

7月第1週	
7月1日	
日	
5	5:00 手話で話そう#282・#283
	5:15 伊那谷の文化財#3
6	5:30 お役立ち生活情報
	6:00 気軽にフィットネス#24
7	6:30 お役立ち生活情報
	7:00 第13回春の全国中学生ハンドボール選手権大会#5
8	8:30 インフォ チャンネル700#15
	9:00 お役立ち生活情報
9	9:30 手づくり花づくり#1212
	10:00 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#13
10	10:30 お役立ち生活情報
	11:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#22
11	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	13:00 気軽にフィットネス#24
	13:30 お役立ち生活情報
13	14:00 レビュー-OSK #95
	14:30 日本でいちばん美しい町並#3
14	15:00 草野忠重のGolf clinic#13
	15:30 ふらりゆらり#29
	15:45 HYPER DASH基地#43・44
15	16:00 Go West 旅家たっぷりの旅情報番組 Episode 199
	16:30 お役立ち生活情報
16	17:00 オートバックス全日本カート選手権#1「OKクラス 第1戦・第2戦 ツインリンクもてぎ北ショートコース」
	17:30 お役立ち生活情報
17	18:00 Kochi on TV! #251
	19:00 関西美! 海釣り派 #162「え! こんな近くで釣れるんや! 京都の砂浜でふい投げキス!」【初回】
18	20:00 釣りGr#3
	20:30 地域を元気に! 無茶さんぽ#3
19	21:00 企業のチカラ#1【初回】
	21:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #317
20	22:00 でんえんまる情報局#51
	22:15 四方十うおっちんぐ#381
	22:30 ILC科学少年団 シーズン3 第4話
	22:45 空から見た日本 #13「四国山地、吉野川」
21	23:00 客席の時間#17 笑福亭へんげ「ベベコレ東京2017」後編
	0:00 地域密着! た・ま・て・ば・こ#126
22	0:30 信越トライアウト #323
	1:00 Kochi on TV! #251
23	2:00 CLUB TV
	3:00 放送休止
24	4:30 京太郎華舞台#27【初回】
	4:45 山さんぽ#6

	7月第2週						
	7月2日 月	7月3日 火	7月4日 水	7月5日 木	7月6日 金	7月7日 土	7月8日 日
5	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#13 5:15 発掘!佐伯の方言大全集#254 5:30 ダムダムおじさんのミッションデパート#73	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#14 5:15 うらら#374 5:30 気軽にフィットネス#24	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#14 5:15 健康エクспレス#15 5:30 地域密着!・まて・ば・こ#127	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#14 5:15 ILC科学少年団 シーズン3 第4話 5:30 日本でいちばん美しい町並#4	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#14 5:15 Net3ワングル部 #4 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～#14 5:15 自転車情報番組 Plus Bicycle#31 5:30 お役立ち生活情報	5:00 手話で話そう#282・#283 5:15 伊那谷の文化財#4 5:30 お役立ち生活情報
6	6:00 i-ネット川柳投句しよう #76 6:30 お役立ち生活情報	6:00 手話で話そう#282・#283 6:15 健康エクспレス#15 6:30 お役立ち生活情報	6:00 うらら#375【初回】 6:15 ポウリングアカデミー#6【初回】 6:30 お役立ち生活情報	6:00 山さんぽ#7【初回】 6:15 いなねこのとおり道#4 6:30 お役立ち生活情報	6:00 スポコンチャンネル#67 6:30 お役立ち生活情報	6:00 神保町昭和歌謡倶楽部#3 6:30 お役立ち生活情報	6:00 気軽にフィットネス#25 6:30 お役立ち生活情報
7	7:00 気仙沼めつけ #15 7:15 いなねこのとおり道#4【初回】 7:30 みんなのテレビ#27	7:00 信越トライワーク #323 7:30 あらふんちよ散歩#27	7:00 地域を元気に! 無茶さんぽ#4【初回】 7:30 発掘!佐伯の方言大全集#255【初回】 7:45 気仙沼めつけ #15	7:00 Kochi on TV! #251 7:30 東京ふるさとネットワーク#3 7:30 佐伯深堀り漫遊記#13【初回】	7:00 フェューチャープレーヤー #4【初回】 7:15 東京ふるさとネットワーク#3 7:30 佐伯深堀り漫遊記#13【初回】	7:00 街ナカ情報発信! けてけおじゃマップ#29 7:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON4 #3【初回】	7:00 第13回春の全国中学生ハンドボール選手権大会#6
8	8:00 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #108 8:30 インフォ チャンネル700#15	8:00 ナイツの弁なもんでしよう! #7 8:30 情熱! 日本武道館#33 第55回関東小学生剣道錬成記念大会	8:00 気軽にフィットネス#25【初回】 8:30 インフォ チャンネル700#16	8:00 草野忠重のGolf clinic#13 8:30 JCC三人娘が行く!(再放送) #4千葉県鏡子市編 8:45 フェューチャープレーヤー #3	8:00 気仙沼めつけ #16【初回】 8:15 JCC三人娘が行く!(再放送) #4千葉県鏡子市編 8:30 インフォ チャンネル700#16	8:00 i-ネット川柳投句しよう #76 8:30 インフォ チャンネル700#16	8:30 インフォ チャンネル700#16
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 地方鉄道 前面展望百選#7	9:00 お役立ち生活情報 9:30 手づくり花づくり#1213
10	10:00 劇場映画予告編#133 10:15 自転車情報番組 Plus Bicycle#31【初回】 10:30 お役立ち生活情報	10:00 劇場映画予告編#133 10:15 HYPER DASH基地#43・44 10:30 お役立ち生活情報	10:00 劇場映画予告編#134【初回】 10:15 お魚クッキング#4【初回】 10:30 お役立ち生活情報	10:00 劇場映画予告編#134 10:15 でんえんまる情報局#51 10:30 お役立ち生活情報	10:00 釣りバカZ#3 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 200【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#14 10:30 お役立ち生活情報
11	11:00 手づくり花づくり#1212 11:30 お役立ち生活情報	11:00 インフォ チャンネル700#16 11:30 お役立ち生活情報	11:00 レビューOSK #95 11:30 お役立ち生活情報	11:00 インフォ チャンネル700#16 11:30 お役立ち生活情報	11:00 田中律子の旅するSUPシーズン2 #12 11:15 HYPER DASH基地#43・44 11:30 お役立ち生活情報	11:00 うらら#375 11:15 HYPER DASH基地#43・44 11:30 お役立ち生活情報	11:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#22 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#30【初回】 13:15 どちらまぢドラマ「ストーリー ストリート」第4話「橋木タレハハ」【初回】 13:30 お役立ち生活情報	13:00 田中律子の旅するSUPシーズン2 #12【初回】 13:30 お役立ち生活情報	13:00 わが心の演歌 #47「富山・情念」【初回】 13:30 お役立ち生活情報	13:00 i-ネット川柳投句しよう #76 13:30 お役立ち生活情報	13:00 お魚クッキング#4 13:15 山さんぽ#7 13:30 お役立ち生活情報	13:00 Net3ワングル部 #4 13:15 健康エクспレス#15 13:30 お役立ち生活情報	13:00 気軽にフィットネス#25 13:30 お役立ち生活情報
14	14:00 HYPER DASH基地#43・44 14:15 でんえんまる情報局#51 14:30 この坂のぼれば#28【初回】	14:00 Net3ワングル部 #4【初回】 14:15 東京ふるさとネットワーク#3 14:30 みんなのテレビ#27	14:00 自転車情報番組 Plus Bicycle#31 14:15 JCC三人娘が行く!(再放送) #4千葉県鏡子市編 14:30 レッツゴー! まちっぷちゃん #86	14:00 手づくり花づくり#1213 14:30 地方鉄道 前面展望百選#7	14:00 草野忠重のGolf clinic#14 14:30 ダムダムおじさんのミッションデパート#74	14:00 ダムダムおじさんのミッションデパート#74 14:30 田中律子の旅するSUPシーズン2 #12	14:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#22 14:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#22
15	15:00 釣りバカZ#3 15:30 田中律子の旅するSUPシーズン2 #11	15:00 草野忠重のGolf clinic#13 15:30 日本でいちばん美しい町並#4	15:00 手づくり花づくり#1213 15:30 スポコンチャンネル#67	15:00 神保シェフと茨城をたべようSEASON4 #2 15:30 この坂のぼれば#28	15:00 神保シェフと茨城をたべようSEASON4 #2 15:30 みんなのテレビ#27	15:00 ナイツの弁なもんでしよう! #7 15:30 東京ふるさとネットワーク#3 15:45 手話で話そう#282・#283	15:00 日本でいちばん美しい町並#4 15:15 ポウリングアカデミー#61 15:30 ぶらりゆらり#30 15:45 HYPER DASH基地#43・44
16	16:00 ナイツの弁なもんでしよう! #7 16:30 お役立ち生活情報	16:00 i-ネット川柳投句しよう #76 16:30 お役立ち生活情報	16:00 四方十おっちゃん#382【初回】 16:15 街ログアワー #18 16:30 お役立ち生活情報	16:00 レビューOSK #95 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#14 16:30 お役立ち生活情報	16:00 オートボックス全日本カート選手権#2「OKクラス 第3戦・第4戦 本庄サーキット」【初回】 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 200 16:30 お役立ち生活情報
17	17:00 あらふんちよ散歩#27 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#74【初回】 17:30 お役立ち生活情報	17:00 街ナカ情報発信! けてけおじゃマップ#29【初回】 17:30 お役立ち生活情報	17:00 地域密着!・まて・ば・こ#127 17:30 お役立ち生活情報	17:00 隠岐★ドキ! あまチャンネル#4【初回】 17:30 お役立ち生活情報	17:00 情熱! 日本武道館#34 第56回全日本合気道演武大会【初回】 17:30 お役立ち生活情報	17:00 オートボックス全日本カート選手権#2「OKクラス 第3戦・第4戦 本庄サーキット」 17:30 お役立ち生活情報
18	18:00 インフォ チャンネル700#16【初回】 18:30 草野忠重のGolf clinic#13	18:00 インフォ チャンネル700#16 18:30 スポコンチャンネル#67【初回】	18:00 インフォ チャンネル700#16 18:30 ダムダムおじさんのミッションデパート#74	18:00 インフォ チャンネル700#16 18:30 田中律子の旅するSUPシーズン2 #12	18:00 インフォ チャンネル700#16 18:30 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #108	18:00 寄席の時間#14 三笑亭可龍「ホワイ可能!」2016年12月 18:30 お役立ち生活情報	18:00 Kochi on TV! #252
19	19:00 うらら#374 19:15 四方十おっちゃん#381 19:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON4 #2	19:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 199 19:15 ワイワイ釣り三昧#2 19:30 手づくり花づくり#1213【初回】	19:00 フェューチャープレーヤー #3 19:15 ワイワイ釣り三昧#2 19:30 佐伯深堀り漫遊記#12	19:00 あらふんちよ散歩#27 19:30 オートボックス全日本カート選手権#1「OKクラス 第1戦・第2戦 ツインリンクもてぎ北ショートコース」	19:00 ぶらりゆらり#30 19:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#22	19:00 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #108 19:30 釣りバカZ#4【初回】	19:00 関西発! 海釣り派 #162「え! こんな近くで釣れるんや! 京都の砂浜でちよいど釣げキス!」 19:30 寄席の時間#14 三笑亭可龍「ホワイ可能!」2016年12月
20	20:00 街ナカ情報発信! けてけおじゃマップ#28 20:30 神保町昭和歌謡倶楽部#3【初回】	20:00 地域密着!・まて・ば・こ#127【初回】 20:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #317	20:00 地域を元気に! 無茶さんぽ#4【初回】 20:30 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 199	20:00 ナイツの弁なもんでしよう! #7 20:30 Kochi on TV! #251	20:00 わが心の演歌 #47「富山・情念」 20:30 レビューOSK #96【初回】	20:00 あらふんちよ散歩#27 20:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#22	20:00 気軽にフィットネス#25 20:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#22
21	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1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～#14 21:45 街ログアワー #16	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1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～#14 21:45 発掘!佐伯の方言大全集#254	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1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～#14 21:45 伊那谷の文化財#4【初回】	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1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～#14 21:45 つばたdeサイエンス#4	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1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～#14 21:45 ユー・タと不思議な宇宙の書 アストロペディア#1「天空を見つめる人びと 一宇宙と星」【初回】	21:00 隠岐★ドキ! あまチャンネル#4 21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#14 21:30 報道特番 #4 21:45 四方十おっちゃん#382	21:00 企業のチカラ#1 21:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #318 21:45 四方十おっちゃん#382
22	22:00 情熱! 日本武道館#33 第55回関東小学生剣道錬成記念大会 22:30 THE MAKING #287 22:44 科学の地平線 ～世界のビックサイエンス #4【初回】	22:00 演劇! 第45回全日本オセロ選手権!(再放送) 22:30 つばたdeサイエンス#4【初回】 22:44 ILC科学少年団 シーズン3 第4話	22:00 未来をひらく昆虫テクノロジー#1「カブトムシたちに学ぶ自然の法則」【初回】 22:30 THE MAKING #288 22:44 ユー・タと不思議な宇宙の書 アストロペディア#1「天空を見つめる人びと 一宇宙と星」【初回】	22:00 寄席の時間#17 笑福亭半兵衛「ベコレ東展2017」 後編 22:30 THE MAKING #288 22:44 ユー・タと不思議な宇宙の書 アストロペディア#1「天空を見つめる人びと 一宇宙と星」【初回】	22:00 寄席の時間#17 笑福亭半兵衛「ベコレ東展2017」 後編 22:30 THE MAKING #288 22:44 ユー・タと不思議な宇宙の書 アストロペディア#1「天空を見つめる人びと 一宇宙と星」【初回】	22:00 演劇! 第45回全日本オセロ選手権!(再放送) 22:30 THE MAKING #288 22:44 科学の地平線 ～世界のビックサイエンス #4 22:50 関西発! 海釣り派 #162「え! こんな近くで釣れるんや! 京都の砂浜でちよいど釣げキス!」	22:00 でんえんまる情報局#51 22:15 四方十おっちゃん#382 22:30 ILC科学少年団 シーズン3 第4話 22:44 ユー・タと不思議な宇宙の書 アストロペディア#1「天空を見つめる人びと 一宇宙と星」 23:00 寄席の時間#14 三笑亭可龍「ホワイ可能!」2016年12月
23	23:00 劇場映画予告編#133 23:15 JCC三人娘が行く!(再放送) #15 高知県黒潮町編 23:30 インフォ チャンネル700#16	23:00 劇場映画予告編#133 23:15 ポウリングアカデミー#60 23:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#22	23:00 劇場映画予告編#134 23:15 でんえんまる情報局#51 23:30 インフォ チャンネル700#16	23:00 劇場映画予告編#134 23:15 うらら#375 23:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #318	23:00 報道特番 #4【初回】 23:15 うらら#375 23:30 インフォ チャンネル700#16	23:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#22 23:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#22	23:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#22
0	0:00 レッツゴー! まちっぷちゃん #86 0:15 街ログアワー #17 0:30 地方鉄道 前面展望百選#7	0:00 京太郎華舞台#27 0:15 街ログアワー #17 0:30 神保町昭和歌謡倶楽部#3	0:00 素でどうしよう#25【初回】 0:30 釣りGr#4【初回】	0:00 地域を元気に! 無茶さんぽ#4 0:30 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#14【初回】	0:00 素でどうしよう#25 0:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #318	0:00 あなたといく 酒と温泉ふたり旅#4【初回】 0:30 スポコンチャンネル#67	0:00 地域密着!・まて・ば・こ#127 0:30 信越トライワーク #323
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! #252【初回】	1:00 Kochi on TV! #252
2	2:00 インフォ チャンネル700#16	2:00 インフォ チャンネル700#16	2:00 京太郎華舞台#27 2:15 発掘!佐伯の方言大全集#255 2:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #316【初回】	2:00 京太郎華舞台#27 2:15 発掘!佐伯の方言大全集#255 2:30 信越トライワーク #323	2:00 CLUB TV	2:00 CLUB TV	2:00 CLUB TV
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 企業のチカラ#1	4:00 放送休止 4:30 素でどうしよう#24	4:00 放送休止 4:30 信越トライワーク #323	4:00 放送休止 4:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON4 #2	4:00 放送休止 4:30 隠岐★ドキ! あまチャンネル#4	4:00 放送休止 4:30 地域を元気に! 無茶さんぽ#4	4:00 放送休止 4:30 京太郎華舞台#27 4:45 山さんぽ#7

	7月第3週						
	7月9日 月	7月10日 火	7月11日 水	7月12日 木	7月13日 金	7月14日 土	7月15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#255 5:30 ダムダムおじさんのミッションデパート#74	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#15 5:15 うらら#375 5:30 気軽にフィットネス#25	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#15 5:15 健康エクспレス#15 5:30 地域密着!・ま・て・ば・こ#127	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#15 5:15 ILC科学少年団 シーズン3 第4話 5:30 日本でいちばん美しい町並#4	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#15 5:15 Net3ワングル部 #4 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～#15 5:15 自転車情報番組 Plus Bicycle#31 5:30 お役立ち生活情報	5:00 手話で話そう#284・#285 5:15 伊那谷の文化財#4 5:30 お役立ち生活情報
6	6:00 i-ネット川柳投げしよう #76 6:30 お役立ち生活情報	6:00 手話で話そう#284・#285【初回】 6:15 健康エクспレス#15 6:30 お役立ち生活情報	6:00 うらら#376【初回】 6:15 ポウリングアカデミー#61 6:30 お役立ち生活情報	6:00 山さんぽ#7 6:15 いなねこのとおり道#4 6:30 お役立ち生活情報	6:00 スポーツチャンネル#67 6:30 お役立ち生活情報	6:00 神保町昭和歌謡倶楽部#3 6:30 お役立ち生活情報	6:00 気軽にフィットネス#25 6:30 お役立ち生活情報
7	7:00 気仙沼めつけ #16 7:15 いなねこのとおり道#4 7:30 みんなのテレビ#28【初回】	7:00 信越トライワーク #324【初回】 7:30 あらふんちよ散歩#28 7:45 気仙沼めつけ #16	7:00 地域を元気に! 無茶さんぽ#4 7:30 発掘!佐伯の方言大全集#256【初回】 7:45 気仙沼めつけ #16	7:00 Kochi on TV! #252 7:30 JCC三人娘が行く!(再放送) #4千葉県鏡子市編 7:45 フェューチャープレーヤー #4	7:00 フェューチャープレーヤー #4 7:15 東京ふるさとネットワーク#4 7:30 佐伯深堀り漫遊記#13	7:00 甲斐の勝山流儀馬祭り 7:15 伊豆の湯山流儀馬祭り 7:30 伊豆の湯山流儀馬祭り 7:45 伊豆の湯山流儀馬祭り	7:00 第13回春の全国中学生ハンドボール選手権大会#6
8	8:00 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #109 【初回】 8:30 インフォ チャンネル700#16	8:00 ナイツの弁なもんでしよう! #8 8:30 情熱! 日本武館#34 第56回全日本合気道演武大会	8:00 気軽にフィットネス#25 8:30 インフォ チャンネル700#16	8:00 草野忠重のGolf clinic#14 8:30 JCC三人娘が行く!(再放送) #4千葉県鏡子市編 8:45 フェューチャープレーヤー #4	8:00 気仙沼めつけ #16 8:15 JCC三人娘が行く!(再放送) #4千葉県鏡子市編 8:30 インフォ チャンネル700#16	8:15 いなねこのとおり道#4 8:30 インフォ チャンネル700#16	8:30 インフォ チャンネル700#16
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 地方鉄道 前面展望百選#8	9:00 お役立ち生活情報 9:30 手づくり花づくり#1214
10	10:00 劇場映画予告編#134 10:15 自転車情報番組 Plus Bicycle#31 10:30 お役立ち生活情報	10:00 劇場映画予告編#134 10:15 HYPER DASH基地#45・46 10:30 お役立ち生活情報	10:00 劇場映画予告編#135【初回】 10:15 お魚クッキング#4 10:30 お役立ち生活情報	10:00 劇場映画予告編#135 10:15 でんえんまる情報局#52 10:30 お役立ち生活情報	10:00 釣りバカZ#4 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 20【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#14 10:30 お役立ち生活情報
11	11:00 手づくり花づくり#1213 11:30 お役立ち生活情報	11:00 インフォ チャンネル700#16 11:30 お役立ち生活情報	11:00 レビューOSK #96 11:30 お役立ち生活情報	11:00 インフォ チャンネル700#16 11:30 お役立ち生活情報	11:00 田中律子の旅するSUPシーズン2 #13 11:15 HYPER DASH基地#45・46 11:30 お役立ち生活情報	11:00 うらら#376 11:15 HYPER DASH基地#45・46 11:30 お役立ち生活情報	11:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#23 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#30 13:15 どちらまドラマ「ストーリー ストリート」第4話「橋木タレハバ」 13:30 お役立ち生活情報	13:00 田中律子の旅するSUPシーズン2 #13【初回】 13:30 お役立ち生活情報	13:00 わが心の演歌 #47「高山・情念」 13:30 お役立ち生活情報	13:00 i-ネット川柳投げしよう #77【初回】 13:30 お役立ち生活情報	13:00 お魚クッキング#4 13:15 山さんぽ#7 13:30 お役立ち生活情報	13:00 Net3ワングル部 #4 13:15 健康エクспレス#16【初回】 13:30 お役立ち生活情報	13:00 気軽にフィットネス#25 13:30 お役立ち生活情報
14	14:00 HYPER DASH基地#45・46【初回】 14:15 でんえんまる情報局#52【初回】 14:30 この坂のぼれば#28	14:00 Net3ワングル部 #4 14:15 東京ふるさとネットワーク#4【初回】 14:30 みんなのテレビ#28	14:00 自転車情報番組 Plus Bicycle#31 14:15 JCC三人娘が行く!(再放送) #4千葉県鏡子市編 14:30 レッツゴー! まちっふちゃん #87【初回】	14:00 手づくり花づくり#1214 14:30 地方鉄道 前面展望百選#8【初回】	14:00 草野忠重のGolf clinic#15 14:30 ダムダムおじさんのミッションデパート#75	14:00 ダムダムおじさんのミッションデパート#75 14:30 田中律子の旅するSUPシーズン2 #13	14:00 レビューOSK #96 14:30 日本でいちばん美しい町並#4
15	15:00 釣りバカZ#4 15:30 田中律子の旅するSUPシーズン2 #12	15:00 草野忠重のGolf clinic#14 15:30 日本でいちばん美しい町並#4	15:00 手づくり花づくり#1214 15:30 スポーツチャンネル#67	15:00 神保シェフと茨城をたべようSEASON4 #3 15:30 この坂のぼれば#28	15:00 ナイツの弁なもんでしよう! #8 15:30 みんなのテレビ#28	15:00 日本でいちばん美しい町並#4 15:30 東京ふるさとネットワーク#4 15:45 HYPER 手話で話そう#284・#285	15:00 草野忠重のGolf clinic#15 15:30 ぶらりゆらり#30 15:45 HYPER DASH基地#45・46
16	16:00 ナイツの弁なもんでしよう! #8【初回】 16:30 お役立ち生活情報	16:00 i-ネット川柳投げしよう #76 16:30 お役立ち生活情報	16:00 四方十おっちゃん#383 【初回】 16:15 街ログアワー #21 16:30 お役立ち生活情報	16:00 レビューOSK #96 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#14 16:30 お役立ち生活情報	16:00 オートバックス全日本カート選手権#2「OKクラス 第3戦・第4戦 本庄サーキット」 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 20 16:30 お役立ち生活情報
17	17:00 あらふんちよ散歩#28【初回】 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#75【初回】 17:30 お役立ち生活情報	17:00 街ナカ情報発信! けてけおじゃマップ#29 17:30 お役立ち生活情報	17:00 地域密着!・ま・て・ば・こ#127 17:30 お役立ち生活情報	17:00 隠岐★ドキ! あまチャンネル#4 17:30 お役立ち生活情報	17:00 情熱! 日本武館#34 第56回全日本合気道演武大会 17:30 お役立ち生活情報	17:00 オートバックス全日本カート選手権#2「OKクラス 第3戦・第4戦 本庄サーキット」 17:30 お役立ち生活情報
18	18:00 インフォ チャンネル700#16 18:30 草野忠重のGolf clinic#14	18:00 インフォ チャンネル700#16 18:30 スポーツチャンネル#67	18:00 インフォ チャンネル700#16 18:30 ダムダムおじさんのミッションデパート#75	18:00 インフォ チャンネル700#16 18:30 田中律子の旅するSUPシーズン2 #13	18:00 インフォ チャンネル700#16 18:30 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #109	18:00 寄席の時間#14 三笑亭可龍「ホワイ可能!」2016年12月 18:30 Kochi on TV! #253	
19	19:00 うらら#375 19:15 四方十おっちゃん#382 19:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON4 #3	19:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 20 19:15 ワイワイ釣り三昧#3【初回】 19:30 手づくり花づくり#1214【初回】	19:00 フェューチャープレーヤー #4 19:15 ワイワイ釣り三昧#3【初回】 19:30 佐伯深堀り漫遊記#13	19:00 あらふんちよ散歩#28 19:30 オートバックス全日本カート選手権#2「OKクラス 第3戦・第4戦 本庄サーキット」	19:00 田中律子の旅するSUPシーズン2 #13 19:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#23【初回】	19:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 20 19:30 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #109	19:00 関西発! 海釣り派 #162「え! こんな近くで釣れるんや! 京都の砂浜でちよいと釣げキス!」 19:30 釣りバカZ#4
20	20:00 街ナカ情報発信! けてけおじゃマップ#29 20:30 神保町昭和歌謡倶楽部#3	20:00 地域密着!・ま・て・ば・こ#127 20:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #318	20:00 地域密着!・ま・て・ば・こ#127 20:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #318	20:00 Kochi on TV! #252 20:30 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 20	20:00 ナイツの弁なもんでしよう! #8 20:30 レビューOSK #96	20:00 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #109 20:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#23	20:00 あらふんちよ散歩#28 20:30 地域を元気に! 無茶さんぽ#4
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～#15 21:45 街ログアワー #19	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～#15 21:45 発掘!佐伯の方言大全集#255	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～#15 21:45 伊那谷の文化財#4	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～#15 21:45 ユークと不思議な宇宙の書 アストロペディア#2「丸い大地の上でー地球と万有引力ー」【初回】	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～#15 21:45 つばたdeサイエンス#4	21:00 隠岐★ドキ! あまチャンネル#4 21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#15 21:30 報道特番 #4 21:45 四方十おっちゃん#383	21:00 企業のチカラ#1 21:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #319
22	22:00 情熱! 日本武館#34 第56回全日本合気道演武大会 22:30 THE MAKING #288 22:44 科学の地平線 ～世界のビックサイエンス #4	22:00 源闘! 第45回全日本オセロ選手権!(再放送) 22:30 つばたdeサイエンス#4 22:44 ILC科学少年団 シーズン3 第4話	22:00 未来をひらく昆虫テクノロジー#2「カイコが作る天然の高分子材料」【初回】 22:30 THE MAKING #289 22:44 ユークと不思議な宇宙の書 アストロペディア#2「丸い大地の上でー地球と万有引力ー」【初回】	22:00 寄席の時間#14 三笑亭可龍「ホワイ可能!」2016年12月 22:30 未来をひらく昆虫テクノロジー#2「カイコが作る天然の高分子材料」 22:44 ユークと不思議な宇宙の書 アストロペディア#2「丸い大地の上でー地球と万有引力ー」	22:00 源闘! 第45回全日本オセロ選手権!(再放送) 22:30 未来をひらく昆虫テクノロジー#2「カイコが作る天然の高分子材料」 22:44 ユークと不思議な宇宙の書 アストロペディア#2「丸い大地の上でー地球と万有引力ー」	22:00 関西発! 海釣り派 #162「え! こんな近くで釣れるんや! 京都の砂浜でちよいと釣げキス!」 22:30 THE MAKING #289 22:44 科学の地平線 ～世界のビックサイエンス #4	22:00 でんえんまる情報局#52 22:15 四方十おっちゃん#383 22:30 ILC科学少年団 シーズン3 第4話 22:44 ユークと不思議な宇宙の書 アストロペディア#2「丸い大地の上でー地球と万有引力ー」
23	23:00 劇場映画予告編#134 23:15 JCC三人娘が行く!(再放送) #4千葉県鏡子市編 23:30 インフォ チャンネル700#16	23:00 劇場映画予告編#134 23:15 ポウリングアカデミー#61 23:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#22	23:00 劇場映画予告編#135 23:15 でんえんまる情報局#52 23:30 インフォ チャンネル700#16	23:00 劇場映画予告編#135 23:15 うらら#376 23:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #319	23:00 報道特番 #4 23:15 うらら#376 23:30 インフォ チャンネル700#16	23:00 関西発! 海釣り派 #162「え! こんな近くで釣れるんや! 京都の砂浜でちよいと釣げキス!」 23:30 寄席の時間#14 三笑亭可龍「ホワイ可能!」2016年12月	
0	0:00 レッツゴー! まちっふちゃん #86 0:15 街ログアワー #20 0:30 地方鉄道 前面展望百選#7	0:00 京太郎華舞台#27 0:15 街ログアワー #20 0:30 神保町昭和歌謡倶楽部#3	0:00 素でどうしよう#25 0:15 街ログアワー #20 0:30 釣りGr#4	0:00 地域を元気に! 無茶さんぽ#4 0:30 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#14	0:00 素でどうしよう#25 0:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #319	0:00 あなたといく 酒と温泉ふたり旅#4 0:30 スポーツチャンネル#67	0:00 地域密着!・ま・て・ば・こ#127 0:30 信越トライワーク #324
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! #253【初回】	1:00 Kochi on TV! #253
2	2:00 インフォ チャンネル700#16	2:00 インフォ チャンネル700#16	2:00 京太郎華舞台#27 2:15 発掘!佐伯の方言大全集#256 2:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #318【初回】	2:00 京太郎華舞台#27 2:15 発掘!佐伯の方言大全集#256 2:30 信越トライワーク #324	2:00 CLUB TV	2:00 CLUB TV	2:00 CLUB TV
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 企業のチカラ#1	4:00 放送休止 4:30 素でどうしよう#25	4:00 放送休止 4:30 信越トライワーク #324	4:00 放送休止 4:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON4 #3	4:00 放送休止 4:30 隠岐★ドキ! あまチャンネル#4	4:00 放送休止 4:30 地域を元気に! 無茶さんぽ#4	4:00 放送休止 4:30 京太郎華舞台#27 4:45 山さんぽ#7

	7月第4週						
	7月16日 月	7月17日 火	7月18日 水	7月19日 木	7月20日 金	7月21日 土	7月22日 日
5	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#15 5:15 発掘!佐伯の方言大全集#256 5:30 ダムダムおじさんのミッションデパート#75	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#16 5:15 うらら#376 5:30 気軽にフィットネス#25	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#16 5:15 健康エクспレス#16 5:30 地域密着!・ま・て・ば・こ#128	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#16 5:15 ILC科学少年団 シーズン3 第4話 5:30 日本でいちばん美しい町並#4	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#16 5:15 Net3ワングル部 #4 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～#16 5:15 伊那谷の文化財#4 5:30 お役立ち生活情報	5:00 手話で話そう#284・#285 5:15 伊那谷の文化財#4 5:30 お役立ち生活情報
6	6:00 i-ネット川柳投句しよう #77 6:30 お役立ち生活情報	6:00 手話で話そう#284・#285 6:15 健康エクспレス#16 6:30 お役立ち生活情報	6:00 うらら#377【初回】 6:15 ポウリングアカデミー#62【初回】 6:30 お役立ち生活情報	6:00 山さんぽ#8【初回】 6:15 いなねこのとおり道#4 6:30 お役立ち生活情報	6:00 スポコンチャンネル#67 6:30 お役立ち生活情報	6:00 神保町昭和歌謡倶楽部#3 6:30 お役立ち生活情報	6:00 気軽にフィットネス#25 6:30 お役立ち生活情報
7	7:00 気仙沼めつけ #16 7:15 いなねこのとおり道#4 7:30 みんなのテレビ#28	7:00 信越トライワーク #324 7:30 あらふんちよ散歩#28	7:00 地域を元気に! 無茶さんぽ#4 7:30 発掘!佐伯の方言大全集#257【初回】 7:45 気仙沼めつけ #16	7:00 Kochi on TV! #253 7:30 JCC三人娘が行く!(再放送) #16 宮崎県都市編 8:45 フェューチャープレーヤー #4	7:00 フェューチャープレーヤー #4 7:15 東京ふるさとネットワーク#4 7:30 佐伯深堀り漫遊記#13	7:00 街ナカ情報発信! けてけおじゃマップ#29 7:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON4 #3	7:00 第13回春の全国中学生ハンドボール選手権大会#7
8	8:00 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #109 8:30 知られざる深海の世界へ! ～JAMSTEC施設一般公開2018～ 9:00 お役立ち生活情報 9:30 TVSMONDE	8:00 ナイツの弁なもんでしよう! #8 8:30 情熱! 日本武選館#34 第56回全日本合気道演武大会 9:00 お役立ち生活情報 9:30 TVSMONDE	8:00 気軽にフィットネス#25 8:30 インフォ チャンネル700#16	8:00 草野忠重のGolf clinic#15 8:30 JCC三人娘が行く!(再放送) #16 宮崎県都市編 8:45 フェューチャープレーヤー #4	8:00 気仙沼めつけ #16 8:15 JCC三人娘が行く!(再放送) #16 宮崎県都市編 8:30 インフォ チャンネル700#16	8:00 i-ネット川柳投句しよう #77 8:30 知られざる深海の世界へ! ～JAMSTEC施設一般公開2018～	8:00 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #109 8:30 知られざる深海の世界へ! ～JAMSTEC施設一般公開2018～ 9:00 お役立ち生活情報 9:30 手づくり花づくり#1215
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 手づくり花づくり#1215	9:00 お役立ち生活情報 9:30 手づくり花づくり#1215
10	10:00 劇場映画予告編#135 10:15 自転車情報番組 Plus Bicycle#32【初回】 10:30 お役立ち生活情報	10:00 劇場映画予告編#135 10:15 HYPER DASH基地#45・46 10:30 お役立ち生活情報	10:00 劇場映画予告編#136【初回】 10:15 お魚クッキング#4 10:30 お役立ち生活情報	10:00 劇場映画予告編#137 10:15 でんえんまる情報局#52 10:30 お役立ち生活情報	10:00 釣りバカZ#4 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 202【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#14 10:30 お役立ち生活情報
11	11:00 手づくり花づくり#1214 11:30 お役立ち生活情報	11:00 インフォ チャンネル700#16 11:30 お役立ち生活情報	11:00 レビューOSK #96 11:30 お役立ち生活情報	11:00 インフォ チャンネル700#16 11:30 お役立ち生活情報	11:00 田中律子の旅するSUPシーズン2 #14 11:15 HYPER DASH基地#45・46 11:30 お役立ち生活情報	11:00 うらら#377 11:15 HYPER DASH基地#45・46 11:30 お役立ち生活情報	11:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#23 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#30 13:15 どちらまドラマ「ストーリー ストリート」第4話「橋木タレハ」 13:30 お役立ち生活情報	13:00 田中律子の旅するSUPシーズン2 #14【初回】 13:30 お役立ち生活情報	13:00 わが心の演歌 #47「高山・情念」 13:30 お役立ち生活情報	13:00 i-ネット川柳投句しよう #77 13:30 お役立ち生活情報	13:00 お魚クッキング#4 13:15 山さんぽ#8 13:30 お役立ち生活情報	13:00 Net3ワングル部 #4 13:15 健康エクспレス#16 13:30 お役立ち生活情報	13:00 気軽にフィットネス#25 13:30 お役立ち生活情報
14	14:00 HYPER DASH基地#45・46 14:15 でんえんまる情報局#52 14:30 この坂のぼれば#28	14:00 Net3ワングル部 #4 14:15 東京ふるさとネットワーク#4 14:30 みんなのテレビ#28	14:00 自転車情報番組 Plus Bicycle#32 14:15 JCC三人娘が行く!(再放送) #16 宮崎県都市編 14:30 レッツゴー! まちっぷちゃん #87	14:00 手づくり花づくり#1215 14:30 地方鉄道 前面展望百選#8	14:00 草野忠重のGolf clinic#16 14:30 ダムダムおじさんのミッションデパート#76	14:00 ダムダムおじさんのミッションデパート#76 14:30 田中律子の旅するSUPシーズン2 #14	14:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#23 14:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#23
15	15:00 釣りバカZ#4 15:30 田中律子の旅するSUPシーズン2 #13	15:00 草野忠重のGolf clinic#15 15:30 日本でいちばん美しい町並#4	15:00 手づくり花づくり#1215 15:30 スポコンチャンネル#67	15:00 神保シェフと茨城をたべようSEASON4 #3 15:30 この坂のぼれば#28	15:00 ナイツの弁なもんでしよう! #8 15:30 みんなのテレビ#28	15:00 日本でいちばん美しい町並#4 15:30 東京ふるさとネットワーク#4 15:45 手話で話そう#284・#285	15:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#23 15:15 ポウリングアカデミー#62 15:30 ぶらりゆらり#30 15:45 HYPER DASH基地#45・46
16	16:00 ナイツの弁なもんでしよう! #8 16:30 お役立ち生活情報	16:00 i-ネット川柳投句しよう #77 16:30 お役立ち生活情報	16:00 四方十うおっちゃん#384【初回】 16:15 街ログアワー #24 16:30 お役立ち生活情報	16:00 レビューOSK #96 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#14 16:30 お役立ち生活情報	16:00 オートバックス全日本カート選手権#2「OKクラス 第3戦・第4戦 本庄サーキット」 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 202 16:30 お役立ち生活情報
17	17:00 あらふんちよ散歩#28 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#76【初回】 17:30 お役立ち生活情報	17:00 街ナカ情報発信! けてけおじゃマップ#29 17:30 お役立ち生活情報	17:00 地域密着!・ま・て・ば・こ#128 17:30 お役立ち生活情報	17:00 隠岐★ドキ! あまチャンネル#16【初回】 17:30 お役立ち生活情報	17:00 情熱! 日本武選館#34 第56回全日本合気道演武大会 17:30 お役立ち生活情報	17:00 オートバックス全日本カート選手権#2「OKクラス 第3戦・第4戦 本庄サーキット」 17:30 お役立ち生活情報
18	18:00 インフォ チャンネル700#16 18:30 草野忠重のGolf clinic#15	18:00 インフォ チャンネル700#16 18:30 スポコンチャンネル#67	18:00 インフォ チャンネル700#16 18:30 ダムダムおじさんのミッションデパート#76	18:00 インフォ チャンネル700#16 18:30 田中律子の旅するSUPシーズン2 #14	18:00 インフォ チャンネル700#16 18:30 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #109	18:00 寄席の時間#15 三笑亭可龍「ホワイ可能!!」2017年10月 18:30 お役立ち生活情報	18:00 Kochi on TV! #253
19	19:00 うらら#376 19:15 四方十うおっちゃん#383 19:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON4 #3	19:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 201 19:15 ワイワイ釣り三昧#3 19:30 手づくり花づくり#1215【初回】	19:00 フェューチャープレーヤー #4 19:15 ワイワイ釣り三昧#3 19:30 佐伯深堀り漫遊記#13	19:00 あらふんちよ散歩#28 19:30 オートバックス全日本カート選手権#2「OKクラス 第3戦・第4戦 本庄サーキット」	19:00 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 201 19:30 レビューOSK #97【初回】	19:00 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #109 19:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#23	19:00 関西発! 海釣り派 #162「え! こんな近くで釣れるんや! 京都の砂浜でちよいど釣げキス!」 19:30 釣りバカZ#4
20	20:00 街ナカ情報発信! けてけおじゃマップ#29 20:30 神保町昭和歌謡倶楽部#3	20:00 地域密着!・ま・て・ば・こ#128【初回】 20:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #319	20:00 Kochi on TV! #253 20:30 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 201	20:00 ナイツの弁なもんでしよう! #8 20:30 Go West 娯楽たっぶりの旅情報番組 Episode 201	20:00 わが心の演歌 #47「高山・情念」 20:30 レビューOSK #97【初回】	20:00 あらふんちよ散歩#28 20:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#23	20:00 釣りGr#4 20:30 地域を元気に! 無茶さんぽ#4
21	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#16 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～#16 21:45 街ログアワー #22	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#16 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～#16 21:45 発掘!佐伯の方言大全集#256	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#16 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～#16 21:45 伊那谷の文化財#4	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#16 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～#16 21:45 つばたdeサイエンス#4	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#16 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～#16 21:45 ユー・タと不思議な宇宙の書 アストロペディア#3「レポリューション ―天動説から地動説へ―」【初回】	21:00 隠岐★ドキ! あまチャンネル#16 21:30 報道特番 #4 21:45 四方十うおっちゃん#384	21:00 企業のチカラ#1 21:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #320
22	22:00 情熱! 日本武選館#34 第56回全日本合気道演武大会 22:30 THE MAKING #289 22:44 科学の地平線 ～世界のビックサイエンス #4	22:00 源闘! 第45回全日本オセロ選手権!(再放送) 22:30 つばたdeサイエンス#4 22:45 ILC科学少年団 シーズン3 第4話	22:00 知られざる深海の世界へ! ～JAMSTEC施設一般公開2018～ 22:30 THE MAKING #290 22:44 ユー・タと不思議な宇宙の書 アストロペディア#3「レポリューション ―天動説から地動説へ―」【初回】	22:00 寄席の時間#14 三笑亭可龍「ホワイ可能!!」2018年12月 22:30 THE MAKING #290 22:44 ユー・タと不思議な宇宙の書 アストロペディア#3「レポリューション ―天動説から地動説へ―」【初回】	22:00 源闘! 第45回全日本オセロ選手権!(再放送) 22:30 未来をひらく昆虫テクノロジー#3「タマシたちの色と輝きの未来へ」 22:44 科学の地平線 ～世界のビックサイエンス #4	22:00 未来をひらく昆虫テクノロジー#3「タマシたちの色と輝きの未来へ」 22:30 THE MAKING #290 22:44 科学の地平線 ～世界のビックサイエンス #4	22:00 だんえんまる情報局#52 22:15 四方十うおっちゃん#384 22:30 ILC科学少年団 シーズン3 第4話 22:44 ユー・タと不思議な宇宙の書 アストロペディア#3「レポリューション ―天動説から地動説へ―」
23	23:00 劇場映画予告編#135 23:15 JCC三人娘が行く!(再放送) #4 千葉県銚子市編 23:30 インフォ チャンネル700#16	23:00 劇場映画予告編#135 23:15 ポウリングアカデミー#61 23:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#23	23:00 劇場映画予告編#136 23:15 でんえんまる情報局#52 23:30 インフォ チャンネル700#16	23:00 劇場映画予告編#136 23:15 うらら#377 23:30 インフォ チャンネル700#16	23:00 報道特番 #4 23:15 どちらまドラマ「ストーリー ストリート」第4話「橋木タレハ」 23:30 インフォ チャンネル700#16	23:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#23 23:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#23	23:00 寄席の時間#15 三笑亭可龍「ホワイ可能!!」2017年10月
0	0:00 レッツゴー! まちっぷちゃん #87 0:15 街ログアワー #23 0:30 地方鉄道 前面展望百選#8	0:00 京太郎華舞台#27 0:15 街ログアワー #23 0:30 神保町昭和歌謡倶楽部#3	0:00 素でどうしよう#25 0:30 釣りGr#4	0:00 地域を元気に! 無茶さんぽ#4 0:30 新・霧島放浪記 キリシマ発バラエティ番組#14	0:00 素でどうしよう#25 0:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #320	0:00 あなたとく! 酒と温泉ふたり旅#4 0:30 スポコンチャンネル#67	0:00 地域密着!・ま・て・ば・こ#128 0:30 信越トライワーク #324
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! #253	1:00 Kochi on TV! #253
2	2:00 インフォ チャンネル700#16 2:30 佐伯深堀り漫遊記#13	2:00 インフォ チャンネル700#16 2:30 あなたとく! 酒と温泉ふたり旅#4	2:00 京太郎華舞台#27 2:15 発掘!佐伯の方言大全集#257 2:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #320【初回】	2:00 京太郎華舞台#27 2:15 うらら#377 2:30 信越トライワーク #324	2:00 CLUB TV 2:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#23	2:00 CLUB TV 2:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#23	2:00 CLUB TV 2:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#23
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 企業のチカラ#1	4:00 放送休止 4:30 素でどうしよう#25	4:00 放送休止 4:30 信越トライワーク #324	4:00 放送休止 4:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON4 #3	4:00 放送休止 4:30 隠岐★ドキ! あまチャンネル#16	4:00 放送休止 4:30 地域を元気に! 無茶さんぽ#4	4:00 放送休止 4:30 京太郎華舞台#27 4:45 山さんぽ#8

7月第6週	
7月30日	7月31日
月	火
5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#17	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#18
5:15 発掘!佐伯の方言大全集#258	5:15 うらら#378
5:30 ダムダムおじさんのミッションデパート#77	5:30 気軽にフィットネス#25
6:00 i-ネット川柳投げしよう #77	6:00 手話で話そう#286・#287
	6:15 健康エクспレス#16
6:30 お役立ち生活情報	6:30 お役立ち生活情報
7:00 気仙沼めつけ#16	7:00 怪獣トライアーク #325
7:15 いなねこのとおり道#4	
7:30 みんなのテレビ#28	7:30 あらふんちよ散歩#28
8:00 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #109	8:00 ナイツの弁なもんでしよう! #9
8:30 知られざる深海の世界へ! ～JAMSTEC施設一般公開2018～	8:30 情熱! 日本武道館#34 第56回全日本合気道演武大会
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
10:00 劇場映画予告編#137	10:00 劇場映画予告編#137
10:15 自転車情報番組 Plus Bicycle#32	10:15 HYPER DASH基地#47・48
10:30 お役立ち生活情報	10:30 お役立ち生活情報
11:00 手づくり花づくり#1216	11:00 インフォ チャンネル700#16
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
13:00 ふらりゆらり#30	13:00 田中律子の旅するSUPシーズン2 #16【初回】
13:15 とちぎまちドラマ「ストーリー ストリート」第4話「断木タレハ」	
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#47・48	14:00 Net3ワングル部 #4
14:15 でんえんまる情報局#52	14:15 東京ふるさとネットワーク#4
14:30 この坂のぼれば#28	14:30 みんなのテレビ#28
15:00 釣りバカZ#4	15:00 草野忠重のGolf clinic#17
15:30 田中律子の旅するSUPシーズン2 #15	15:30 日本でいちばん美しい町並み#4
16:00 ナイツの弁なもんでしよう! #9	16:00 i-ネット川柳投げしよう #77
16:30 お役立ち生活情報	16:30 お役立ち生活情報
17:00 あらふんちよ散歩#28	17:00 ダムダムおじさんのミッションデパート#78【初回】
17:30 お役立ち生活情報	17:30 お役立ち生活情報
18:00 インフォ チャンネル700#16	18:00 インフォ チャンネル700#16
18:30 草野忠重のGolf clinic#17	18:30 スポコンチャンネル#67
19:00 うらら#378	19:00 Go West 猿楽たつぷりの旅情報番組 Episode 203
19:15 四万十のおっちゃん#385	
19:30 神保シェフと茨城をたべようSEASON4 #3	19:30 手づくり花づくり#1217【初回】
20:00 街ナカ情報発信! てけておじゃマップ#29	20:00 地域密着! たまて・ば・こ#128
20:30 神保町昭和歌謡倶楽部#3	20:30 コミカル&セクシー プロレスリングWAVE #321
21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#18	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	21:15 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～#18	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#18
21:45 街ログアワー #28	21:45 発掘!佐伯の方言大全集#258
22:00 情熱! 日本武道館#34 第56回全日本合気道演武大会	22:00 激闘! 第45回全日本オセロ選手権! (再放送)
22:30 THE MAKING #291	22:30 つばたdeサイエンス#4
22:44 科学の地平線 ～世界のビックサイエンス #4	22:45 ILC科学少年団 シーズン3 第4話
23:00 劇場映画予告編#137	23:00 劇場映画予告編#137
23:15 JCC三人娘が行く!(再放送) #16 宮崎県都市編	23:15 ボウリングアカデミー#62
23:30 インフォ チャンネル700#16	23:30 伊藤さとりと映画仲間たち#23
0:00 レッツゴー! まちっちゃん #87	0:00 京太郎華舞台#27
	0:15 街ログアワー #29
0:30 地方鉄道 前面展望百選#9	0:30 神保町昭和歌謡倶楽部#3
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 インフォ チャンネル700#16
2:30 佐伯深堀り漫遊記#13	2:30 あなたといく 酒と温泉ふたり旅#4
3:00 CLUB TV	3:00 CLUB TV
4:00 放送休止	4:00 放送休止
4:30 企業のチカラ#1	4:30 黒でどうしよう#25