



i ...その週の番組内容の紹介やケーブルテレビからのお知らせを放送します

自治体等からの生活文字番組挿入時間帯(8:25/11:45/12:55/18:55/20:45/23:25)

※番組は予告なく変更する場合がございます
※特別放送などにより、休止となる場合がございます。

時	分	月	火	水	木	金	土	日	
あさ 6	0	伊勢 美し国から							
	15	とちぎ百景 ◇20 とちぎそらさんぽ。							
	25	VAMOS ! 栃木シティ !							
	45	【ご当地健康体操】 今治タオル体操 (愛媛県)	【ご当地健康体操】 天草宝島体操(熊本県)	【ご当地健康体操】 紀の川歩(てくてく) 体操(和歌山県)	【ご当地健康体操】 いきいきちよるちよる 体操(大分県)	【ご当地健康体操】 ダッペイ体操(千葉県)、 やぶからぼうたいそう(兵庫県)	気軽にフィットネス	みさお体操 with JCC GIRLS	
7	0	生FMくらら857 LIVE ON くらら857							
8	0	とちぎHOT ステーション(金) 囲	とちぎHOT ステーション(月) 囲	とちぎHOT ステーション(火) 囲	とちぎHOT ステーション(水) 囲	とちぎHOT ステーション(木) 囲	とちぎHOT ステーション(金) 囲		
	20	Report Tochigi ◇25 栃木市生活文字情報							
	30	う・ら・ら(栃木版) ◇45 おまかせ！1分PR							
	50	おくやみ情報							
9	0	情報ワイド ・ 栃木南中学校 体育祭 ・ 東陽中学校 体育祭 ・ 第56回蔵の街うたごえ喫茶【前編】							
	58	みんなのアルバム							
10	0	とちぎHOT ステーション(金) 囲	とちぎHOT ステーション(月) 囲	とちぎHOT ステーション(火) 囲	とちぎHOT ステーション(水) 囲	とちぎHOT ステーション(木) 囲	とちぎHOTステーション WEEKLY 囲		
	20	とちぎハート体操							
	45	VAMOS ! 栃木シティ !							
11	0	おおきくなったら (※10月20日～「栃木おおきくなったら」は休止)							
	45	栃木市生活文字情報							
	50	おくやみ情報							
12	0	とちぎHOT ステーション(金) 囲	とちぎHOT ステーション(月) 囲	とちぎHOT ステーション(火) 囲	とちぎHOT ステーション(水) 囲	とちぎHOT ステーション(木) 囲	とちぎHOT ステーション(金) 囲		
	20	おまかせ！1分PR ◇25 Report Tochigi ◇30 う・ら・ら(栃木版)							
	45	とちぎ百景 ◇50 とちぎそらさんぽ。							
	55	栃木市生活文字情報							
13	0	壮観劇場 / 特別番組 「FMくらら10周年・特別対談」(※10月20日～11月2日まで放送)							
	30	おまつりニッポン							
14	0	VAMOS ! 栃木シティ !							
	15	VIVA ! KANUMA		HAPPY(佐野)			乗って発見♪ みや巡り		
	30	おおきくなったら (※10月20日～「栃木おおきくなったら」は休止)							
15	0	HAPPY (佐野ケーブルテレビ制作)		VIVA ! KANUMA(鹿沼CATV制作)			とちぎHOTステーション WEEKLY 囲		
	20	WATV NEWS(わたらせTV制作)		15	乗って発見♪ みや巡り(宇都宮CATV制作)				
	20	とちぎ百景							
16	0	生とちぎHOTステーション 平日夕方4時から生放送!!							
	30	【特別番組】 ハビネスプロジェクト(※10月13日～11月2日まで放送)					VAMOS ! 栃木シティ !		
17	0	おおきくなったら (※10月20日～「栃木おおきくなったら」は休止)							
	30	八百万の神							
	45	おまかせ！1分PR							
よる 18	0	とちぎHOT ステーション(月) 囲	とちぎHOT ステーション(火) 囲	とちぎHOT ステーション(水) 囲	とちぎHOT ステーション(木) 囲	とちぎHOTステーション(金) 囲			
	25	Report Tochigi							
	30	う・ら・ら(栃木版)							
	45	おまかせ！1分PR ◇50 安全安心だより ◇55 栃木市生活文字情報 ◇58 AIアナウンサーストレートニュース							
19	0	VAMOS ! 栃木シティ ! ※毎週水曜 午後7時更新							
	15	とちぎそらさんぽ。							
	30	壮観劇場					【特別番組】 ハビネスプロジェクト		
20	0	とちぎHOT ステーション(月) 囲	とちぎHOT ステーション(火) 囲	とちぎHOT ステーション(水) 囲	とちぎHOT ステーション(木) 囲	とちぎHOTステーション(金) 囲			
	20	おまかせ！1分PR							
	28	みんなのアルバム							
	30	う・ら・ら(栃木版) ◇45 栃木市生活文字情報 ◇48 AIアナウンサーストレートニュース							
	50	おくやみ情報							
21	0	情報ワイド ・ 栃木東中学校体育祭 ・ とちぎメディカルセンター市民公開講座 パフォーマンス向上を支えるスポーツ医学 ・ 栃木子ども未来応援プロジェクト							
22	0	情報ワイド ・ 栃木東中学校体育祭 ・ とちぎメディカルセンター市民公開講座 パフォーマンス向上を支えるスポーツ医学 ・ 栃木子ども未来応援プロジェクト							
23	0	とちぎHOT ステーション(月) 囲	とちぎHOT ステーション(火) 囲	とちぎHOT ステーション(水) 囲	とちぎHOT ステーション(木) 囲	とちぎHOT ステーション(金) 囲			
	20	Report Tochigi ◇25 栃木市生活文字情報 ◇28 AIアナウンサーストレートニュース							
	30	安全安心だより ◇35 おまかせ！1分PR ◇40 ふるさと百景 ◇50 おくやみ情報							



1...その週の番組内容の紹介やケーブルテレビからのお知らせを放送します

自治体等からの生活文字番組挿入時間帯(8:25/11:45/12:55/18:55/20:45/23:25)

※番組は予告なく変更する場合がございます
※特別放送などにより、休止となる場合がございます。

時	分	月	火	水	木	金	土	日
あさ 6	0	伊勢 美し国から						
	15	とちぎ百景 ◇20 とちぎそらさんぽ。						
	25	VAMOS ! 栃木シティ !						
	45	【ご当地健康体操】 今治タオル体操 (愛媛県)	【ご当地健康体操】 天草宝島体操(熊本県)	【ご当地健康体操】 紀の川歩(てくてく) 体操(和歌山県)	【ご当地健康体操】 いきいきちよるちよる 体操(大分県)	【ご当地健康体操】 ダッペエ体操(千葉県)、 やぶからぼうたいそう(兵庫県)	気軽にフィットネス	みさお体操 with JCC GIRLS
7	0	生FMくらら857 LIVE ON くらら857						
8	0	とちぎHOT ステーション(金) 画	とちぎHOT ステーション(月) 画	とちぎHOT ステーション(火) 画	とちぎHOT ステーション(水) 画	とちぎHOT ステーション(木) 画	とちぎHOT ステーション(金) 画	
	20	Report Tochigi ◇25 栃木市生活文字情報						
	30	う・ら・ら(栃木版) ◇45 おまかせ ! 1分PR						
	50	おくやみ情報						
9	0	情報ワイド ・合戦場小学校運動会 ・朗読を楽しむ会vol.25ピアノの音色にのせて「生」を読む ・JOINT CONCERT						
	58	みんなのアルバム						
10	0	とちぎHOT ステーション(金) 画	とちぎHOT ステーション(月) 画	とちぎHOT ステーション(火) 画	とちぎHOT ステーション(水) 画	とちぎHOT ステーション(木) 画	とちぎHOTステーション WEEKLY 画	
	20	とちぎハート体操						
45	VAMOS ! 栃木シティ !							
11	0	おおきくなったら (※10月20日～「栃木おおきくなったら」は休止)						
	45	栃木市生活文字情報						
12	0	とちぎHOT ステーション(金) 画	とちぎHOT ステーション(月) 画	とちぎHOT ステーション(火) 画	とちぎHOT ステーション(水) 画	とちぎHOT ステーション(木) 画	とちぎHOT ステーション(金) 画	
	20	おまかせ ! 1分PR ◇25 Report Tochigi ◇30 う・ら・ら(栃木版)						
	45	とちぎ百景 ◇50 とちぎそらさんぽ。						
	55	栃木市生活文字情報						
13	0	おまつりニッポン						
	30	【特別番組】 ハビネスプロジェクト						
14	0	VAMOS ! 栃木シティ !						
	15	VIVA ! KANUMA		HAPPY(佐野)			乗って発見♪ みや巡り	
15	0	HAPPY (佐野ケーブルテレビ制作)		VIVA ! KANUMA(鹿沼CATV制作)			とちぎHOTステーション WEEKLY 画	
	20	WATV NEWS(わたらせTV制作)		乗って発見♪ みや巡り(宇都宮CATV制作)				
	20	とちぎ百景						
	16	0	生とちぎHOTステーション 平日夕方4時から生放送!!					
30		【特別番組】 夜間学校「日曜日の学び舎」					VAMOS ! 栃木シティ !	
17	0	おおきくなったら (※10月20日～「栃木おおきくなったら」は休止)						
	30	八百万の神						
	45	おまかせ ! 1分PR						
よる 18	0	とちぎHOT ステーション(月) 画	とちぎHOT ステーション(火) 画	とちぎHOT ステーション(水) 画	とちぎHOT ステーション(木) 画	とちぎHOTステーション(金) 画		
	25	Report Tochigi						
	30	う・ら・ら(栃木版)						
	45	おまかせ ! 1分PR ◇50 安全安心だより ◇55 栃木市生活文字情報 ◇58 AIアナウンサーストレートニュース						
19	0	VAMOS ! 栃木シティ ! ※毎週水曜 午後7時更新						
	15	とちぎそらさんぽ。						
20	30	壮観劇場					【特別番組】 夜間学校「日曜日の学び舎」	
	0	とちぎHOT ステーション(月) 画	とちぎHOT ステーション(火) 画	とちぎHOT ステーション(水) 画	とちぎHOT ステーション(木) 画	とちぎHOTステーション(金) 画		
	20	おまかせ ! 1分PR						
	28	みんなのアルバム						
	30	う・ら・ら(栃木版) ◇45 栃木市生活文字情報 ◇48 AIアナウンサーストレートニュース						
21	0	とちぎHOTステーション(金) 画						
	20	おまかせ ! 1分PR						
	28	みんなのアルバム						
22	0	う・ら・ら(栃木版) ◇45 栃木市生活文字情報 ◇48 AIアナウンサーストレートニュース						
	50	おくやみ情報						
23	0	情報ワイド ・下都賀地区中学校音楽発表会 ・赤麻小学校運動会 ・真名子小学校運動会 ・栃木第三小学校 学校祭						
	0	とちぎHOT ステーション(月) 画	とちぎHOT ステーション(火) 画	とちぎHOT ステーション(水) 画	とちぎHOT ステーション(木) 画	とちぎHOT ステーション(金) 画		
23	0	Report Tochigi ◇25 栃木市生活文字情報 ◇28 AIアナウンサーストレートニュース						
	30	安全安心だより ◇35 おまかせ ! 1分PR ◇40 ふるさと百景 ◇50 おくやみ情報						