

	月曜	火曜～金曜	土曜	日曜
6	00 ads.news 日曜号(再放送)	00 ads.news 前日号(再放送)	00 ads.news 金曜号(再放送)	00
	15 名張青山 歴史街道をゆく	15 名張青山 歴史街道をゆく	15 名張青山 歴史街道をゆく	15
	30 道標 ～リーダーたちの選択～	30 もっと! 水の惑星紀行	30 歴史街道 ～わたしたちのまちの歴史と文化～	30 ads.news 1週間(再放送)
	45 tip off! トップを目指せ! RAMPOLE三重	45 ぐるぐるグルメ	45 お店タウンマップ いいね!	45
7	00	00	00	00
	15	15	15 ケーブルネットワークみえ	15 名張青山 歴史街道をゆく
	30	30	30	30 水の惑星 45ナナちゃん
	ads.FM [morning catch] ※ TVで同時生放送	ads.FM [morning catch] ※ TVで同時生放送		
8	00 ads.news 金曜号(再放送)	00 ads.news 金曜号(再放送)	00 ads.news 金曜号(再放送)	00
	15 メディ★ナバ	15 メディ★ナバ	15 メディ★ナバ	15
	30 ナナちゃんのお店紹介	30 eスポMANIA	30 名張青山 歴史街道をゆく	30
	45 あっ これみよっ	45 歴史街道 ～わたしたちのまちの歴史と文化～	45 tip off! トップを目指せ! RAMPOLE三重	45
9	00 ads.news 日曜号(再放送)	00 ads.news 前日号(再放送)	00 ads.news 金曜号(再放送)	00
	15 メディ★ナバ	15 メディ★ナバ	15 ハイスchoolパレット	15
	30 ナナちゃんのお店紹介	30 eスポMANIA	30 名張青山 歴史街道をゆく	15 tip off! トップを目指せ! RAMPOLE三重
	45 あっ これみよっ	45 歴史街道 ～わたしたちのまちの歴史と文化～	45 tip off! トップを目指せ! RAMPOLE三重	45
10	00 ひやわんとダンス!◇05ウイズガス	00 ひやわんとダンス!◇05ウイズガス	00	00
	15 eスポMANIA	15 知りたい! みんなの県政	15 ads.FM [weekend mix] ※TVで同時生放送	15 ads.FM [weekend mix] ※TVで同時生放送
	30 道標 ～リーダーたちの選択～	30 tip off! トップを目指せ! RAMPOLE三重	30	30
	45 知りたい! みんなの県政	45 ハイスchoolパレット	45	45
11	00 ads.news 日曜号(再放送)	00 ads.news 前日号(再放送)	00 ads.news 金曜号(再放送)	00
	15 お店タウンマップ いいね!	15 ナナちゃんのお店紹介	15 eスポMANIA	15
	30 けーぶるにっぽん 彩-JAPAN	30 道標 ～リーダーたちの選択～	30 名張青山 歴史街道をゆく	30
	45	45 お店タウンマップ いいね!	45 ウイズガスクッキング	45
12	00 ads.news 日曜号(再放送)	00 ads.news 前日号(再放送)	00 ads.news 金曜号(再放送)	00
	15 メディ★ナバ	15 メディ★ナバ	15 知りたい! みんなの県政	15
	30 ハイスchoolパレット	30	30 ハイスchoolパレット	30
	45 名張青山 歴史街道をゆく	45	45 メディ★ナバ	45
13	00 ads.news 日曜号(再放送)	00 ICT週間ダイジェスト	00	00
	15 eスポMANIA	15	15	15
	30 RAMPOLE三重 ◇45わたしたちのまち	30	30 ads.news 1週間(初回放送)	30 ads.news 1週間(再放送)
	45	45	45	45
14	00 ひやわんとダンス!◇05ウイズガス	00 ひやわんとダンス!◇05ウイズガス	00	00
	15 もっと! 水の惑星紀行	15 もっと! 水の惑星紀行	15 tip off! トップを目指せ! RAMPOLE三重	15 名張青山 歴史街道をゆく
	30 けーぶるにっぽん 彩-JAPAN	30 けーぶるにっぽん 彩-JAPAN	30 道標 ～リーダーたちの選択～	30 ウイズガスクッキング
	45	45	45 もっと! 水の惑星紀行	45 道標 ～リーダーたちの選択～
15	00 ウイズガスクッキング	00 ウイズガスクッキング	00	00
	15 名張青山 歴史街道をゆく	15 tip off! トップを目指せ! RAMPOLE三重	15 ads.news 1週間(再放送)	15
	30	30 あっ これみよっ	30	30 ケーブルネットワークみえ
	45	45 eスポMANIA	45	45
16	00 ICT週間ダイジェスト	00	00	00
	15	15 ケーブルネットワークみえ	15 名張青山 歴史街道をゆく	15
	30	30	30 お店タウンマップ いいね!	30 ads.news 1週間(再放送)
	45	45	45 あっ これみよっ	45
17	00 ads.news 日曜号(再放送)	00 ads.news 前日号(再放送)	00 eスポMANIA	00
	15 ハイスchoolパレット	15 ウイズガスクッキング	15 ナナちゃんのお店紹介	15 tip off! トップを目指せ! RAMPOLE三重
	30 わたしたちのまち◇45 eスポMANIA	30 けーぶるにっぽん 彩-JAPAN	30 道標 ◇45ウイズガス	30 メディ★ナバ ◇45ウイズガス
	45	45	45	45
18	00 ads.news 月曜号(初回放送)	00 ads.news 当日号(初回放送)	00	00 ads.news 日曜号(初回放送)
	15 tip off! トップを目指せ! RAMPOLE三重	15 名張青山 歴史街道をゆく	15	15 あっ これみよっ
	30 道標 ～リーダーたちの選択～	30 eスポMANIA	30 ads.news 1週間(再放送)	30
	45 名張青山 歴史街道をゆく	45 道標 ～リーダーたちの選択～	45	45 けーぶるにっぽん 彩-JAPAN
19	00 ads.news 月曜号(再放送)	00 ads.news 当日号(再放送)	00	00 ads.news 日曜号(再放送)
	15 あっ これみよっ	15 tip off! トップを目指せ! RAMPOLE三重	15 知りたい! みんなの県政	15
	30 知りたい! みんなの県政	30 あっ これみよっ	30 ハイスchoolパレット	15 ぐるぐるグルメ
	45 ぐるぐるグルメ	45 もっと! 水の惑星紀行	45 tip off! トップを目指せ! RAMPOLE三重	45 tip off! トップを目指せ! RAMPOLE三重
20	00 ads.news 月曜号(再放送)	00 ads.news 当日号(再放送)	00	00 ads.news 日曜号(再放送)
	15 もっと! 水の惑星紀行	15 知りたい! みんなの県政	15	15 eスポMANIA
	30 ウイズガスクッキング	30 ハイスchoolパレット	30 ads.news 1週間(再放送)	30 ナナちゃんのお店紹介
	45 メディ★ナバ	45 メディ★ナバ	45	45 道標 ～リーダーたちの選択～
21	00 ads.news 月曜号(再放送)	00 ads.news 当日号(再放送)	00	00 ads.news 日曜号(再放送)
	15 tip off! トップを目指せ! RAMPOLE三重	15 お店タウンマップ いいね!	15 歴史街道 ～わたしたちのまちの歴史と文化～	15 知りたい! みんなの県政
	30 ハイスchoolパレット	30 名張青山 歴史街道をゆく	30 あっ これみよっ	30 ウイズガスクッキング
	45 お店タウンマップ いいね!	45 ウイズガスクッキング	45 eスポMANIA	45 歴史街道 ～わたしたちのまちの歴史と文化～
22	00 ads.news 月曜号(再放送)	00 ads.news 当日号(再放送)	00	00 ads.news 日曜号(再放送)
	15 道標 ～リーダーたちの選択～	15 tip off! トップを目指せ! RAMPOLE三重	15 ケーブルネットワークみえ	15
	30 eスポMANIA	30 eスポMANIA	30	15 ハイスchoolパレット
	45 ナナちゃんのお店紹介	45 ナナちゃんのお店紹介	45	30 お店タウンマップ いいね!
23	00 ads.news 月曜号(再放送)	00 ads.news 当日号(再放送)	00	00 ads.news 日曜号(再放送)
	15 知りたい! みんなの県政	15 ハイスchoolパレット	15	15 tip off! トップを目指せ! RAMPOLE三重
	30 名張青山 歴史街道をゆく	30 道標 ～リーダーたちの選択～	30 ads.news 1週間(再放送)	30 eスポMANIA
	45 tip off! トップを目指せ! RAMPOLE三重	45 歴史街道 ～わたしたちのまちの歴史と文化～	45	45 名張青山 歴史街道をゆく
0	00 ads.news 月曜号(再放送)	00 ads.news 当日号(再放送)	00	00 ads.news 日曜号(再放送)
	15 ハイスchoolパレット	15 名張青山 歴史街道をゆく	15 知りたい! みんなの県政	15 知りたい! みんなの県政
	30 道標 ◇45 eスポMANIA	30 けーぶるにっぽん 彩-JAPAN	30 ぐるぐるグルメ◇45ナナちゃん	30 道標◇45わたしたちのまち
	45	45	45	45
1	00	00 news 当日(再) ◇15ナナちゃん	00	00
	15	15 わたしたちのまち◇45道標	30 ads.news 1週間(再放送)	30
	30 ICT週間ダイジェスト	30 ぐるぐるグルメ	00	00 ads.news 日曜号(再放送)
	45	45	45	45
2	00	00	00	00
	15	15	15	15
	30 ウイズガスクッキング	30	30	30
	45 ハイスchoolパレット	45	45	45
3	00 ads.news 月曜号(再放送)	00 ICT週間ダイジェスト	00 ICT週間ダイジェスト	00 ICT週間ダイジェスト
	15 もっと! 水の惑星紀行	15	15	15
	30 けーぶるにっぽん 彩-JAPAN	30	30	30
	45	45	45	45
4	00 ケーブルネットワークみえ	00 ケーブルネットワークみえ	00 ケーブルネットワークみえ	00 ケーブルネットワークみえ
	15	15	15	15
	30	30	30	30
	45	45	45	45
5	00 news 月曜(再) ◇15ぐるぐるグルメ	00 news 当日(再) ◇15ぐるぐるグルメ	00 けーぶるにっぽん 彩-JAPAN	00 news 日曜(再) ◇15わたしたちのまち
	15 ナナちゃん◇45わたしたちのまち	15 ナナちゃん◇45わたしたちのまち	30 ウイズガス◇45わたしたちのまち	30 けーぶるにっぽん 彩-JAPAN
	30	30	30	30
	45	45	45	45

※都合により、番組の内容、日時が変更あるいは放送が中止されることがあります。ご了承ください。