセロ王座戦！	22:00 Marvelous Garden 業草同好会活動日記#1【初回】	22:00 超ムーの世界第二章 #5【初回】	22:00 レンタカーで行くわて魅力の旅 三陸復興ストーリー#3 県北編1		22:00 でんえんまる情報局#45
		22:30 筋肉小町と実験しよう#15-16	22:30 THE MAKING #262【初回】	22:30 Marvelous Garden 業草同好会活動日記#1	22:30 THE MAKING #262		22:15 四方十うおっちゃん#357
			22:44 和暮らしのスズメ～暮らしの歳時記を科学する～ #4				22:30 ILC科学少年団 シーズン3 第3話
23	23:00 劇場映画予告編#107	23:00 劇場映画予告編#108	23:00 劇場映画予告編#108	23:00 天竺麻雀#7 #1			23:00 こちら東海です。その149 愛知県入鹿池のポートワカサギ入門！【初回】
	23:15 自転車情報番組 Plus Bicycle#19	23:15 でんえんまる情報局#45	23:15 う・ら・ら#349				23:00 客席の時間#14 三笑亭可能「ホワイト可能」2016年12月
	23:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#16	23:30 インフォ チャンネル700#9	23:30 素でどうでしょう#20				
0	0:00 レッツゴー！ まちっちゃん #80	0:00 京太郎華舞台#20	0:00 素でどうでしょう#20【初回】	0:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#24	0:00 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #292	0:00 盲腸線～行き止まり駅の旅 #5	0:00 盲腸線～行き止まり駅の旅 #5
	0:30 盲腸線～行き止まり駅の旅 #4	0:30 あらふんちゅ散歩#21	0:30 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#21	0:30 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8【初回】	0:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #292	0:30 運だもしたんパラダイス#1	0:30 信越トライワーク #311
1	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 Kochi on TV！ #229	1:00 Kochi on TV！ #229
2	2:00 街ナカ情報発信！ けてけおじゃマップ#22	2:00 インフォ チャンネル700#9	2:00 京太郎華舞台#20	2:00 インフォ チャンネル700#9	2:00 CLUB TV	2:00 CLUB TV	2:00 CLUB TV
	2:30 それいけ爆釣中！ Vol56	2:30 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#7	2:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #292【初回】	2:30 信越トライワーク #311			
3	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV			
4	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止
	4:30 地域密着た・ま・て・ば・こ#114	4:30 素でどうでしょう#19	4:30 信越トライワーク #311	4:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #8	4:30 運だもしたんパラダイス#1	4:30 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22	4:30 京太郎華舞台#21【初回】

		1月第2週						
		1月9日	1月10日	1月11日	1月12日	1月13日	1月14日	
		月	火	水	木	金	土	
		日	月	火	水	木	金	
5	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#40	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#2	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#3	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#5	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#41	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#41	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#41	5:00 それいけ爆約中！ Vol57
	5:15 発掘!!佐伯の方言大全集#229	5:15 空撮マルチコプター#8	5:15 健康エクスプレス#9	5:15 ILC科学少年団 シーズン3 第3話	5:15 Made in NewYork(メイドインニューヨーク)#1	5:15 空撮マルチコプター#8	5:30 お役立ち生活情報	5:30 お役立ち生活情報
6	6:00 インターネット川柳投げしよう #70	6:00 ふらりゆらり#19	6:00 うらら#350【初回】	6:00 日本でいちばん美しい町並#7	6:00 魂を込めて打て！～公立中学校からの挑戦～Vol.8	6:00 佐伯深堀り漫遊記#7	6:00 気軽にフィットネス#19	6:30 お役立ち生活情報
	6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報	7:00 シタカでいくわて魅力の旅 三陸復興ストーリー#3 県北編1
7	7:00 長野・新潟・富山新春お国自慢サミット2018	7:00 信越トライワーク #311	7:00 かしましおめかしvol.9	7:00 Kochi on TV！ #229	7:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#25	7:00 街ナカ情報発信！ けてけおじゃマップ#23	7:00 シタカでいくわて魅力の旅 三陸復興ストーリー#3 県北編1	
	7:30 あらふんちゅ散歩#21	7:30 健康エクスプレス#9	7:30 かしましおめかしvol.9	7:30 JCC三人娘が行く！ #58 高知黒瀬町 後編	7:30 佐伯深堀り漫遊記#7	7:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #9	7:30 田中律子の旅するSUP#19	
8	8:00 スマイルレッスン サヘル・ローズの和のココロ#7	8:00 気軽にフィットネス#19【初回】	8:00 草野忠重のGolf clinic#40	8:00 美仙沼めつけ#13	8:00 第20回全国地ビールフェスティバルin一関	8:00 にっぽんケーブルカー探訪#8	8:00 にっぽんケーブルカー探訪#8	
	8:30 古武連の世界を訪ねて～北限一刀流剣術と天然理心流剣術～	8:30 インフォ チャンネル700#10	8:30 JCC三人娘が行く！ #58 高知黒瀬町 後編	8:30 インフォ チャンネル700#10	8:30 JCC三人娘が行く！ #58 高知黒瀬町 後編	8:30 インフォ チャンネル700#10	8:30 インフォ チャンネル700#10	
9	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報	
	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 手づくり花づくり#1188	
10	10:00 オーストラリア・プラス	10:00 オーストラリア・プラス	10:00 オーストラリア・プラス	10:00 オーストラリア・プラス	10:00 オーストラリア・プラス	10:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 175【初回】	10:00 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8	
	10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報	
11	11:00 劇場映画予告編#108	11:00 劇場映画予告編#108	11:00 劇場映画予告編#109【初回】	11:00 劇場映画予告編#109	11:00 にっぽんケーブルカー探訪#8	11:00 うらら#350	11:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#17	
	11:15 自転車情報番組 Plus Bicycle#19	11:15 HYPER DASH基地#7-8	11:15 筋肉小町と実験しよう#15-16	11:15 でんえんまる情報局#45	11:15 HYPER DASH基地#7-8	11:15 HYPER DASH基地#7-8	11:30 お役立ち生活情報	
12	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	
	13:00 ふらりゆらり#19	13:00 田中律子の旅するSUP#19【初回】	13:00 わが心の演歌 #41「島根・船出」	13:00 インターネット川柳投げしよう #70	13:00 日本でいちばん美しい町並#7	13:00 筋肉小町と実験しよう#15-16	13:00 気軽にフィットネス#19	
13	13:15 Made in NewYork(メイドインニューヨーク)#1	13:15 健康エクスプレス#10【初回】	13:15 JCC三人娘が行く！ #58 高知黒瀬町 後編	13:15 この坂のぼれば#22	13:15 みんなのテレビ#21	13:15 健康エクスプレス#10【初回】	13:30 お役立ち生活情報	
	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報	
14	14:00 HYPER DASH基地#7-8	14:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#25【初回】	14:00 自転車情報番組 Plus Bicycle#19	14:00 手づくり花づくり#1188	14:00 草野忠重のGolf clinic#41【初回】	14:00 ダムダムおじさんのミッションデパート#50【初回】	14:00 模型道場 戦車模型の作り方基本編	
	14:15 でんえんまる情報局#45	14:15 みんなのテレビ#21	14:15 JCC三人娘が行く！ #58 高知黒瀬町 後編	14:15 レッツゴー！ まちぶちゃん #81【初回】	14:15 この坂のぼれば#22	14:15 スマイルレッスン サヘル・ローズの和のココロ#7	14:30 日本でいちばん美しい町並#7	
15	15:00 今年が平成30年！ 成年だワン! わんだふる！ ファンダフル！ おらっちゃんNo.1！	15:00 盲腸線～行き止まり駅の旅 #5	15:00 手づくり花づくり#1188	15:00 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #9	15:00 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22	15:00 天空麻雀#7 #3【初回】	15:00 感動！ にっぽん自慢の味#7	
	15:30 日本でいちばん美しい町並#7	15:30 魂を込めて打て！～公立中学校からの挑戦～Vol.8	15:30 この坂のぼれば#22	15:30 この坂のぼれば#22	15:30 みんなのテレビ#21	15:30 感動！ にっぽん自慢の味#7	15:30 ふらりゆらり#19	
16	16:00 インターネット川柳投げしよう #70	16:00 四方十うおっちゃん#357	16:00 れいぞうこのくにのココモン2 #2	16:00 レビューOSK #84	16:00 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8	16:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 175	16:30 お役立ち生活情報	
	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報	
17	17:00 あらふんちゅ散歩#21	17:00 ダムダムおじさんのミッションデパート#49	17:00 NEIROのいろいろ秋田【初回】	17:00 かしましおめかしvol.9	17:00 かしましおめかしvol.9	17:00 激闘！ 第12期 オセロ王座戦！	17:00 古武連の世界を訪ねて～北限一刀流剣術と天然理心流剣術～	
	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報	
18	18:00 インフォ チャンネル700#10【初回】	18:00 インフォ チャンネル700#10	18:00 インフォ チャンネル700#10	18:00 インフォ チャンネル700#10	18:00 インフォ チャンネル700#10	18:00 客席の時間#14 三笑亭可能「ホワイト可能」2016年12月	18:00 超ムーの世界第二章 #5	
	18:30 草野忠重のGolf clinic#40	18:30 運だもしたんパラダイス#1	18:30 ダムダムおじさんのミッションデパート#49	18:30 田中律子の旅するSUP#19	18:30 仙台発！ 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #102	18:30 仙台発！ 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #102	18:30 こちら東海です。その149 愛知県入鹿池のポートワカサギ入門！	
19	19:00 うらら#349	19:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 174	19:00 草野忠重のGolf clinic#40	19:00 あらふんちゅ散歩#21	19:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 174	19:00 仙台発！ 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #102	19:00 こちら東海です。その149 愛知県入鹿池のポートワカサギ入門！	
	19:15 四方十うおっちゃん#357	19:15 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #9	19:15 手づくり花づくり#1188 【初回】	19:15 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22	19:15 伊藤さとりと映画な仲間たち#17【初回】	19:15 感動！ にっぽん自慢の味#7	19:30 お役立ち生活情報	
20	20:00 にっぽんケーブルカー探訪#7	20:00 地域密着た・ま・て・ば・こ#115	20:00 Kochi on TV！ #229	20:00 スマイルレッスン サヘル・ローズの和のココロ#7	20:00 わが心の演歌 #41「島根・船出」	20:00 ながさき原簿記録全集～アメリカ戦略爆撃調査団編総集編～(第43回日本ケーブルテレビ大賞番組アワード グランプリ 総務大臣賞)	20:00 この坂のぼれば#22	
	20:30 レビューOSK #84	20:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #292	20:30 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 174	20:30 レビューOSK #84	20:30 レビューOSK #84	20:30 草野忠重のGolf clinic#41	20:30 草野忠重のGolf clinic#41	
21	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#1	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#3	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#4	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#5	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#6	21:00 模型道場 戦車模型の作り方基本編	21:00 レッツゴー！ まちぶちゃん #81	
	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#1	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#2	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#4	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#6	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#7	21:15 かしましおめかしvol.9	21:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #293	
22	22:00 古武連の世界を訪ねて～北限一刀流剣術と天然理心流剣術～	22:00 激闘！ 第12期 オセロ王座戦！	22:00 Marvelous Garden 業草同好会活動日記#2【初回】	22:00 超ムーの世界第二章 #5	22:00 レンタカーで行くわて魅力の旅 三陸復興ストーリー#3 県北編1	22:00 Marvelous Garden 業草同好会活動日記#2	22:00 でんえんまる情報局#45	
	22:30 THE MAKING #262	22:30 筋肉小町と実験しよう#15-16	22:30 THE MAKING #263 【初回】	22:30 THE MAKING #263 【初回】	22:30 Marvelous Garden 業草同好会活動日記#2	22:30 THE MAKING #263	22:30 ILC科学少年団 シーズン3 第3話	
23	23:00 劇場映画予告編#108	23:00 劇場映画予告編#108	23:00 劇場映画予告編#109	23:00 劇場映画予告編#109	23:00 天空麻雀#7 #2	23:00 こちら東海です。その149 愛知県入鹿池のポートワカサギ入門！	23:00 鉄道見聞録#21【初回】	
	23:15 プラモデルのツボ#20	23:15 自転車情報番組 Plus Bicycle#19	23:15 でんえんまる情報局#45	23:15 うらら#350	23:15 素でどうしよう#20	23:15 こちら東海です。その149 愛知県入鹿池のポートワカサギ入門！	23:30 お役立ち生活情報	
0	0:00 レッツゴー！ まちぶちゃん #80	0:00 京太郎華舞台#21	0:00 素でどうしよう#20	0:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#25	0:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 174	0:00 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #293	0:00 盲腸線～行き止まり駅の旅 #5	
	0:30 盲腸線～行き止まり駅の旅 #5	0:30 あらふんちゅ散歩#21	0:30 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22	0:30 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8	0:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #293	0:30 運だもしたんパラダイス#1	0:30 信越トライワーク #311	
1	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 Kochi on TV！ #229	1:00 Kochi on TV！ #229	
	2:00 街ナカ情報発信！ けてけおじゃマップ#22	2:00 インフォ チャンネル700#10	2:00 京太郎華舞台#21	2:00 インフォ チャンネル700#10	2:00 CLUB TV	2:00 CLUB TV	2:00 CLUB TV	
2	2:30 それいけ爆約中！ Vol57	2:30 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8	2:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #293【初回】	2:30 信越トライワーク #311	2:30 信越トライワーク #311	2:30 信越トライワーク #311	2:30 信越トライワーク #311	
	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	
4	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	
	4:30 地域密着た・ま・て・ば・こ#115	4:30 素でどうしよう#20	4:30 信越トライワーク #311	4:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #9	4:30 運だもしたんパラダイス#1	4:30 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22	4:30 京太郎華舞台#21	

		1月第3週					
		1月16日	1月17日	1月18日	1月19日	1月20日	1月21日
		月	火	水	木	金	土
		月	火	水	木	金	土
5	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#7	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#9	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#10	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#12	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#42	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#42	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#42
	5:15 発掘!佐伯の方言大全集#230	5:15 空撮マルチコプター#8	5:15 健康エクスプレス#10	5:15 健康エクスプレス#10	5:15 ILC科学少年団 シーズン3 第3話	5:15 Made in NewYork(メイドインニューヨーク)#1	5:15 空撮マルチコプター#8
6	5:30 運だもしたんパラダイス#1	5:30 気軽にフィットネス#19	5:30 HYPER DASH基地#9-10	5:30 健康エクスプレス#10	5:30 健康エクスプレス#10	5:30 お役立ち生活情報	5:30 お役立ち生活情報
	6:00 i-net川柳投げしよう #70	6:00 ふらりゆらり#20	6:00 ふらりゆらり#20	6:00 うらら#350	6:00 環を込めて打て!～公立中学校からの挑戦～Vol.8	6:00 佐伯深堀り漫遊記#7	6:00 気軽にフィットネス#19
7	6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報	6:30 吉良道の世界を訪ねて～北原一刀流剣術と天然理心流剣術～	6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報
	7:00 気仙沼めっけ#13	7:00 信越トライワーク #312【初回】	7:00 かしましおめかしvol.9	7:00 かしましおめかしvol.9	7:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#25	7:00 街ナカ情報発信!てけてけおじゃマップ#23	7:00 レンタカーで行くわて魅力の旅 三陸復興ストーリー#3 県北編1
8	7:15 スマイル調査隊 #68	7:15 スマイル調査隊 #68	7:30 NEIROのいろいろ秋田	7:30 インフォ チャンネル700#10	7:30 インフォ チャンネル700#10	7:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #9	7:30 田中律子の旅するSUP#20 (※3再放送)
	7:30 みんなのテレビ#22【初回】	7:30 NEIROのいろいろ秋田	7:30 発掘!佐伯の方言大全集#231【初回】	7:30 インフォ チャンネル700#10	7:30 佐伯深堀り漫遊記#7	7:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #9	7:30 田中律子の旅するSUP#20 (※3再放送)
9	8:00 仙台発!地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #103 【初回】	8:00 スマイルレッスン サヘル・ローズの和のココロ#8	8:00 気軽にフィットネス#19	8:00 草野忠重のGolf clinic#41	8:00 気仙沼めっけ#13	8:00 i-net川柳投げしよう #71	8:00 i-net川柳投げしよう #71
	8:30 インフォ チャンネル700#10	8:30 吉良道の世界を訪ねて～北原一刀流剣術と天然理心流剣術～	8:30 インフォ チャンネル700#10	8:30 JCC三人娘が行く! #58 高知黒瀬町 後編	8:30 インフォ チャンネル700#10	8:30 インフォ チャンネル700#10	8:30 インフォ チャンネル700#10
10	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報
	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 i-net川柳投げしよう #1189	9:30 手づくり花づくり#1189
11	10:00 オーストラリア・プラス	10:00 オーストラリア・プラス	10:00 オーストラリア・プラス	10:00 オーストラリア・プラス	10:00 オーストラリア・プラス	10:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 176【初回】	10:00 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8
	10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報
12	11:00 劇場映画予告編#109	11:00 劇場映画予告編#109	11:00 劇場映画予告編#110【初回】	11:00 劇場映画予告編#110	11:00 i-net川柳投げしよう #71【初回】	11:00 i-net川柳投げしよう #71	11:00 伊藤さとりと映画仲間たち#17
	11:15 自転車情報番組 Plus Bicycle#20【初回】	11:15 HYPER DASH基地#9-10	11:15 筋肉小町と実験しよう#15-16	11:15 でんえんまる情報局#46	11:15 でんえんまる情報局#46	11:15 HYPER DASH基地#9-10	11:15 HYPER DASH基地#9-10
13	11:30 お役立ち生活情報	11:30 お役立ち生活情報	11:30 お役立ち生活情報	11:30 お役立ち生活情報	11:30 お役立ち生活情報	11:30 お役立ち生活情報	11:30 お役立ち生活情報
	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection
14	13:00 ふらりゆらり#20【初回】	13:00 田中律子の旅するSUP#20 (※3再放送)	13:00 わが心の演歌 #41「島根・船出」	13:00 i-net川柳投げしよう #71【初回】	13:00 日本でいちばん美しい町並#8	13:00 筋肉小町と実験しよう#15-16	13:00 気軽にフィットネス#19
	13:15 Made in NewYork(メイドインニューヨーク)#1	13:15 健康エクスプレス#10	13:15 健康エクスプレス#10	13:15 JCC三人娘が行く! #58 高知黒瀬町 後編	13:15 健康エクスプレス#10	13:15 健康エクスプレス#10	13:15 健康エクスプレス#10
15	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報
	14:00 HYPER DASH基地#9-10	14:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#25	14:00 自転車情報番組 Plus Bicycle#20	14:00 手づくり花づくり#1189	14:00 草野忠重のGolf clinic#42【初回】	14:00 ダムダムおじさんのミッションデパート#51【初回】	14:00 模型造形 戦車模型の作り方基本編
16	14:15 でんえんまる情報局#46【初回】	14:15 JCC三人娘が行く! #58 高知黒瀬町 後編	14:15 JCC三人娘が行く! #58 高知黒瀬町 後編	14:15 JCC三人娘が行く! #58 高知黒瀬町 後編	14:15 JCC三人娘が行く! #58 高知黒瀬町 後編	14:15 JCC三人娘が行く! #58 高知黒瀬町 後編	14:15 JCC三人娘が行く! #58 高知黒瀬町 後編
	14:30 この坂のぼれば#22	14:30 みんなのテレビ#22	14:30 レッツゴー! まちっちゃん #81	14:30 それいけ爆約中! Vol.57	14:30 田中律子の旅するSUP#20 (※3再放送)	14:30 スマイルレッスン サヘル・ローズの和のココロ#8	14:30 日本でいちばん美しい町並#8
17	15:00 感動! i-net川柳投げしよう #71【初回】	15:00 盲腸線～行き止まり駅の旅 #6【初回】	15:00 手づくり花づくり#1189	15:00 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #9	15:00 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22	15:00 天空麻雀7 #4【初回】	15:00 感動! i-net川柳投げしよう #71
	15:30 それいけ爆約中! Vol.57	15:30 日本でいちばん美しい町並#8	15:30 環を込めて打て!～公立中学校からの挑戦～Vol.8	15:30 この坂のぼれば#22	15:30 みんなのテレビ#22	15:30 みんなのテレビ#22	15:30 ふらりゆらり#20
18	16:00 スマイルレッスン サヘル・ローズの和のココロ#7	16:00 i-net川柳投げしよう #70	16:00 四方十うおっちゃん#358【初回】	16:00 レビュー-OSK #84	16:00 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8	16:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 176	16:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 176
	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報
19	17:00 あらぶんちんお散歩#22【初回】	17:00 ダムダムおじさんのミッションデパート#50	17:00 街ナカ情報発信!てけてけおじゃマップ#23	17:00 NEIROのいろいろ秋田	17:00 かしましおめかしvol.9	17:00 吉良道の世界を訪ねて～北原一刀流剣術と天然理心流剣術～	17:00 激闘! 第12期 オセロ王座戦!
	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報
20	18:00 インフォ チャンネル700#10	18:00 インフォ チャンネル700#10	18:00 インフォ チャンネル700#10	18:00 インフォ チャンネル700#10	18:00 インフォ チャンネル700#10	18:00 空席の時間#15 三笑亭可能「ホワイト可能」2017年10月【初回】	18:00 超ムーの世界第二章 #5
	18:30 草野忠重のGolf clinic#41	18:30 運だもしたんパラダイス#1	18:30 ダムダムおじさんのミッションデパート#50	18:30 田中律子の旅するSUP#20 (※3再放送)	18:30 仙台発!地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #103	18:30 仙台発!地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #103	18:30 仙台発!地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #103
21	19:00 うらら#350	19:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 175	19:00 草野忠重のGolf clinic#41	19:00 あらぶんちんお散歩#22	19:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 175	19:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 175	19:00 仙台発!地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #103
	19:15 四方十うおっちゃん#357	19:15 四方十うおっちゃん#357	19:15 でんえんまる情報局#46	19:15 れいぞうこのぐにのココモン2 #2	19:15 れいぞうこのぐにのココモン2 #2	19:15 れいぞうこのぐにのココモン2 #2	19:15 れいぞうこのぐにのココモン2 #2
22	19:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #9	19:30 手づくり花づくり#1189【初回】	19:30 伊藤さとりと映画仲間たち#17	19:30 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22	19:30 伊藤さとりと映画仲間たち#17	19:30 伊藤さとりと映画仲間たち#17	19:30 感動! i-net川柳投げしよう #71
	20:00 i-net川柳投げしよう #70	20:00 地域密着!まて・ば・こ#116【初回】	20:00 Kochi on TV! #229	20:00 スマイルレッスン サヘル・ローズの和のココロ#8	20:00 わが心の演歌 #41「島根・船出」	20:00 防災特番 あの日の私たち ～船橋・晋志野・八千代～ (第43回日本ケーブルテレビ大賞番組アワード コミュニティ部門優秀賞)	20:00 第20回全国地ビールフェスティバルin一関
23	20:30 レビュー-OSK #84	20:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #293	20:30 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 175	20:30 レビュー-OSK #84	20:30 レビュー-OSK #85【初回】	20:30 レビュー-OSK #85【初回】	20:30 レビュー-OSK #85【初回】
	21:00 高校生のための eiga worldcup2017 受賞作品一挙放送(地域部門)	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#10	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#11	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#12	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#13	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#13	21:00 志川に生きる/米子が生んだ心の経済学者～宇沢弘文が遺したの～(第43回日本ケーブルテレビ大賞番組アワード コミュニティ部門優秀賞)
24	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#9	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#9	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#11	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#13	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#14	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#14	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#14
	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#42	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#42	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#42	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#42	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#42	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#42	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#42
25	21:45 発掘!佐伯の方言大全集#230	21:45 スマイル調査隊 #68	21:45 スマイル調査隊 #68	21:45 Made in NewYork(メイドインニューヨーク)#1	21:45 HYPER DASH基地#9-10	21:45 HYPER DASH基地#9-10	21:45 HYPER DASH基地#9-10
	22:00 激闘! 第12期 オセロ王座戦!	22:00 Marvelous Garden 業草同好会活動日記#3【初回】	22:00 Marvelous Garden 業草同好会活動日記#3【初回】	22:00 超ムーの世界第二章 #5	22:00 レンタカーで行くわて魅力の旅 三陸復興ストーリー#3 県北編1	22:00 超ムーの世界第二章 #5	22:00 でんえんまる情報局#46
26	22:30 筋肉小町と実験しよう#15-16	22:30 THE MAKING #264【初回】	22:30 THE MAKING #264【初回】	22:30 うらら#351	22:30 素でどうしよう#20	22:30 素でどうしよう#20	22:30 素でどうしよう#20
	22:45 ILC科学少年団 シーズン3 第3話	22:45 和暮らしのスズメ～暮らしの歳時記を科学する～ #4	22:45 和暮らしのスズメ～暮らしの歳時記を科学する～ #4	22:45 和暮らしのスズメ～暮らしの歳時記を科学する～ #4	22:45 和暮らしのスズメ～暮らしの歳時記を科学する～ #4	22:45 和暮らしのスズメ～暮らしの歳時記を科学する～ #4	22:45 和暮らしのスズメ～暮らしの歳時記を科学する～ #4
27	23:00 劇場映画予告編#109	23:00 劇場映画予告編#110	23:00 劇場映画予告編#110	23:00 劇場映画予告編#110	23:00 劇場映画予告編#110	23:00 劇場映画予告編#110	23:00 劇場映画予告編#110
	23:15 自転車情報番組 Plus Bicycle#20	23:15 でんえんまる情報局#46	23:15 でんえんまる情報局#46	23:15 うらら#351	23:15 うらら#351	23:15 うらら#351	23:15 うらら#351
28	23:30 伊藤さとりと映画仲間たち#17	23:30 MUSIC VIDEO SELECTION#2	23:30 MUSIC VIDEO SELECTION#2	23:30 素でどうしよう#20	23:30 素でどうしよう#20	23:30 素でどうしよう#20	23:30 素でどうしよう#20
	0:00 レッツゴー! まちっちゃん #81	0:00 京太郎華舞台#21	0:00 素でどうしよう#20	0:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#25	0:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#25	0:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#25	0:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#25
29	0:30 盲腸線～行き止まり駅の旅 #5	0:30 あらぶんちんお散歩#22	0:30 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22	0:30 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8	0:30 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8	0:30 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8	0:30 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8
	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス
30	2:00 街ナカ情報発信!てけてけおじゃマップ#23	2:00 インフォ チャンネル700#10	2:00 京太郎華舞台#21	2:00 インフォ チャンネル700#10	2:00 インフォ チャンネル700#10	2:00 CLUB TV	2:00 CLUB TV
	2:30 それいけ爆約中! Vol.57	2:30 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8	2:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #294【初回】	2:30 信越トライワーク #312	2:30 信越トライワーク #312	2:30 信越トライワーク #312	2:30 信越トライワーク #312
31	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV
	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止
32	4:30 地域密着!まて・ば・こ#115	4:30 素でどうしよう#20	4:30 信越トライワーク #312	4:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #9	4:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #9	4:30 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22	4:30 京太郎華舞台#21

	1月第4週						
	1月22日 月	1月23日 火	1月24日 水	1月25日 木	1月26日 金	1月27日 土	1月28日 日
5	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#14 5:15 発掘!佐伯の方言大全集#231 5:30 運だもしたんパラダイス#1	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#16 5:15 空撮マルチコプター#8 5:30 気軽にフィットネス#19	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#17 5:15 健康エクスプレス#10 5:30 地域密着た・ま・て・ば・こ#116	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#19 5:15 ILC科学少年団 シーズン3 第3話 5:30 盲編組～行き止まり駅の旅 #6	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#43 5:15 Made in NewYork(メイドインニューヨーク)#1 5:30 お役立ち生活情報	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#43 5:15 空撮マルチコプター#8 5:30 お役立ち生活情報	5:00 それいけ爆約中! Vol57 5:30 お役立ち生活情報
6	6:00 ネット川柳投げよう #71 6:30 お役立ち生活情報	6:00 ぶらりゆらり#20 6:15 健康エクスプレス#10 6:30 お役立ち生活情報	6:00 うらら#352【初回】 6:15 ぶらりゆらり#20 6:30 お役立ち生活情報	6:00 日本でいちばん美しい町並#8 6:30 お役立ち生活情報	6:00 魂を込めて打て! ～公立中学校からの挑戦～Vol.8 6:30 お役立ち生活情報	6:00 佐伯深堀り漫遊記#7 6:30 お役立ち生活情報	6:00 気軽にフィットネス#19 6:30 お役立ち生活情報
7	7:00 気仙沼めっけ#13 7:15 スマイル調査隊 #68 7:30 みんなのテレビ#22	7:00 信越トライワーク #312 7:30 NEIROのいろいろ秋田	7:00 かしましおめかしvol.9 7:30 発掘!佐伯の方言大全集#232【初回】 7:45 プラモデルのツボ#21	7:00 Kochi on TV! #230 7:30 JCC三人娘が行く! #58 高知県黒潮町 後編 8:45 れいぞうこのぐにのこモン2 #2	7:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#25 7:30 佐伯深堀り漫遊記#7	7:00 街ナカ情報発信! けてけおじゃマップ#23 7:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #9	7:00 レンタカーで行くわて魅力の旅 三陸復興ストーリー#3 県北編1 7:30 田中律子の旅するSUP#21 (再放送)
8	8:00 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #103 8:30 インフォ チャンネル700#10	8:00 スマイルレッスン サヘル・ローズの和のココロ#8 8:30 古武道の世界を訪ねて～北辰一刀流剣術と天然理心流剣術～	8:00 気軽にフィットネス#19 8:30 インフォ チャンネル700#10	8:00 草野忠重のGolf clinic#42 8:30 JCC三人娘が行く! #58 高知県黒潮町 後編 8:45 れいぞうこのぐにのこモン2 #2	8:00 気仙沼めっけ#13 8:15 JCC三人娘が行く! #58 高知県黒潮町 後編 8:30 インフォ チャンネル700#10	8:00 第20回全国地ビールフェスティバルin一関 8:30 手づくり花づくり#1190	8:00 100回全国地ビールフェスティバルin一関 8:30 インフォ チャンネル700#10
9	9:00 お役立ち生活情報 9:30 TVSMONDE	9:00 お役立ち生活情報 9:30 TVSMONDE	9:00 お役立ち生活情報 9:30 TVSMONDE	9:00 お役立ち生活情報 9:30 TVSMONDE	9:00 お役立ち生活情報 9:30 TVSMONDE	9:00 お役立ち生活情報 9:30 100回全国地ビールフェスティバルin一関	9:00 お役立ち生活情報 9:30 手づくり花づくり#1190
10	10:00 オーストラリア・プラス 10:30 お役立ち生活情報	10:00 オーストラリア・プラス 10:30 お役立ち生活情報	10:00 オーストラリア・プラス 10:30 お役立ち生活情報	10:00 オーストラリア・プラス 10:30 お役立ち生活情報	10:00 オーストラリア・プラス 10:30 お役立ち生活情報	10:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 177【初回】 10:30 お役立ち生活情報	10:00 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8 10:30 お役立ち生活情報
11	11:00 劇場映画予告編#110 11:15 自転車情報番組 Plus Bicycle#20 11:30 お役立ち生活情報	11:00 劇場映画予告編#110 11:15 HYPER DASH基地#11-12 11:30 お役立ち生活情報	11:00 劇場映画予告編#111【初回】 11:15 筋肉小町と実験しよう#15-16 11:30 お役立ち生活情報	11:00 劇場映画予告編#111 11:15 筋肉小町と実験しよう#15-16 11:30 お役立ち生活情報	11:00 100回全国地ビールフェスティバルin一関 11:30 お役立ち生活情報	11:00 100回全国地ビールフェスティバルin一関 11:30 お役立ち生活情報	11:00 伊藤さとりと映画仲間たち#17 11:30 お役立ち生活情報
12	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection
13	13:00 ぶらりゆらり#20 13:15 Made in NewYork(メイドインニューヨーク)#1 13:30 お役立ち生活情報	13:00 田中律子の旅するSUP#21 (再放送) 13:15 わが心の演歌 #41「島根・船出」 13:30 お役立ち生活情報	13:00 ネット川柳投げよう #71 13:15 わが心の演歌 #41「島根・船出」 13:30 お役立ち生活情報	13:00 ネット川柳投げよう #71 13:15 わが心の演歌 #41「島根・船出」 13:30 お役立ち生活情報	13:00 日本でいちばん美しい町並#8 13:15 健康エクスプレス#10 13:30 お役立ち生活情報	13:00 筋肉小町と実験しよう#15-16 13:15 健康エクスプレス#10 13:30 お役立ち生活情報	13:00 気軽にフィットネス#19 13:15 HYPER DASH基地#11-12 13:30 お役立ち生活情報
14	14:00 HYPER DASH基地#11-12 14:15 どんえんまる情報局#46 14:30 この坂のぼれば#22	14:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#25 14:15 JCC三人娘が行く! #58 高知県黒潮町 後編 14:30 みんなのテレビ#22	14:00 自転車情報番組 Plus Bicycle#20 14:15 JCC三人娘が行く! #58 高知県黒潮町 後編 14:30 レッツゴー! まちぶちゃん #81	14:00 手づくり花づくり#1190 14:15 JCC三人娘が行く! #58 高知県黒潮町 後編 14:30 それいけ爆約中! Vol57	14:00 草野忠重のGolf clinic#43【初回】 14:30 田中律子の旅するSUP#21 (再放送)	14:00 ダムダムおじさんのミッションデパート#52【初回】 14:30 スマイルレッスン サヘル・ローズの和のココロ#8	14:00 模型道場 戦車模型の作り方基本編 14:30 日本でいちばん美しい町並#8
15	15:00 感動! 100回全国地ビールフェスティバルin一関 15:30 それいけ爆約中! Vol57	15:00 盲編組～行き止まり駅の旅 #6 15:30 日本でいちばん美しい町並#8	15:00 手づくり花づくり#1190 15:30 魂を込めて打て! ～公立中学校からの挑戦～Vol.8	15:00 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #9 15:30 この坂のぼれば#22	15:00 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22 15:30 みんなのテレビ#22	15:00 天空麻雀7 #5【初回】 15:30 運だもしたんパラダイス#1	15:00 感動! 100回全国地ビールフェスティバルin一関 15:30 ぶらりゆらり#20 15:45 HYPER DASH基地#11-12 16:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 177
16	16:00 スマイルレッスン サヘル・ローズの和のココロ#8 16:30 お役立ち生活情報	16:00 ネット川柳投げよう #71 16:15 運だもしたんパラダイス#1 16:30 お役立ち生活情報	16:00 四方十うおっちゃん#359 【初回】 16:15 れいぞうこのぐにのこモン2 #2 16:30 お役立ち生活情報	16:00 レビューOSK #85 16:30 お役立ち生活情報	16:00 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8 16:30 お役立ち生活情報	16:00 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8 16:30 お役立ち生活情報	16:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 177 16:30 お役立ち生活情報
17	17:00 あらぶんちんお散歩#22 17:30 お役立ち生活情報	17:00 ダムダムおじさんのミッションデパート#51 17:30 お役立ち生活情報	17:00 ナカ情報発信! けてけおじゃマップ#23 17:30 お役立ち生活情報	17:00 NEIROのいろいろ秋田 17:30 お役立ち生活情報	17:00 かしましおめかしvol.9 17:30 お役立ち生活情報	17:00 激闘! 第12期 オセロ王座戦! 17:30 お役立ち生活情報	17:00 古武道の世界を訪ねて～北辰一刀流剣術と天然理心流剣術～ 17:30 お役立ち生活情報
18	18:00 インフォ チャンネル700#10 18:30 草野忠重のGolf clinic#42	18:00 インフォ チャンネル700#10 18:30 運だもしたんパラダイス#1	18:00 インフォ チャンネル700#10 18:30 ダムダムおじさんのミッションデパート#51	18:00 インフォ チャンネル700#10 18:30 田中律子の旅するSUP#21 (再放送)	18:00 インフォ チャンネル700#10 18:30 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #103	18:00 客席の時間#15 三笑亭可楽「ホワイト可能」2017年10月 18:30 超ムーの世界第二章 #5	18:00 客席の時間#15 三笑亭可楽「ホワイト可能」2017年10月 18:30 超ムーの世界第二章 #5
19	19:00 うらら#351 19:15 四方十うおっちゃん#358 19:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #9	19:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 176 19:30 手づくり花づくり#1190 【初回】	19:00 草野忠重のGolf clinic#42 19:30 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22	19:00 あらぶんちんお散歩#22 19:30 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22	19:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 176 19:30 伊藤さとりと映画仲間たち#17	19:00 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #103 19:30 感動! 100回全国地ビールフェスティバルin一関	19:00 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #103 19:30 感動! 100回全国地ビールフェスティバルin一関
20	20:00 100回全国地ビールフェスティバルin一関 20:30 レビューOSK #85	20:00 地域密着た・ま・て・ば・こ#116 20:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #294	20:00 Kochi on TV! #230 20:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #294	20:00 スマイルレッスン サヘル・ローズの和のココロ#8 20:30 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 176	20:00 わが心の演歌 #41「島根・船出」 20:30 レビューOSK #85	20:00 ながさき原簿記録全集～アメリカ戦略爆撃調査団編総集編～(第43回日本ケーブルテレビ大賞番組アワード グランプリ 総務大臣賞) 20:30 草野忠重のGolf clinic#43	20:00 この坂のぼれば#22 20:30 草野忠重のGolf clinic#43
21	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#15 21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#15 21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#43 21:45 発掘!佐伯の方言大全集#231 21:55 街ログアワー #24	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#17 21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#16 21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#43 21:45 発掘!佐伯の方言大全集#231 21:55 スマイル調査隊 #68	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#18 21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#18 21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#43 21:45 発掘!佐伯の方言大全集#231 21:55 スマイル調査隊 #68	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#19 21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#20 21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#43 21:45 Made in NewYork(メイドインニューヨーク)#1	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#20 21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#21 21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#43 21:45 HYPER DASH基地#11-12	21:00 模型道場 戦車模型の作り方基本編 21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#21 21:30 かしましおめかしvol.9 21:45 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #295	21:00 模型道場 戦車模型の作り方基本編 21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#21 21:30 かしましおめかしvol.9 21:45 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #295
22	22:00 古武道の世界を訪ねて～北辰一刀流剣術と天然理心流剣術～ 22:30 THE MAKING #264 22:44 和暮らしのスズメ～暮らしの歳時記を科学する～ #4	22:00 激闘! 第12期 オセロ王座戦! 22:30 筋肉小町と実験しよう#15-16 22:44 ILC科学少年団 シーズン3 第3話	22:00 Marvelous Garden 業草同好会活動日記#4【初回】 22:30 THE MAKING #265 【初回】 22:44 和暮らしのスズメ～暮らしの歳時記を科学する～ #4	22:00 超ムーの世界第二章 #5 22:30 Marvelous Garden 業草同好会活動日記#4	22:00 レンタカーで行くわて魅力の旅 三陸復興ストーリー#3 県北編1 22:30 Marvelous Garden 業草同好会活動日記#4	22:00 Marvelous Garden 業草同好会活動日記#4 22:15 四方十うおっちゃん#359 22:30 ILC科学少年団 シーズン3 第3話 22:44 サイエンスバトル #16【初回】 22:55 和暮らしのスズメ～暮らしの歳時記を科学する～ #4	22:00 どんえんまる情報局#46 22:15 四方十うおっちゃん#359 22:30 ILC科学少年団 シーズン3 第3話 22:44 和暮らしのスズメ～暮らしの歳時記を科学する～ #4
23	23:00 劇場映画予告編#110 23:15 プラモデルのツボ#21 23:30 インフォ チャンネル700#10	23:00 劇場映画予告編#110 23:15 自転車情報番組 Plus Bicycle#20 23:30 伊藤さとりと映画仲間たち#17	23:00 劇場映画予告編#111 23:15 どんえんまる情報局#46 23:30 MUSIC VIDEO SELECTION#2	23:00 劇場映画予告編#111 23:15 うらら#352 23:30 素でどうでしょう#20	23:00 天空麻雀7 #4 23:30 素でどうでしょう#20	23:00 100回全国地ビールフェスティバルin一関 23:30 伊藤さとりと映画仲間たち#17	23:00 100回全国地ビールフェスティバルin一関 23:30 伊藤さとりと映画仲間たち#17
0	0:00 レッツゴー! まちぶちゃん #81 0:30 盲編組～行き止まり駅の旅 #6	0:00 京太郎華舞台#21 0:30 あらぶんちんお散歩#22	0:00 素でどうでしょう#20 0:30 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22	0:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#25 0:30 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8	0:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#25 0:30 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8	0:00 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #295 0:30 運だもしたんパラダイス#1	0:00 盲編組～行き止まり駅の旅 #6 0:30 信越トライワーク #312
1	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 Kochi on TV! #231【初回】	1:00 Kochi on TV! #231
2	2:00 街ナカ情報発信! けてけおじゃマップ#23 2:30 それいけ爆約中! Vol57	2:00 インフォ チャンネル700#10 2:30 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#8	2:00 京太郎華舞台#21 2:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #295【初回】	2:00 インフォ チャンネル700#10 2:30 信越トライワーク #312	2:00 CLUB TV 2:30 信越トライワーク #312	2:00 CLUB TV 2:30 信越トライワーク #312	2:00 CLUB TV 2:30 信越トライワーク #312
3	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV
4	4:00 放送休止 4:30 地域密着た・ま・て・ば・こ#116	4:00 放送休止 4:30 信越トライワーク #312	4:00 放送休止 4:30 信越トライワーク #312	4:00 放送休止 4:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #9	4:00 放送休止 4:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #9	4:00 放送休止 4:30 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22	4:00 放送休止 4:30 京太郎華舞台#21

1月第5週			
	1月29日	1月30日	1月31日
	月	火	水
5	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#21	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#23	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#24
	5:15 発掘!佐伯の方言大全集#232	5:15 空撮マルコポーター#8	5:15 健康エクスプレス#10
	5:30 運だもしたん!バラダイス#1	5:30 気軽にフィットネス#19	5:30 地域密着た・ま・て・ば・こ#116
6	6:00 i-ネット川柳投句しよう #71	6:00 ぶらりゆらり#20	6:00 うららら#353【初回】
	6:30 お役立ち生活情報	6:15 健康エクスプレス#10	6:15 ぶらりゆらり#20
		6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報
7	7:00 気仙沼めつけ #13	7:00 信越ドライブワーク #312	7:00 かしましおめかしvol.9
	7:15 スマイル調査隊 #68		
	7:30 みんなのテレビ#22	7:30 NEIROのいろいろ秋田	7:30 発掘!佐伯の方言大全集#233【初回】
			7:45 プラモデルのツボ#21
8	8:00 仙台発!地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #103	8:00 スマイルレッスン サヘル・ローズの和のココロ#9	8:00 気軽にフィットネス#19
	8:30 インフォ チャンネル700#10	8:30 古武道の世界を訪ねて～北辰一刀流剣術と天然理心流剣術～	8:30 インフォ チャンネル700#10
9	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報	9:00 お役立ち生活情報
	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE
10	10:00 オーストラリア・プラス	10:00 オーストラリア・プラス	10:00 オーストラリア・プラス
	10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報
11	11:00 劇場映画予告編#111	11:00 劇場映画予告編#111	11:00 劇場映画予告編#112【初回】
	11:15 自転車情報番組 Plus Bicycle#20	11:15 HYPER DASH基地#13-14	11:15 筋肉小町と実験しよう#7-8
	11:30 お役立ち生活情報	11:30 お役立ち生活情報	11:30 お役立ち生活情報
12	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection
	13:00 ぶらりゆらり#20	13:00 田中律子の旅するSUP#22 ( #13再放送)	13:00 わが心の演歌 #41「鳥根・船出」
13	13:15 Made in NewYork(メイドインニューヨーク)#1		
	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報	13:30 お役立ち生活情報
14	14:00 HYPER DASH基地#13-14	14:00 高橋あすかの「自遊にチャレンジ」#25	14:00 自転車情報番組 Plus Bicycle#20
	14:15 でんえんまる情報局#46		14:15 JCC三人娘が行く! #58 高知県黒潮町 後編
	14:30 この坂のぼれば#22	14:30 みんなのテレビ#22	14:30 レッツゴー! まちっちゃん #81
15	15:00 感動! にっぽん自慢の味#8	15:00 盲腸線～行き止まり駅の旅 #7【初回】	15:00 手づくり花づくり#1191
	15:30 それいけ爆釣中! Vol.57	15:30 日本でいちばん美しい町並#8	15:30 魂を込めて打て! ～公立中学校からの挑戦～Vol.8
16	16:00 スマイルレッスン サヘル・ローズの和のココロ#8	16:00 i-ネット川柳投句しよう #71	16:00 四方十うおっちゃん#360【初回】
	16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報	16:15 おいぞうこのくにのココモ2 #2
			16:30 お役立ち生活情報
17	17:00 あらふんちよ散歩#22	17:00 ダムダムおじさんのミッションデパート#52	17:00 街ナカ情報発信! てけておじゃマップ#23
	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報
18	18:00 インフォ チャンネル700#10	18:00 インフォ チャンネル700#10	18:00 インフォ チャンネル700#10
	18:30 草野忠重のGolf clinic#43	18:30 運だもしたん!バラダイス#1	18:30 ダムダムおじさんのミッションデパート#52
19	19:00 うららら#352	19:00 Go West 網走たつぶりの旅情報番組 Episode 177	19:00 草野忠重のGolf clinic#43
	19:15 四方十うおっちゃん#359		
	19:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON3 #9	19:30 手づくり花づくり#1191【初回】	19:30 佐伯深緑り漫遊記#7
20	20:00 にっぽんケーブルカー探訪#9	20:00 地域密着た・ま・て・ば・こ#116	20:00 Kochi on TV! #231
	20:30 レビューOSK #85	20:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #295	
21	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#22	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#24	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#25
	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#22	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#23	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#25
	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#44	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#44	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#44
	21:45 街ログアワー #25	21:45 発掘!佐伯の方言大全集#232	21:45 スマイル調査隊 #68
22	22:00 古武道の世界を訪ねて～北辰一刀流剣術と天然理心流剣術～	22:00 激闘! 第12期 オセロ王座戦!	22:00 Marvelous Garden 薬草同好会活動日記#5【初回】
	22:30 THE MAKING #265	22:30 筋肉小町と実験しよう#7-8	22:30 THE MAKING #266【初回】
	22:44 和暮らしのスズメ～暮らしの歳時記を科学する～ #4	22:45 ILC科学少年団 シーズン3 第3話	22:44 和暮らしのスズメ～暮らしの歳時記を科学する～ #4
	23:00 劇場映画予告編#111	23:00 劇場映画予告編#111	23:00 劇場映画予告編#112
23	23:15 プラモデルのツボ#21	23:15 自転車情報番組 Plus Bicycle#20	23:15 でんえんまる情報局#46
	23:30 インフォ チャンネル700#10	23:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#17	23:30 MUSIC VIDEO SELECTION#2
0	0:00 レッツゴー! まちっちゃん #81	0:00 京太郎華舞台#21	0:00 素でどうしよう#20
	0:30 盲腸線～行き止まり駅の旅 #6	0:30 あらふんちよ散歩#22	0:30 三宅智子の駅弁女子ひとり旅#22
1	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス	1:00 オーストラリア・プラス
	2:00 街ナカ情報発信! てけておじゃマップ#23	2:00 インフォ チャンネル700#10	2:00 京太郎華舞台#21
2	2:30 それいけ爆釣中! Vol.57	2:30 新・霧島放送 キラシマ発!バラエティ番組#8	2:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #296【初回】
	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV
4	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止
	4:30 地域密着た・ま・て・ば・こ#116	4:30 素でどうしよう#20	4:30 信越ドライブワーク #312