

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

※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。