

※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

|    | 月          | 火                      | 水                | 木                | 金                      | 土                  | 日                |
|----|------------|------------------------|------------------|------------------|------------------------|--------------------|------------------|
| 6  | 0          | 気軽にフィットネス              | ご当地健康体操          | 気軽にフィットネス        | ご当地健康体操                | Stella Yoga        | Stella Yoga      |
|    | 15         | みさお体操 with JCC GIRLS   |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 30         | 伊勢 美し国から               |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 45         | 伊勢 美し国から               |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 48         | 伊勢 美し国から               |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 50         | ふるさと百景                 |                  |                  |                        |                    |                  |
| 7  | 55         | う・ら・ら栃木版               |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 0          | う・ら・ら栃木版               |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 10         | 八百万の神                  |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 25         | 八百万の神                  |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 28         | 八百万の神                  |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 30         | 伊勢 美し国から               | 日本神話             | 伊勢 美し国から         | 日本神話                   | 伊勢 美し国から           | 日本神話             |
| 45 | 日本神話       | 出雲弁よもやま話               | 日本神話             | 出雲弁よもやま話         | 日本神話                   | 出雲弁よもやま話           | 日本神話             |
| 8  | 0          | 会社紹介/サービス紹介            |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 12         | 会社紹介/サービス紹介            |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 15         | ましこタウンガイド              |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 20         | ましこタウンガイド              |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 30         | 鳥根の魅力発見!ふるさと うん・いい物語   |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 35         | 鳥根の魅力発見!ふるさと うん・いい物語   |                  |                  |                        |                    |                  |
| 9  | 52         | 推しチャンTV バキ推し番組しょ〜#1.#2 |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 55         | ふるさと百景                 |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 0          | 開局特番                   |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 15         | 開局特番                   |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 30         | 開局特番                   |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 57         | 開局特番                   |                  |                  |                        |                    |                  |
| 10 | 0          | あなたの推し店教えて下さい!         | 乗って発見♪ みや巡り(宇都宮) | HAPPY            | あなたの推し店教えて下さい!         | 乗って発見♪ みや巡り(宇都宮)   | HAPPY            |
|    | 15         | 行ってみっぺ!もおか             | 行ってみっぺ!もおか       | VIVA!KANUMA      | 行ってみっぺ!もおか             | 行ってみっぺ!もおか         | VIVA!KANUMA      |
|    | 30         | HAPPY                  | あなたの推し店教えて下さい!   | 乗って発見♪ みや巡り(宇都宮) | HAPPY                  | あなたの推し店教えて下さい!     | 乗って発見♪ みや巡り(宇都宮) |
|    | 45         | VIVA!KANUMA            | 行ってみっぺ!もおか       | VIVA!KANUMA      | 行ってみっぺ!もおか             | VIVA!KANUMA        | VIVA!KANUMA      |
| 11 | 0          | う・ら・ら栃木版               | もっちゃん            | う・ら・ら結城筑西版       | クッキー                   | う・ら・ら館林版           | 八百万の神            |
|    | 15         | う・ら・ら結城筑西版             | クッキー             | う・ら・ら館林版         | 八百万の神                  | う・ら・ら古河版           | もっちゃん            |
|    | 30         | う・ら・ら館林版               | 八百万の神            | う・ら・ら古河版         | う・ら・ら栃木版               | もっちゃん              | う・ら・ら結城筑西版       |
|    | 45         | う・ら・ら古河版               | う・ら・ら栃木版         | もっちゃん            | う・ら・ら結城筑西版             | クッキー               | う・ら・ら館林版         |
| 12 | 0          | 会社紹介/サービス紹介            |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 12         | 会社紹介/サービス紹介            |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 15         | ましこタウンガイド              |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 20         | ましこタウンガイド              |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 30         | 出雲弁よもやま話               |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 35         | 八百万の神                  |                  |                  |                        |                    |                  |
| 13 | 50         | ふるさと百景                 |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 55         | ふるさと百景                 |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 58         | ふるさと百景                 |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 0          | 乗って発見♪ みや巡り(宇都宮)       | あなたの推し店教えて下さい!   | HAPPY            | 乗って発見♪ みや巡り(宇都宮)       | あなたの推し店教えて下さい!     | HAPPY            |
| 15 | 行ってみっぺ!もおか | 行ってみっぺ!もおか             | VIVA!KANUMA      | 行ってみっぺ!もおか       | 行ってみっぺ!もおか             | VIVA!KANUMA        |                  |
| 30 | おまつりニッポン   | 壮観劇場                   | おまつりニッポン         | 壮観劇場             | おまつりニッポン               | 壮観劇場               |                  |
| 59 | おまつりニッポン   | 壮観劇場                   | おまつりニッポン         | 壮観劇場             | おまつりニッポン               | 壮観劇場               |                  |
| 14 | 0          | この坂のぼれば                | 素でどうでしょう         | みんなのテレビ          | 沖縄の〜探検隊〜あなたのお名前なんですか!? | 亮と優の静岡をゆる〜く走りませんか? | ダムダムおじさんお宝探検隊    |
|    | 15         | この坂のぼれば                | 素でどうでしょう         | みんなのテレビ          | 沖縄の〜探検隊〜あなたのお名前なんですか!? | 亮と優の静岡をゆる〜く走りませんか? | ダムダムおじさんお宝探検隊    |
|    | 30         | 街ナカ情報発信!てけてけおじゃマップ     | 地域を元気に!無茶さんぼ     | 釣りバカZ            | 出雲のほそ道                 | ワイワイ釣り三昧           | ユネスコエコパーク紀行      |
|    | 45         | 街ナカ情報発信!てけてけおじゃマップ     | 地域を元気に!無茶さんぼ     | 釣りバカZ            | 出雲のほそ道                 | ワイワイ釣り三昧           | ユネスコエコパーク紀行      |
| 15 | 0          | 会社紹介/サービス紹介            |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 12         | 会社紹介/サービス紹介            |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 15         | ましこタウンガイド              |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 20         | ましこタウンガイド              |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 30         | 宮城釣り紀行いくすべ【大崎ケーブルテレビ】  |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 35         | 宮城釣り紀行いくすべ【大崎ケーブルテレビ】  |                  |                  |                        |                    |                  |
| 16 | 52         | 推しチャンTV バキ推し番組しょ〜#3.#4 |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 55         | ふるさと百景                 |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 0          | う・ら・ら栃木版               | もっちゃん            | う・ら・ら結城筑西版       | クッキー                   | う・ら・ら館林版           | 八百万の神            |
|    | 15         | う・ら・ら結城筑西版             | クッキー             | う・ら・ら館林版         | 八百万の神                  | う・ら・ら古河版           | もっちゃん            |
| 30 | う・ら・ら館林版   | 八百万の神                  | う・ら・ら古河版         | う・ら・ら栃木版         | もっちゃん                  | う・ら・ら結城筑西版         |                  |
| 45 | う・ら・ら古河版   | う・ら・ら栃木版               | もっちゃん            | う・ら・ら結城筑西版       | クッキー                   | う・ら・ら館林版           |                  |
| 17 | 0          | 県政ピックアップ/まるわかり!とちぎ     |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 15         | 県政ピックアップ/まるわかり!とちぎ     |                  |                  |                        |                    |                  |
|    | 30         | ゴーゴー!のりものタウン           |                  |                  |                        | 壮観劇場               |                  |
|    | 45         | 日本神話                   |                  |                  |                        |                    |                  |
| 59 | 日本神話       |                        |                  |                  |                        |                    |                  |

|    |    |                                   |                  |                  |                |                       |                  |                |
|----|----|-----------------------------------|------------------|------------------|----------------|-----------------------|------------------|----------------|
| 18 | 0  | 会社紹介/サービス紹介                       |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 12 | ましこタウンガイド                         |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 15 | 伊勢 美し国から                          |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 20 | 八百万の神                             |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 30 | ふるさと百景                            |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 58 |                                   |                  |                  |                |                       |                  |                |
| 19 | 0  | 開局特番                              |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 15 |                                   |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 30 |                                   |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 57 |                                   |                  |                  |                |                       |                  |                |
| 20 | 0  | あなたの推し店教えて下さい!                    | 乗って発見♪ みや巡り(宇都宮) | HAPPY            | あなたの推し店教えて下さい! | 乗って発見♪ みや巡り(宇都宮)      | HAPPY            | あなたの推し店教えて下さい! |
|    | 15 | 行ってみっぺ!もおか                        |                  | VIVA!KANUMA      | 行ってみっぺ!もおか     |                       | VIVA!KANUMA      | 行ってみっぺ!もおか     |
|    | 30 | HAPPY                             |                  | 乗って発見♪ みや巡り(宇都宮) | HAPPY          |                       | 乗って発見♪ みや巡り(宇都宮) | HAPPY          |
|    | 45 | VIVA!KANUMA                       | あなたの推し店教えて下さい!   | 行ってみっぺ!もおか       | VIVA!KANUMA    | あなたの推し店教えて下さい!        | 行ってみっぺ!もおか       | VIVA!KANUMA    |
| 21 | 0  | 壮観劇場                              | おまつりニッポン         | 壮観劇場             | おまつりニッポン       | 壮観劇場                  | おまつりニッポン         | 壮観劇場           |
|    | 29 |                                   |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 30 | おまつりニッポン                          | 壮観劇場             | おまつりニッポン         | 壮観劇場           | おまつりニッポン              | 壮観劇場             | おまつりニッポン       |
|    | 59 |                                   |                  |                  |                |                       |                  |                |
| 22 | 0  | 会社紹介/サービス紹介                       |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 12 | ましこタウンガイド                         |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 15 | 魅せます!とちブラ                         |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 20 | 魅せます!とちブラ                         |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 30 | 魅せます!とちブラ                         |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 55 | 推しチャンTV バキ推し番組しょ〜#5.#6            |                  |                  |                |                       |                  |                |
| 23 | 0  | 釣りバカ                              |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 27 | 釣りバカ                              |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 30 | 出雲弁よもやま話                          | 日本神話             | 出雲弁よもやま話         | 日本神話           | 出雲弁よもやま話              | 日本神話             | 出雲弁よもやま話       |
|    | 45 | 日本神話                              | 伊勢 美し国から         | 日本神話             | 伊勢 美し国から       | 日本神話                  | 伊勢 美し国から         | 日本神話           |
| 24 | 0  | QVC                               |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 55 | QVC                               |                  |                  |                |                       |                  |                |
| 1  | 0  | う・ら・ら栃木版                          | もっちゃん            | う・ら・ら結城筑西版       | クッキー           | う・ら・ら館林版              | 八百万の神            | う・ら・ら古河版       |
|    | 15 | う・ら・ら結城筑西版                        | クッキー             | う・ら・ら館林版         | 八百万の神          | う・ら・ら古河版              | う・ら・ら栃木版         | もっちゃん          |
|    | 30 | う・ら・ら館林版                          | 八百万の神            | う・ら・ら古河版         | う・ら・ら栃木版       | もっちゃん                 | う・ら・ら結城筑西版       | クッキー           |
|    | 45 | う・ら・ら古河版                          | う・ら・ら栃木版         | もっちゃん            | う・ら・ら結城筑西版     | クッキー                  | う・ら・ら館林版         | 八百万の神          |
| 2  | 0  | 会社紹介/サービス紹介                       |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 12 | ましこタウンガイド                         |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 15 | ましこタウンガイド                         |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 20 | 宮城釣り紀行いくすべ【大崎ケーブルテレビ】             |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 30 | 宮城釣り紀行いくすべ【大崎ケーブルテレビ】             |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 55 | ふるさと百景                            |                  |                  |                |                       |                  |                |
| 3  | 0  | 県政ピックアップ/まるわかり!とちぎ                |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 15 | 魅せます!とちブラ                         |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 30 | もっちゃん                             | 行ってみっぺ!もおか       | もっちゃん            | 行ってみっぺ!もおか     | もっちゃん                 | 行ってみっぺ!もおか       | もっちゃん          |
|    | 45 | 行ってみっぺ!もおか                        | もっちゃん            | 行ってみっぺ!もおか       | もっちゃん          | 行ってみっぺ!もおか            | もっちゃん            | 行ってみっぺ!もおか     |
| 4  | 0  | 会社紹介/サービス紹介                       |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 12 | ましこタウンガイド                         |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 15 | ましこタウンガイド                         |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 20 | 島根の魅力発見!ふるさと うん・いい物語【雲南市・飯南町事務組合】 |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 30 | 島根の魅力発見!ふるさと うん・いい物語【雲南市・飯南町事務組合】 |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 58 | ふるさと百景                            |                  |                  |                |                       |                  |                |
| 5  | 0  | ちよりっぶナビゲーション<br>〜町中華飲み歩き〜         | やまなしワイン前奏曲       | 山梨ぐるりん散歩         | 八百万の神          | 桐原冬夜の生録大自然の旅          | 伊勢 美し国から         | 出雲のほそ道         |
|    | 15 |                                   | う・ら・ら(栃木版)       |                  | う・ら・ら(茨城版)     | つばたdeサイエンス<br>Season7 | 宮坂七郎のいいとこ巡り      |                |
|    | 30 | お役立ち生活情報もしくはその他番組                 |                  |                  |                |                       |                  |                |
|    | 45 | お役立ち生活情報もしくはその他番組                 |                  |                  |                |                       |                  |                |