

10月第1週				
	10月1日 木	10月2日 金	10月3日 土	10月4日 日
5	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#31	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#44	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#45	5:00 手話で話そう#399・#400
	5:15 手話で話そう#399・#400	5:15 街ログアワー #21(再放送)	5:15 体操でおうち時間#6(再放送)	5:15 山はともだち#12
6	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
	6:00 がんばれ！鳥ちゃん！！#18	6:00 レッツゴー！まっちぶちゃん #113	6:00 神保町昭和歌謡倶楽部#29	6:00 気軽にフィットネス#52
7	6:15 農園ライフ#18			6:15 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を遡る～ #31
	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
8	7:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り【初回】	7:00 京絵巻 京十色#14	7:00 街ナカ情報発信！てけておじゃマップ#55	7:00 僕たちの青春ソングス～世界の景色とともに～ #14【初回】
		7:15 山はともだち#12	7:30 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #6【初回】	7:30 ワイワイ釣り三昧#29
9	8:00 みんなのテレビ#54	8:00 富山・となみ野のコレが自慢#5(再放送)	8:00 いネット川柳投句しよう #103	8:00 アニーとマルル#53・#54
	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:15 体操でおうち時間#6(再放送)	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
10	9:00 インフォ チャンネル700#42	9:00 情報！日本武道館#52(再放送)	9:00 インフォ チャンネル700#42	9:00 体操でおうち時間#6(再放送)
	9:30 TV5MONDE	9:30 TV5MONDE	9:30 アニーとマルル#53・#54	9:15 京絵巻 京十色#14
11	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組
	10:30 劇場映画予告編#250	10:30 劇場映画予告編#250	10:30 劇場映画予告編#251【初回】	10:30 劇場映画予告編#251
12	10:45 体操でおうち時間#6(再放送)	10:45 HYPER DASH基地#83・84	10:45 海士X #7	10:45 海士X #7
	11:00 インフォ チャンネル700#42	11:00 この坂のぼれば#54	11:00 う・ら・ら(茨城版)#493	11:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#49
13	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
	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 いネット川柳投句しよう #103	13:00 海士X #7【初回】	13:00 富山・となみ野のコレが自慢#5(再放送)	13:00 スポコンチャンネル#92
	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:15 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を遡る～ #31	13:15 げんきでGO！ #18	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
15	14:00 手づくり花づくりプラス#27(再放送)	14:00 草野忠重のGolf clinic#129【初回】	14:00 防災生活 暮い命を守るために #8	14:00 レビューOSK #151
	14:30 女子旅#5【初回】	14:30 スポコンチャンネル#92	14:30 真券！競輪魂#17	14:30 日本でいちばん美しい町並#9(再放送)
16	15:00 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #5	15:00 沖繩よんな街歩き こんにちには！ベンビーです。 #36	15:00 東京いろいろの演芸劇場#18(再放送)	15:00 素でどうでしょう#47
	15:15 未来イノベーション#10	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
17	16:00 レビューOSK #150	16:00 出雲のほそ道#18	16:00 オートバックス全日本カート選手権OKクラス2020#2	16:00 佐伯深堀り漫遊記#35
	16:30 にんげんのGo！（風景印220景RE）#77	16:30 日本でいちばん美しい町並#9(再放送)	16:30 手づくり花づくりプラス#27(再放送)	16:30 草野忠重のGolf clinic#129
18	17:00 アニーとマルル#53・#54【初回】	17:00 杉山修のハツラツ！ #7【初回】	17:00 情報！日本武道館#59【初回】	17:00 オートバックス全日本カート選手権OKクラス2020#2
	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
19	18:00 インフォ チャンネル700#42	18:00 インフォ チャンネル700#42	18:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り	18:00 あまくま歩人#74
	18:30 東京いろいろの演芸劇場#18(再放送)	18:30 仙台発！地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #135	19:00 仙台発！地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #135	19:00 田中律子の旅するSUPシーズン4 #9
20	19:00 あらふんちよ散歩#53	19:30 女子旅#5	19:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#49	19:30 釣リハカ2#30
	19:30 激闘！第13期王座戦！（再放送）	20:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#49	20:00 僕たちの青春ソングス～世界の景色とともに～ #13	20:00 あらふんちよ散歩#53
21	20:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#49	20:30 沖繩よんな街歩き こんにちには！ベンビーです。 #36	20:30 レビューOSK #151【初回】	20:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#49
	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#31	21:00 田中律子の旅するSUPシーズン4 #9	21:00 この坂のぼれば#54	21:00 企業のチカラ#29【初回】
22	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#32	21:30 にんげんのGo！（風景印220景RE）#77	21:30 いしえ道 旅タカラジェンヌ 極#34	21:30 激闘！第13期王座戦！（再放送）
	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#43	21:45 じわもん、万歳！ #7【初回】	22:00 夜の街情報番組 イチゲンさんどうでしょう#19	22:00 でんえんまる情報局#78
23	22:00 笑福亭べ瓶「べべこ東京2019」後編(再放送)	22:00 激闘！第13期王座戦！（再放送）	22:15 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を遡る～ #31	22:15 四万十うおっちゃん#496
	23:00 原田侑子の 風と気ままに#17	22:45 げんきでGO！ #18	23:00 出雲のほそ道#18	22:30 じわもん、万歳！ #7
0	23:15 気仙沼めっけ #29(再放送)	23:00 釣りうえ～ぶ#17	23:00 MUSIC PARTY#669	23:00 笑福亭べ瓶「べべこ東京2019」後編(再放送)
	0:00 地域を元気に！無茶さんぼ#27	0:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り	0:00 あなたといたく 酒と温泉ふたり旅Season3 #7【初回】	0:00 あなたといたく 酒と温泉ふたり旅Season3 #7
1	0:30 まなひのすめ～あなたを守る身近なルール～ #10【初回】		0:30 ダムダムおじさんお宝探検隊#1【初回】	0:30 信越トライアウト #378
	1:00 ABC Australia	1:00 ABC Australia	1:00 Kochi on TV！ #341【初回】	1:00 Kochi on TV！ #341
2	2:00 気軽にフィットネス#52【初回】	2:00 Kochi on TV！ #340	2:00 真券！競輪魂#17	2:00 長野県ご当地〇〇対決！ #6
	2:30 う・ら・ら(茨城版)#66		2:30 日本でいちばん美しい町並#9(再放送)	
3	3:00 長野県ご当地〇〇対決！ #6	3:00 MUSIC PARTY#669	3:00 笑福亭べ瓶「べべこ東京2019」後編(再放送)	3:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り
	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	4:30 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #5	4:30 杉山修のハツラツ！ #7	4:30 地域を元気に！無茶さんぼ#27	4:30 原田侑子の 風と気ままに#17
	4:45 未来イノベーション#11【初回】			4:45 がんばれ！鳥ちゃん！！#19【初回】

10月5日 月	10月6日 火	10月7日 水	10月第2週 10月8日 木	10月9日 金	10月10日 土	10月11日 日
5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#32	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#34	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#35	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#37	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#5	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#6	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#6
5:15 発掘!佐伯の方言大全集#371	5:15 うーらら(橋本版)#493	5:15 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を遡る～ #32【初回】	5:15 手話で話そう#401・#402	5:15 街ログアワー #23(再放送)	5:15 体操でおうち時間#7	5:15 山はともだち#13
5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
6:00 i-ネット川柳投句しよう #103	6:00 手話で話そう#401・#402【初回】	6:00 うーらら(橋本版)#494【初回】	6:00 がんばれ!鳥ちゃん!! #19	6:00 レッツゴー! まちっちゃん #114【初回】	6:00 神保町昭和歌謡倶楽部#29	6:00 気軽にフィットネス#52
6:15 みんなのテレビ#55【初回】	6:15 げんきでGO! #19【初回】	6:15 がんばれ!鳥ちゃん!! #19	6:15 農園ライフ#19	6:15 農園ライフ#19	6:15 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を遡る～ #32	6:15 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を遡る～ #32
6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
7:00 京絵巻 京十色#14	7:00 信越トライワーク #379【初回】	7:00 地域を元気に! 無茶さんぼ#27	7:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り	7:00 京絵巻 京十色#15【初回】	7:00 街ナカ情報発信! てけてけおじゃマップ#56	7:00 僕たちの青春ソングス～世界の景色とともに～ #14
7:15 農園ライフ#19【初回】	7:15 農園ライフ#19【初回】	7:15 農園ライフ#19【初回】	7:15 山はともだち#13	7:15 山はともだち#13	7:15 山はともだち#13	7:15 山はともだち#13
7:30 みんなのテレビ#55【初回】	7:30 まなびのすゝめ～あなたを守る身近なルール～	7:30 発掘!佐伯の方言大全集#372【初回】	7:30 発掘!佐伯の方言大全集#372【初回】	7:30 佐伯深堀り漫遊記#36【初回】	7:30 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #6	7:30 ワイワイ釣り三昧#30
8:00 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #136【初回】	8:00 沖縄よんなな街歩き こんには! ベンビーです。 #37	8:00 防災生活"尊い命を守るために" #9【初回】	8:00 みんなのテレビ#55	8:00 富山・とみなみのコレが自慢#5(再放送)	8:00 i-ネット川柳投句しよう #103	8:00 アニーとマルル#55・#56
8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
9:00 インフォ チャンネル700#43【初回】	9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 情報! 日本武道館#59	9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 体操でおうち時間#7
9:30 TVSMONDE	9:30 日本でいちばん美しい町並#9(再放送)	9:30 日本でいちばん美しい町並#9(再放送)	9:30 日本でいちばん美しい町並#9(再放送)	9:30 神保町昭和歌謡倶楽部#29	9:30 アニーとマルル#55・#56	9:30 京絵巻 京十色#15
10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組
10:30 釣りバカZ#31【初回】	10:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#49	10:30 この坂のぼれば#54	10:30 劇場映画予告編#251	10:30 劇場映画予告編#251	10:30 劇場映画予告編#252【初回】	10:30 劇場映画予告編#252
11:00 女子旅#5	11:00 インフォ チャンネル700#43	11:00 まなびのすゝめ～あなたを守る身近なルール～	11:00 インフォ チャンネル700#43	11:00 この坂のぼれば#55【初回】	11:00 うーらら(橋本版)#494	11:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#50
11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
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 いしえ道通・旅タカラジェンヌ 極#35【初回】	13:00 ワイワイ釣り三昧#29	13:00 僕たちの青春ソングス～世界の景色とともに～ #14	13:00 i-ネット川柳投句しよう #103	13:00 海士X #7	13:00 富山・とみなみのコレが自慢#5(再放送)	13:00 スポコンチャンネル#93
13:15 うーらら(茨城版)#67【初回】	13:15 うーらら(茨城版)#67【初回】	13:15 うーらら(茨城版)#67【初回】	13:15 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を遡る～ #32	13:15 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を遡る～ #32	13:15 げんきでGO! #19	13:15 げんきでGO! #19
13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
14:00 HYPER DASH基地#83・84	14:00 じわもん、万歳! #7	14:00 釣りうえ～ぶ#18	14:00 手づくり花づくりプラス#28(再放送)	14:00 草野忠重のGolf clinic#130【初回】	14:00 防災生活"尊い命を守るために" #9	14:00 レビューOSK #151
14:15 でんえんまる情報局#78	14:15 体操でおうち時間#6(再放送)	14:15 HYPER DASH基地#85・86	14:30 女子旅#5	14:30 スポコンチャンネル#93	14:30 真券! 競輪魂#18	14:30 日本でいちばん美しい町並#10(再放送)
14:30 防災生活"尊い命を守るために" #8	14:30 みんなのテレビ#55	15:00 田中律子の旅するSUPシーズン4 #10【初回】	15:00 企業のチカラ#29	15:00 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #6	15:00 東京いろいろの演芸劇場#18(再放送)	15:00 素でどうしよう#48
15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
16:00 沖縄よんなな街歩き こんには! ベンビーです。 #37【初回】	16:00 i-ネット川柳投句しよう #103	16:00 四万十うおっちゃん#497【初回】	16:00 レビューOSK #151	16:00 出雲のほそ道#19	16:00 オートバックス全日本カート選手権OKクラス2020#2	16:00 佐伯深堀り漫遊記#36
16:30 スポコンチャンネル#93【初回】	16:30 出雲のほそ道#19【初回】	16:30 夜の街情報番組 イチゲンさんどうでしょう#19	16:30 にんげんのGo! (風景印220景RE)#78	16:30 日本ていちばん美しい町並#10(再放送)	16:30 手づくり花づくりプラス#28(再放送)	16:30 草野忠重のGolf clinic#130
17:00 あらぶんちよ散歩#53	17:00 ダムダムおじさんお宝探検隊#1	17:00 街ナカ情報発信! てけてけおじゃマップ#56【初回】	17:00 アニーとマルル#55・#56【初回】	17:00 杉山修のハツラツ! #7	17:00 情報! 日本武道館#59	17:00 オートバックス全日本カート選手権OKクラス2020#2
17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
18:00 釣りうえ～ぶ#18【初回】	18:00 インフォ チャンネル700#43	18:00 インフォ チャンネル700#43	18:00 インフォ チャンネル700#43	18:00 インフォ チャンネル700#43	18:00 日本三大美祭 秋の高山祭2019【初回】	18:00 あまくま歩人#75
19:00 うーらら(橋本版)#493	18:30 女子旅#5	18:30 ダムダムおじさんお宝探検隊#1	18:30 東京いろいろの演芸劇場#18(再放送)	18:30 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #136	18:30 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #136	19:00 田中律子の旅するSUPシーズン4 #10
19:15 四万十うおっちゃん#496	19:00 にんげんのGo! (風景印220景RE)#78【初回】	19:00 ワイワイ釣り三昧#30【初回】	19:00 あらぶんちよ散歩#53	19:00 女子旅#5	19:00 女子旅#5	19:00 田中律子の旅するSUPシーズン4 #10
19:30 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #6	19:30 手づくり花づくりプラス#27(再放送)	19:30 佐伯深堀り漫遊記#35	19:30 激闘! 第13期王座戦! (再放送)	19:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#50【初回】	19:30 レッツゴー! まちっちゃん #114	19:30 レッツゴー! まちっちゃん #114
19:45 未来イノベーション#11	20:00 街ナカ情報発信! てけてけおじゃマップ#55	20:00 あまくま歩人#74	20:00 MUSIC PARTY#670【初回】	20:00 僕たちの青春ソングス～世界の景色とともに～ #14	20:00 あらぶんちよ散歩#53	20:00 MUSIC PARTY#670
20:30 神保町昭和歌謡倶楽部#29	20:30 神保町昭和歌謡倶楽部#29	20:30 神保町昭和歌謡倶楽部#29	20:30 沖縄よんなな街歩き こんには! ベンビーです。 #37	20:30 レビューOSK #151	20:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#50	20:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#50
21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#33	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#35	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#36	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#37	21:00 田中律子の旅するSUPシーズン4 #10	21:00 この坂のぼれば#55	21:00 企業のチカラ#29
21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#33	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#34	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#36	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#38	21:15 にんげんのGo! (風景印220景RE)#78	21:15 いしえ道通・旅タカラジェンヌ 極#35	21:30 激闘! 第13期王座戦! (再放送)
21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#1	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#2	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#3	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#4	21:30 にんげんのGo! (風景印220景RE)#78	21:45 四万十うおっちゃん#497	21:45 四万十うおっちゃん#497
21:45 体操でおうち時間#6(再放送)	21:45 発掘!佐伯の方言大全集#371	21:45 山はともだち#13【初回】	21:45 じわもん、万歳! #7	21:45 じわもん、万歳! #7	22:00 夜の街情報番組 イチゲンさんどうでしょう#19	22:00 でんえんまる情報局#78
22:00 情報! 日本武道館#59	22:00 長野県ご当地○○対決! #7【初回】	22:00 情報! 日本武道館#59	22:00 実福亭べんべこ東京2019「後編」(再放送)	22:00 激闘! 第13期王座戦! (再放送)	22:15 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を遡る～ #32	22:15 四万十うおっちゃん#497
22:30 真券! 競輪魂#18【初回】	22:30 うーらら(茨城版)#67	22:30 うーらら(茨城版)#67	22:30 うーらら(茨城版)#67	22:30 夜街情報番組 イチゲンさんどうでしょう#19	22:30 出雲のほそ道#19	22:30 じわもん、万歳! #7
23:00 住倉カオスの怪談★語ルシズ#3【初回】	23:00 劇場映画予告編#251	23:00 劇場映画予告編#251	23:00 原田侑子の 風と気ままに#17	23:00 釣りうえ～ぶ#18	23:00 MUSIC PARTY#670	23:00 実福亭べんべこ東京2019「後編」(再放送)
23:15 気仙沼めつけ #29(再放送)	23:15 でんえんまる情報局#78	23:15 でんえんまる情報局#78	23:15 気仙沼めつけ #29(再放送)	23:15 オートバックス全日本カート選手権OKクラス2020#2	23:15 オートバックス全日本カート選手権OKクラス2020#2	23:15 オートバックス全日本カート選手権OKクラス2020#2
0:00 レッツゴー! まちっちゃん #113	0:00 原田侑子の 風と気ままに#17	0:00 素でどうしよう#48【初回】	0:00 地域を元気に! 無茶さんぼ#27	0:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り	0:00 あなたとく 酒と温泉ふたり旅Season3 #7	0:00 あなたとく 酒と温泉ふたり旅Season3 #7
0:15 街ログアワー #22(再放送)	0:15 街ログアワー #22(再放送)	0:15 街ログアワー #22(再放送)	0:30 まなびのすゝめ～あなたを守る身近なルール～ #10	0:30 まなびのすゝめ～あなたを守る身近なルール～ #10	0:30 ダムダムおじさんお宝探検隊#1	0:30 信越トライワーク #379
0:30 佐伯深堀り漫遊記#35	0:30 神保町昭和歌謡倶楽部#29	0:30 真券! 競輪魂#18	0:30 まなびのすゝめ～あなたを守る身近なルール～ #10	0:30 まなびのすゝめ～あなたを守る身近なルール～ #10	0:30 真券! 競輪魂#18	0:30 真券! 競輪魂#18
1:00 ABC Australia	1:00 ABC Australia	1:00 ABC Australia	1:00 ABC Australia	1:00 ABC Australia	1:00 Kochi on TV! #342【初回】	1:00 Kochi on TV! #342
2:00 あなたとく 酒と温泉ふたり旅Season3 #7	2:00 あまくま歩人#75【初回】	2:00 あまくま歩人#75【初回】	2:00 あまくま歩人#75【初回】	2:00 Kochi on TV! #341	2:00 真券! 競輪魂#18	2:00 長野県ご当地○○対決! #7
2:30 杉山修のハツラツ! #7	2:30 田中律子の旅するSUPシーズン4 #10	2:30 田中律子の旅するSUPシーズン4 #10	2:30 気軽にフィットネス#52【初回】	2:30 気軽にフィットネス#52【初回】	2:30 日本でいちばん美しい町並#10(再放送)	2:30 日本でいちばん美しい町並#10(再放送)
3:00 MUSIC PARTY#669	3:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り	3:00 Kochi on TV! #341	3:00 長野県ご当地○○対決! #7	3:00 MUSIC PARTY#670	3:00 実福亭べんべこ東京2019「後編」(再放送)	3:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り
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 企業のチカラ#29	4:30 素でどうしよう#47	4:30 信越トライワーク #379	4:30 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #6	4:30 杉山修のハツラツ! #7	4:30 地域を元気に! 無茶さんぼ#27	4:30 原田侑子の 風と気ままに#18【初回】
			4:45 未来イノベーション#11			4:45 がんばれ!鳥ちゃん!! #19

10月12日 月	10月13日 火	10月14日 水	10月第3週 10月15日 木	10月16日 金	10月17日 土	10月18日 日
5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#38	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～#1	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3数学～#11	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#12	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#12
5:15 発掘!佐伯の方言大全集#372	5:15 う・ら・ら(橋本版)#494	5:15 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を遡る～ #32	5:15 手話で話そう#401・#402	5:15 街ログアワー #25(再放送)	5:15 体操でおうち時間#8	5:15 山はともだち#13
5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
6:00 i・ネット川柳投句しよう #103	6:00 手話で話そう#401・#402	6:00 う・ら・ら(橋本版)#495【初回】	6:00 がんばれ!鳥ちゃん!! #19	6:00 レッツゴー! まちっちゃん #114	6:00 神保町昭和歌謡倶楽部#30	6:00 気軽にフィットネス#52
6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
7:00 京絵巻 京十色#15	7:00 信越トライワーク #379	7:00 地域を元気に! 無茶さんぽ#28【初回】	7:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り	7:00 京絵巻 京十色#15	7:00 街ナカ情報発信! てけておじゃマップ#56	7:00 僕たちの青春ソングス～世界の景色とともに～ #14
7:15 農園ライフ#19				7:15 山はともだち#13		
7:30 みんなのテレビ#55	7:30 まなびのすゝめ～あなたを守る身近なルール～	7:30 発掘!佐伯の方言大全集#373【初回】	7:30 発掘!佐伯の方言大全集#373【初回】	7:30 佐伯深堀り漫遊記#36	7:30 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #6	7:30 ワイワイ釣り三昧#30
8:00 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #136	8:00 沖繩よんな街歩き こんには! ベンビーです。 #37	8:00 防災生活"尊い命を守るために" #9	8:00 みんなのテレビ#55	8:00 富山・となみ野のコレが自慢#6(再放送)	8:00 i・ネット川柳投句しよう #104	8:00 アニーとマルル#57・#58
8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 情報! 日本武道館#59	9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 体操でおうち時間#8
9:30 TV5MONDE	9:30 TV5MONDE	9:30 TV5MONDE	9:30 TV5MONDE	9:30 TV5MONDE	9:30 アニーとマルル#57・#58	9:30 京絵巻 京十色#15
10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組
10:30 釣りバカZ#31	10:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#50	10:30 この坂のぼれば#55	10:30 劇場映画予告編#252	10:30 劇場映画予告編#252	10:30 劇場映画予告編#253【初回】	10:30 劇場映画予告編#253
11:00 女子旅#5	11:00 インフォ チャンネル700#43	11:00 まなびのすゝめ～あなたを守る身近なルール～	11:00 インフォ チャンネル700#43	11:00 この坂のぼれば#55	11:00 う・ら・ら(橋本版)#495	11:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#50
11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
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 いこいこ選遊・旅タカラジェンヌ 極#35	13:00 ワイワイ釣り三昧#30	13:00 僕たちの青春ソングス～世界の景色とともに～ #14	13:00 i・ネット川柳投句しよう #104【初回】	13:00 海士X #7	13:00 富山・となみ野のコレが自慢#6(再放送)	13:00 スポコンチャンネル#93
13:15 う・ら・ら(茨城版)#68【初回】				13:15 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を遡る～ #32	13:15 げんきでGO! #19	
13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
14:00 HYPER DASH基地#85・86	14:00 じわもん、万歳! #7	14:00 釣りうえ～ぶ#19	14:00 手づくり花づくりプラス#29(再放送)	14:00 草野忠重のGolf clinic#131【初回】	14:00 防災生活"尊い命を守るために" #9	14:00 レビューOSK #152
14:15 でんえんまる情報局#79【初回】	14:15 体操でおうち時間#7					
14:30 防災生活"尊い命を守るために" #9	14:30 みんなのテレビ#55			14:30 女子旅#5	14:30 スポコンチャンネル#93	14:30 日本でいちばん美しい町並#11(再放送)
15:00 田中律子の旅するSUPシーズン4 #10	15:00 草野忠重のGolf clinic#130	15:00 企業のチカラ#29	15:00 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #6	15:00 沖繩よんな街歩き こんには! ベンビーです。 #37	15:00 東京いろいろの演芸劇場#1(再放送)	15:00 素でどうしよう#48
15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
16:00 沖繩よんな街歩き こんには! ベンビーです。 #37	16:00 i・ネット川柳投句しよう #103	16:00 四方十うおっちゃん#498【初回】	16:00 レビューOSK #151	16:00 出雲のほそ道#19	16:00 オートバックス全日本カート選手権OKクラス2020#3【初回】	16:00 佐伯深堀り漫遊記#36
16:30 スポコンチャンネル#93	16:30 出雲のほそ道#19	16:30 夜の街情報番組 イチゲンさんどうでしょう#19	16:30 にんげんのGo! (風景印220景RE)#79	16:30 日本でいちばん美しい町並#11(再放送)	16:30 手づくり花づくりプラス#29(再放送)	16:30 草野忠重のGolf clinic#131
17:00 あらぶんちよ散歩#54【初回】	17:00 ダムダムおじさんお宝探検隊#1	17:00 街ナカ情報発信! てけておじゃマップ#56	17:00 アニーとマルル#57・#58【初回】	17:00 杉山修のハツラツ! #7	17:00 情報! 日本武道館#59	17:00 オートバックス全日本カート選手権OKクラス2020#3
17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
18:00 釣りうえ～ぶ#19【初回】	18:00 インフォ チャンネル700#43	18:00 インフォ チャンネル700#43	18:00 インフォ チャンネル700#43	18:00 インフォ チャンネル700#43	18:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り	18:00 あまくま歩人#76
19:00 う・ら・ら(橋本版)#494	19:00 にんげんのGo! (風景印220景RE)#79【初回】	19:00 ワイワイ釣り三昧#30	19:00 あらぶんちよ散歩#54	19:00 女子旅#5	19:00 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #136	19:00 田中律子の旅するSUPシーズン4 #10
19:15 四方十うおっちゃん#497						
19:30 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #6	19:30 手づくり花づくりプラス#28(再放送)	19:30 佐伯深堀り漫遊記#36	19:30 激闘! 第13期王座戦! (再放送)	19:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#50	19:30 釣りバカZ#31	19:30 レッツゴー! まちっちゃん #114
19:45 未来イノベーション#11						
20:00 街ナカ情報発信! てけておじゃマップ#56	20:00 あまくま歩人#75	20:00 MUSIC PARTY#670	20:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#50	20:00 僕たちの青春ソングス～世界の景色とともに～ #14	20:00 あらぶんちよ散歩#54	20:00 MUSIC PARTY#670
20:30 神保町昭和歌謡倶楽部#30【初回】			20:30 沖繩よんな街歩き こんには! ベンビーです。 #37	20:30 レビューOSK #152【初回】	20:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#50	
21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#39	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～#2	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#3	21:00 田中律子の旅するSUPシーズン4 #10	21:00 この坂のぼれば#55	21:00 企業のチカラ#29
21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#39	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～#2	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#4			
21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#7	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#8	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#9	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#10	21:30 にんげんのGo! (風景印220景RE)#79	21:30 いこいこ選遊・旅タカラジェンヌ 極#35	21:30 激闘! 第13期王座戦! (再放送)
21:45 体操でおうち時間#7	21:45 発掘!佐伯の方言大全集#372	21:45 山はともだち#13	21:45 じわもん、万歳! #7	21:45 四方十うおっちゃん#498	22:00 夜の街情報番組 イチゲンさんどうでしょう#19	22:00 でんえんまる情報局#79
22:00 情報! 日本武道館#59	22:00 長野県ご当地○○対決! #7	22:00 情報! 日本武道館#59	22:00 笑福亭べんべこ東京2019「後編」(再放送)	22:00 激闘! 第13期王座戦! (再放送)	22:00 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を遡る～ #32	22:15 四方十うおっちゃん#498
22:30 真券! 競輪魂#18		22:30 う・ら・ら(茨城版)#68	22:30 う・ら・ら(茨城版)#68	22:30 夜の街情報番組 イチゲンさんどうでしょう#19	22:30 出雲のほそ道#19	22:30 じわもん、万歳! #7
		22:45 農園ライフ#19	22:45 げんきでGO! #19	22:45 げんきでGO! #19		22:45 う・ら・ら(茨城版)#68
23:00 住倉カオスの怪談★語ルシズ#3	23:00 劇場映画予告編#252	23:00 劇場映画予告編#252	23:00 原田侑子の 風と気ままに#18	23:00 釣りうえ～ぶ#19	23:00 MUSIC PARTY#670	23:00 笑福亭べんべこ東京2019「後編」(再放送)
	23:15 気仙沼めつけ #29(再放送)	23:15 でんえんまる情報局#79	23:15 気仙沼めつけ #29(再放送)			
	23:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#50	23:30 東京いろいろの演芸劇場#18(再放送)	23:30 オートバックス全日本カート選手権OKクラス2020#2			
0:00 レッツゴー! まちっちゃん #114	0:00 原田侑子の 風と気ままに#18	0:00 素でどうしよう#48	0:00 地域を元気に! 無茶さんぽ#28	0:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り	0:00 あなたと酒と温泉ふたり旅Season3 #7	0:00 あなたと酒と温泉ふたり旅Season3 #7
	0:15 街ログアワー #24(再放送)					
0:30 佐伯深堀り漫遊記#36	0:30 神保町昭和歌謡倶楽部#30	0:30 真券! 競輪魂#18	0:30 まなびのすゝめ～あなたを守る身近なルール～ #10	0:30 あなたと酒と温泉ふたり旅Season3 #7	0:30 ダムダムおじさんお宝探検隊#2【初回】	0:30 信越トライワーク #379
1:00 ABC Australia	1:00 ABC Australia	1:00 ABC Australia	1:00 ABC Australia	1:00 ABC Australia	1:00 Kochi on TV! #342	1:00 Kochi on TV! #342
	2:00 あなたと酒と温泉ふたり旅Season3 #7	2:00 あまくま歩人#76【初回】		2:00 Kochi on TV! #342	2:00 真券! 競輪魂#18	2:00 長野県ご当地○○対決! #7
2:30 杉山修のハツラツ! #7	2:30 田中律子の旅するSUPシーズン4 #10		2:30 気軽にフィットネス#52【初回】		2:30 日本でいちばん美しい町並#11(再放送)	
3:00 MUSIC PARTY#670	3:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り	3:00 Kochi on TV! #342	3:00 長野県ご当地○○対決! #7	3:00 MUSIC PARTY#670	3:00 笑福亭べんべこ東京2019「後編」(再放送)	3:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り
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 企業のチカラ#29	4:30 素でどうしよう#48	4:30 信越トライワーク #379	4:30 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #6	4:30 杉山修のハツラツ! #7	4:30 地域を元気に! 無茶さんぽ#28	4:30 原田侑子の 風と気ままに#18
			4:45 未来イノベーション#11			4:45 がんばれ!鳥ちゃん!! #19

10月19日 月	10月20日 火	10月21日 水	10月22日 木	10月23日 金	10月24日 土	10月25日 日
5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#4	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#6	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#7	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#9	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#17	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#18	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#18
5:15 発掘!佐伯の方言大全集#373	5:15 うらら(橋木版)#495	5:15 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を追う～ #32	5:15 手話で話そう#403・#404	5:15 街ログアワー #27(再放送)	5:15 体操でおうち時間#9	5:15 山はともだち#13
5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
6:00 iネット川柳投句しよう #104	6:00 手話で話そう#403・#404【初回】	6:00 うらら(橋木版)#496【初回】	6:00 がんばれ!鳥ちゃん!! #19	6:00 レッツゴー! まちっちゃん #114	6:00 神保町昭和歌謡倶楽部#30	6:00 気軽にフィットネス#52
6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
7:00 京絵巻 京十色#15	7:00 信越トライワーク #380【初回】	7:00 地域を元気に! 無茶さんぼ#28	7:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り	7:00 京絵巻 京十色#15	7:00 街ナカ情報発信! てけてけおじゃマップ#56	7:00 僕たちの青春ソングス～世界の景色とともに～ #14
7:15 農園ライフ#19	7:30 まなびのすゝめ～あなたを守る身近なルール～	7:30 発掘!佐伯の方言大全集#374【初回】	7:30 この坂のぼれば#55	7:15 山はともだち#13	7:30 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #6	7:30 ワイワイ釣り三昧#30
7:30 みんなのテレビ#55	7:45 気仙沼めつけ #29(再放送)	7:45 気仙沼めつけ #29(再放送)	7:45 HYPER DASH基地#89・90	7:30 佐伯深堀り漫遊記#36	7:45 未来イノベーション#12	7:45 京絵巻 京十色#15
8:00 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #136	8:00 沖縄よんなな街歩き こんには! ベンビーです。 #38	8:00 防災生活"尊い命を守るために" #9	8:00 みんなのテレビ#55	8:00 富山・となみ野のコレが自慢#6(再放送)	8:00 iネット川柳投句しよう #104	8:00 アニーとマルル#59・#60
8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 情報! 日本武道館#59	9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 体操でおうち時間#9
9:30 TV5MONDE	9:30 TV5MONDE	9:30 TV5MONDE	9:30 TV5MONDE	9:30 TV5MONDE	9:30 アニーとマルル#59・#60	9:30 手づくり花づくりプラス#30(再放送)
10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組
10:30 釣りバカZ#31	10:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#50	10:30 この坂のぼれば#55	10:30 劇場映画予告編#253	10:30 劇場映画予告編#253	10:30 劇場映画予告編#254【初回】	10:30 劇場映画予告編#254
11:00 女子旅#5	11:00 インフォ チャンネル700#43	11:00 まなびのすゝめ～あなたを守る身近なルール～	11:00 インフォ チャンネル700#43	11:00 この坂のぼれば#55	11:00 うらら(橋木版)#496	11:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#50
11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
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 いこいこ選遊-旅タカラジェンヌ 極#38【初回】	13:00 ワイワイ釣り三昧#30	13:00 僕たちの青春ソングス～世界の景色とともに～ #14	13:00 iネット川柳投句しよう #104	13:00 海士X #7	13:00 富山・となみ野のコレが自慢#6(再放送)	13:00 スポコンチャンネル#93
13:15 うらら(茨城版)#69【初回】	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:15 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を追う～ #32	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
14:00 HYPER DASH基地#87・88	14:00 じわもん、万歳! #7	14:00 釣りうえ～ぶ#20	14:00 手づくり花づくりプラス#30(再放送)	14:00 草野忠重の Golf clinic#132【初回】	14:00 防災生活"尊い命を守るために" #9	14:00 レビューOSK #152
14:15 でんえんまる情報局#79	14:30 みんなのテレビ#55	14:30 みんなのテレビ#55	14:30 女子旅#5	14:30 スポコンチャンネル#93	14:30 真券! 競輪魂#18	14:30 日本でいちばん美しい町並#12(再放送)
14:30 防災生活"尊い命を守るために" #9	15:00 田中律子の旅するSUPシーズン4 #11【初回】	15:00 企業のチカラ#29	15:00 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #6	15:00 沖縄よんなな街歩き こんには! ベンビーです。 #38	15:00 東京いろいろの演芸劇場#1(再放送)	15:00 素でどうしよう#48
15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
16:00 沖縄よんなな街歩き こんには! ベンビーです。 #38【初回】	16:00 iネット川柳投句しよう #104	16:00 四方十うおっちゃん#499【初回】	16:00 レビューOSK #152	16:00 出雲のほそ道#19	16:00 オートバックス全日本カート選手権OKクラス2020#3	16:00 佐伯深堀り漫遊記#36
16:30 スポコンチャンネル#93	16:30 出雲のほそ道#19	16:30 夜の街情報番組 イチゲンさんどうでしょう#19	16:30 にんげんのGo! (風景印220景RE)#80	16:30 日本ていばん美しい町並#12(再放送)	16:30 手づくり花づくりプラス#30(再放送)	16:30 草野忠重の Golf clinic#132
17:00 あらぶんちよ散歩#54	17:00 ダムダムおじさんお宝探検隊#2	17:00 街ナカ情報発信! てけてけおじゃマップ#56	17:00 アニーとマルル#59・#60【初回】	17:00 杉山修のハツラツ! #7	17:00 情報! 日本武道館#59	17:00 オートバックス全日本カート選手権OKクラス2020#3
17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
18:00 釣りうえ～ぶ#20【初回】	18:00 インフォ チャンネル700#43	18:00 インフォ チャンネル700#43	18:00 インフォ チャンネル700#43	18:00 インフォ チャンネル700#43	18:00 日本三大美祭 秋の高山祭2019	18:00 あまくま歩人#77
18:30 女子旅#5	18:30 ダムダムおじさんお宝探検隊#2	18:30 ダムダムおじさんお宝探検隊#2	18:30 東京いろいろの演芸劇場#1(再放送)	18:30 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #136	18:30 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #136	18:30 田中律子の旅するSUPシーズン4 #11
19:00 うらら(橋木版)#495	19:00 にんげんのGo! (風景印220景RE)#80【初回】	19:00 ワイワイ釣り三昧#30	19:00 あらぶんちよ散歩#54	19:00 女子旅#5	19:00 情報! 第13期王座戦! (再放送)	19:00 田中律子の旅するSUPシーズン4 #11
19:15 四方十うおっちゃん#498	19:30 手づくり花づくりプラス#29(再放送)	19:30 佐伯深堀り漫遊記#36	19:30 激闘! 第13期王座戦! (再放送)	19:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#50	19:30 レッツゴー! まちっちゃん #114	19:30 レッツゴー! まちっちゃん #114
19:30 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #6	20:00 あまくま歩人#76	20:00 MUSIC PARTY#671【初回】	20:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#50	20:00 僕たちの青春ソングス～世界の景色とともに～ #14	20:00 あらぶんちよ散歩#54	20:00 MUSIC PARTY#671
19:45 未来イノベーション#12	20:30 神保町昭和歌謡倶楽部#30	20:30 沖縄よんなな街歩き こんには! ベンビーです。 #38	20:30 沖縄よんなな街歩き こんには! ベンビーです。 #38	20:30 レビューOSK #152	20:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#50	20:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#50
20:30 神保町昭和歌謡倶楽部#30	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～#7	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#8	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#9	21:00 田中律子の旅するSUPシーズン4 #11	21:00 この坂のぼれば#55
21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#5	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#5	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～#8	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#10	21:30 にんげんのGo! (風景印220景RE)#80	21:30 いこいこ選遊-旅タカラジェンヌ 極#36
21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#5	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#13	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#14	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#15	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#16	21:45 四方十うおっちゃん#499	21:45 四方十うおっちゃん#499
21:45 体操でおうち時間#8	22:00 情報! 日本武道館#59	22:00 情報! 日本武道館#59	22:00 情報! 日本武道館#59	22:00 情報! 第13期王座戦! (再放送)	22:00 夜の街情報番組 イチゲンさんどうでしょう#19	22:00 でんえんまる情報局#79
22:00 情報! 日本武道館#59	22:30 うらら(茨城版)#69	22:30 うらら(茨城版)#69	22:30 うらら(茨城版)#69	22:30 うらら(茨城版)#69	22:15 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を追う～ #32	22:15 四方十うおっちゃん#499
22:30 真券! 競輪魂#18	23:00 住倉カオスの怪談★語ルシズ#3	23:00 劇場映画予告編#253	23:00 原田侑子の 風と気ままに#18	23:00 釣りうえ～ぶ#20	23:00 MUSIC PARTY#671	23:00 MUSIC PARTY#671
23:00 住倉カオスの怪談★語ルシズ#3	23:15 でんえんまる情報局#79	23:15 でんえんまる情報局#79	23:15 気仙沼めつけ #29(再放送)	23:15 気仙沼めつけ #29(再放送)	23:30 オートバックス全日本カート選手権OKクラス2020#3	23:30 オートバックス全日本カート選手権OKクラス2020#3
0:00 レッツゴー! まちっちゃん #114	0:00 原田侑子の 風と気ままに#18	0:00 素でどうしよう#48	0:00 地域を元気に! 無茶さんぼ#28	0:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り	0:00 あなたとく 酒と温泉ふたり旅Season3 #7	0:00 あなたとく 酒と温泉ふたり旅Season3 #7
0:15 街ログアワー #26(再放送)	0:30 真券! 競輪魂#18	0:30 真券! 競輪魂#18	0:30 まなびのすゝめ～あなたを守る身近なルール～ #10	0:30 まなびのすゝめ～あなたを守る身近なルール～ #10	0:30 ダムダムおじさんお宝探検隊#2	0:30 信越トライワーク #380
0:30 佐伯深堀り漫遊記#36	1:00 ABC Australia	1:00 ABC Australia	1:00 ABC Australia	1:00 ABC Australia	1:00 Kochi on TV! #343【初回】	1:00 Kochi on TV! #343
1:00 ABC Australia	2:00 あなたとく 酒と温泉ふたり旅Season3 #7	2:00 あまくま歩人#77【初回】	2:00 あまくま歩人#77【初回】	2:00 Kochi on TV! #342	2:00 真券! 競輪魂#18	2:00 長野県ご当地〇〇対決! #7
2:30 杉山修のハツラツ! #7	2:30 田中律子の旅するSUPシーズン4 #11	2:30 田中律子の旅するSUPシーズン4 #11	2:30 気軽にフィットネス#52【初回】	2:30 気軽にフィットネス#52【初回】	2:30 日本でいちばん美しい町並#12(再放送)	2:30 日本でいちばん美しい町並#12(再放送)
3:00 MUSIC PARTY#670	3:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り	3:00 Kochi on TV! #342	3:00 長野県ご当地〇〇対決! #7	3:00 MUSIC PARTY#671	3:00 実福亭べん「ベベコ」東京2019(後編)(再放送)	3:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り
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 企業のチカラ#29	4:30 信越トライワーク #380	4:30 信越トライワーク #380	4:30 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #6	4:30 杉山修のハツラツ! #7	4:30 地域を元気に! 無茶さんぼ#28	4:30 原田侑子の 風と気ままに#18
			4:45 未来イノベーション#12			4:45 がんばれ!鳥ちゃん!! #19

チャンネル
700 2020年10月編成表
(20200925現在)

10月第5週					
10月26日 月	10月27日 火	10月28日 水	10月29日 木	10月30日 金	10月31日 土
5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#10	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#12	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#13	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#15	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#23	5:00 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#24
5:15 発掘!佐伯の方言大全集#374	5:15 う・ら・ら(橋本版)#496	5:15 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を追う～ #32	5:15 手話で話そう#403・#404	5:15 街ログアワー #29(再放送)	5:15 体操でおうち時間#10
5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	5:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
6:00 i:ネット川柳投げよう #104	6:00 手話で話そう#403・#404	6:00 う・ら・ら(橋本版)#497【初回】	6:00 がんばれ!鳥ちゃん!! #19	6:00 レッツゴー! まちっばちゃん #114	6:00 神保町昭和歌謡倶楽部#30
6:15 げんきでGO! #19	6:15 げんきでGO! #19	6:15 がんばれ!鳥ちゃん!! #19	6:15 がんばれ!鳥ちゃん!! #19		
6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	6:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
7:00 京絵巻 京十色#15	7:00 信越トライワーク #380	7:00 地域を元気に!無茶さんぼ#28	7:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り	7:00 京絵巻 京十色#15	7:00 街ナカ情報発信! てけておじゃマップ#56
7:15 農園ライフ#19				7:15 山はともだち#13	
7:30 みんなのテレビ#55	7:30 まなびのすゝめ～あなたを守る身近なルール～	7:30 発掘!佐伯の方言大全集#375【初回】		7:30 佐伯深堀り漫遊記#36	7:30 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #6
8:00 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #136	8:00 沖縄よんな"街歩き"こんにちは!ペンビーです。#38	8:00 防災生活"暮い命を守るために" #9	8:00 みんなのテレビ#55	8:00 富山・とみな野のコレが自慢#6(再放送)	8:00 i:ネット川柳投げよう #104
8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 体操でおうち時間#10【初回】	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 インフォ チャンネル700#43	9:00 情熱! 日本武道館#59	9:00 インフォ チャンネル700#43
9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 TVSMONDE	9:30 アニーとマルル#1・#1
10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組
10:30 釣りバカZ#31	10:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#50	10:30 この坂のぼれば#55	10:30 劇場映画予告編#254	10:30 劇場映画予告編#254	10:30 劇場映画予告編#255【初回】
11:00 女子旅#5	11:00 インフォ チャンネル700#43	11:00 まなびのすゝめ～あなたを守る身近なルール～	11:00 インフォ チャンネル700#43	11:00 この坂のぼれば#55	11:00 う・ら・ら(橋本版)#497
11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:15 HYPER DASH基地#91・92
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 いにしえ道遠・旅タカラジェンヌ 極#36	13:00 ワイワイ釣り三昧#30	13:00 僕たちの青春ソングス～世界の景色とともに～ #14	13:00 i:ネット川柳投げよう #104	13:00 海士X #7	13:00 富山・とみな野のコレが自慢#6(再放送)
13:15 う・ら・ら(茨城版)#70【初回】					13:15 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を追う～ #32
13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
14:00 HYPER DASH基地#89・90	14:00 じわもん、万歳! #7	14:00 釣りえふ～ぶ#21	14:00 手づくり花づくりプラス#31(再放送)	14:00 草野忠重のGolf clinic#133【初回】	14:00 防災生活"暮い命を守るために" #9
14:15 でんえんまる情報局#79	14:15 体操でおうち時間#9				
14:30 防災生活"暮い命を守るために" #9	14:30 みんなのテレビ#55		14:30 女子旅#5	14:30 スポコンチャンネル#93	14:30 真券! 競輪魂#18
15:00 田中律子の旅するSUPシーズン4 #11	15:00 草野忠重のGolf clinic#132	15:00 企業のチカラ#29	15:00 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #6	15:00 沖縄よんな"街歩き" こんにちは!ペンビーです。#38	15:00 東京いろいろの演芸劇場#1(再放送)
15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	15:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
16:00 沖縄よんな"街歩き" こんにちは!ペンビーです。#38	16:00 i:ネット川柳投げよう #104	16:00 四万十うおっちゃんぐ#500【初回】	16:00 レビューOSK #152	16:00 出雲のほそ道#19	16:00 オートバックス全日本カート選手権OKクラス2020#3
16:30 スポコンチャンネル#93	16:30 出雲のほそ道#19	16:30 夜の街情報番組 イチゲンさんどうでしょう#19	16:30 にんげんのGo!(風景印220景RE)#81	16:30 日本ていばん美しい町並み#1(再放送)	16:30 手づくり花づくりプラス#31(再放送)
17:00 あらぶんちゅ散歩#54	17:00 ダムダムおじさんお宝探検隊#2	17:00 街ナカ情報発信! てけておじゃマップ#56	17:00 アニーとマルル#61・#1【初回】	17:00 杉山修のハツラツ! #7	17:00 情熱! 日本武道館#59
17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
18:00 釣りえふ～ぶ#21【初回】	18:00 インフォ チャンネル700#43	18:00 インフォ チャンネル700#43	18:00 インフォ チャンネル700#43	18:00 インフォ チャンネル700#43	18:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り
19:00 う・ら・ら(橋本版)#496	19:00 にんげんのGo!(風景印220景RE)#81【初回】	19:00 ワイワイ釣り三昧#30	19:00 あらぶんちゅ散歩#54	19:00 女子旅#5	19:00 仙台発! 地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #136
19:15 四万十うおっちゃんぐ#499					
19:30 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #6	19:30 手づくり花づくりプラス#30(再放送)	19:30 佐伯深堀り漫遊記#36	19:30 激闘! 第13期王座戦!(再放送)	19:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#50	19:30 釣りバカZ#31
19:45 未来イノベーション#12					
20:00 街ナカ情報発信! てけておじゃマップ#56	20:00 あまくま歩人#77	20:00 MUSIC PARTY#671	20:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#50	20:00 僕たちの青春ソングス～世界の景色とともに～ #14	20:00 あらぶんちゅ散歩#54
20:30 神保町昭和歌謡倶楽部#30			20:30 沖縄よんな"街歩き" こんにちは!ペンビーです。#38	20:30 レビューOSK #152	20:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#50
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～#13	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#14	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#15	21:00 田中律子の旅するSUPシーズン4 #11	21:00 この坂のぼれば#55
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～#12	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～#16		
21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#19	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#20	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#21	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#22	21:30 にんげんのGo!(風景印220景RE)#81	21:30 いにしえ道遠・旅タカラジェンヌ 極#36
21:45 体操でおうち時間#9	21:45 発掘!佐伯の方言大全集#374	21:45 山はともだち#13	21:45 じわもん、万歳! #7	22:00 激闘! 第13期王座戦!(再放送)	22:00 夜の街情報番組 イチゲンさんどうでしょう#19
22:00 情熱! 日本武道館#59	22:00 長野県ご当地○○対決! #7	22:00 情熱! 日本武道館#59	22:00 実福亭へ瓶「ベコレ東京2019」後編(再放送)	22:00 激闘! 第13期王座戦!(再放送)	22:15 桐原冬夜の生録大自然の旅2～信越自然郷の一年を追う～ #32
22:30 真券! 競輪魂#18		22:30 う・ら・ら(茨城版)#70		22:30 夜の街情報番組 イチゲンさんどうでしょう#19	22:30 出雲のほそ道#19
		22:45 農園ライフ#19		22:45 げんきでGO! #19	
23:00 住倉カオスの怪談★語ルシス#3	23:00 劇場映画予告編#254	23:00 劇場映画予告編#254	23:00 原田侑子の 風と気ままに#18	23:00 釣りえふ～ぶ#21	23:00 MUSIC PARTY#671
	23:15 気仙沼めつけ #29(再放送)	23:15 でんえんまる情報局#79	23:15 気仙沼めつけ #29(再放送)		
	23:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#50	23:30 東京いろいろの演芸劇場#1(再放送)	23:30 オートバックス全日本カート選手権OKクラス2020#3		
0:00 レッツゴー! まちっばちゃん #114	0:00 原田侑子の 風と気ままに#18	0:00 素でどうでしょう#48	0:00 地域を元気に!無茶さんぼ#28	0:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り	0:00 あなたらしく 酒と温泉ふたり旅Season3 #7
	0:15 街ログアワー #28(再放送)				
0:30 佐伯深堀り漫遊記#36	0:30 神保町昭和歌謡倶楽部#30	0:30 真券! 競輪魂#18	0:30 まなびのすゝめ～あなたを守る身近なルール～ #10		0:30 ダムダムおじさんお宝探検隊#2
1:00 ABC Australia	1:00 ABC Australia	1:00 ABC Australia	1:00 ABC Australia	1:00 ABC Australia	1:00 Kochi on TV! #344【初回】
	2:00 あなたらしく 酒と温泉ふたり旅Season3 #7	2:00 あまくま歩人#78【初回】		2:00 Kochi on TV! #343	2:00 真券! 競輪魂#18
2:30 杉山修のハツラツ! #7	2:30 田中律子の旅するSUPシーズン4 #11		2:30 気軽にフィットネス#52【初回】		2:30 日本ていばん美しい町並み#1(再放送)
			2:45 う・ら・ら(茨城版)#70		
3:00 MUSIC PARTY#671	3:00 磯釣りギャラリー 秋の三重県 台風直後の石鯛釣り	3:00 Kochi on TV! #343	3:00 長野県ご当地○○対決! #7	3:00 MUSIC PARTY#671	3:00 実福亭へ瓶「ベコレ東京2019」後編(再放送)
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 企業のチカラ#29	4:30 素でどうでしょう#48	4:30 信越トライワーク #380	4:30 神保シエフと茨城をたべようSEASON6 #6	4:30 杉山修のハツラツ! #7	4:30 地域を元気に!無茶さんぼ#28
			4:45 未来イノベーション#12		