

	月	火	水	木	金	土	日
7	生放送 morning catch ads.channel 同時放送 ⑨三木智史 ⑩水河原志穂 ⑪金三木智史					00 みえ4局ご当地ナビ	00 カジュアルにクラシック
8	00 ads.news 20 うちの天使 30 知りたいみんなの県政 40 メディ★ナバ 50 マイタウンなばり					30 有馬弓子のほっとソングタイム 50 図書館だより	00 的場流 伝説のロック! 魂のジャズ!
9	00 ads.news 20 うちの天使 30 全力!少年少女 40 メディ★ナバ 50 マイタウンなばり					00 的場流 伝説のロック! 魂のジャズ!	00 みえ4局ご当地ナビ 30 知りたい!みんなの県政 50 なばドラの「ひろしチャンネル」
10	リメンバー・ミュージック (邦楽70~80年代)					00 ads.news	00 菊地夏のしょーとES
11	00 名張市物産振興会 10 なばドラの「ひろしチャンネル」 20 警察署だより(交通) 30 菊地夏のしょーとES 50 メディ★ナバ					00 有馬弓子のほっとソングタイム 20 スクールオブジョイ 30 図書館だより 40 警察署だより(交通) 50 なばドラの「ひろしチャンネル」	00 菊地夏のしょーとES 20 RAMPOLE三重 30 全力!少年少女 40 スクールオブジョイ 50 マイタウンなばり
12	生放送 banwago station 火曜日 12:20 名張市物産振興会の隠お宝発見! 水曜日 12:20 名張れ! コータロー! ⑨北山ヒロト ⑩河原志穂 ⑪金原愛子 ⑫野上峰 ⑬森嗣美					00 名張市物産振興会 10 なばドラの「ひろしチャンネル」 20 警察署だより(交通) 30 菊地夏のしょーとES 50 メディ★ナバ	00 有馬弓子のほっとソングタイム 20 スクールオブジョイ 30 RAMPOLE三重 40 アサネット倶楽部 50 名張市物産振興会
13	00 ads.news 20 警察署だより(生安) 30 うちの天使 40 山のめぐみ舎 50 マイタウンなばり					00 有馬弓子のほっとソングタイム 20 スクールオブジョイ 30 RAMPOLE三重 40 アサネット倶楽部 50 名張市物産振興会	00 カジュアルにクラシック 的場流 伝説のロック! 魂のジャズ!
14	生放送 a-time 金曜日 14:20 名張市観光協会と週末ガイド ⑨柚木伸介 ⑩森本順子 ⑪栗山裕康 ⑫高田洋子 ⑬余田幸子					00 歌の散歩道 正昭がゆく 20 スクールオブジョイ 30 みえ4局ご当地ナビ	00 みえ4局ご当地ナビ 30 警察署だより(生安) 40 メディ★ナバ 50 スクールオブジョイ
15	生放送 marutoku ギュギュっと5min ads.channel 同時放送 ⑨北山ヒロト ⑩河原志穂 ⑪金原愛子 ⑫野上峰 ⑬森嗣美					00 ads.news 20 警察署だより(生安) 30 うちの天使 40 山のめぐみ舎 50 マイタウンなばり	00 アサネット倶楽部 10 警察署だより(交通) 20 図書館だより 30 かがやけみらいの放送局 50 マイタウンなばり
16	生放送 アフタヌーンパラダイス ⑨岸田敏志 ⑩辛島美登里 ⑪沢田知可子 ⑫杉真理 ⑬高山巖					00 歌の散歩道 正昭がゆく 20 全力!少年少女 30 警察署だより(交通) 40 菊地夏のしょーとES	00 名張れ! コータロー! 10 スクールオブジョイ 20 全力!少年少女 30 アサネット倶楽部 40 有馬弓子のほっとソングタイム 50 マイタウンなばり
17	生放送 ads.news ads.channel 同時放送 ⑨柚木伸介 ⑩森本順子 ⑪栗山裕康 ⑫高田洋子 ⑬余田幸子					00 的場流 伝説のロック! 魂のジャズ!	00 的場流 伝説のロック! 魂のジャズ!
18	00 アサネット倶楽部 30 歌の散歩道 正昭がゆく 50 マイタウンなばり					00 山めぐみ舎 10 メディ★ナバ 20 アサネット倶楽部	00 山めぐみ舎 10 メディ★ナバ 20 アサネット倶楽部

※19:00~翌7:00までは放送を休止しています。

※番組名は一部省略して表記しています。

・菊地夏のしょーとES ⇒ 菊地夏のしょーとENDLESS SUMMER ・名張市物産振興会 ⇒ 名張市物産振興会の隠お宝発見! ・ランポーレ三重⇒tip off!トップを目指せRAMPOLE三重
・山のめぐみ舎⇒ 家族がしあわせになる家づくりじんちゃんハッピーリフォーム ・アサネット倶楽部⇒まごころお届け!アサネット倶楽部
・メディ★ナバ⇒メディ★ナバ~あれこわい ちょっと知っとこ健康チャンネル~