




































































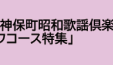










イキテレちゃんねるガイド

11ch

※諸事情により放送番組の変更もございます。ご了承ください。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	00 カメラの目	00 カメラの目	00 カメラの目	00 カメラの目	00 カメラの目	00 カメラの目	00 カメラの目
	05 うらふれ体操 (メタボ予防バージョン)	05 うらふれ体操 (転倒骨折予防バージョン)	05 うらふれ体操 (メタボ予防バージョン)	05 うらふれ体操 (転倒骨折予防バージョン)	05 うらふれ体操 (メタボ予防バージョン)	05 うらふれ体操 (転倒骨折予防バージョン)	05 うらふれ体操 (メタボ予防バージョン)
6	10 水害から命を守る12 「水害経験者は語る『第2の避難場所』を決めよう」	14 SHOKOの健康ピラティス	10 水害から命を守る12 「水害経験者は語る『第2の避難場所』を決めよう」	14 SHOKOの健康ピラティス	10 水害から命を守る12 「水害経験者は語る『第2の避難場所』を決めよう」	14 SHOKOの健康ピラティス	10 水害から命を守る12 「水害経験者は語る『第2の避難場所』を決めよう」
	14 家でできる介護予防体操 ①		14 家でできる介護予防体操 ②		14 家でできる介護予防体操 ①		14 家でできる介護予防体操 ②
	29 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」	29 神保町昭和歌謡倶楽部 「安全地帯特集」	29 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」	29 神保町昭和歌謡倶楽部 「安全地帯特集」	29 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」	29 神保町昭和歌謡倶楽部 「安全地帯特集」	29 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」
7	00 宮崎市広報番組「きらっと宮崎」	00 宮崎市広報番組「きらっと宮崎」	00 宮崎市広報番組「きらっと宮崎」	00 宮崎市広報番組「きらっと宮崎」	00 宮崎市広報番組「きらっと宮崎」	00 宮崎市広報番組「きらっと宮崎」	00 宮崎市広報番組「きらっと宮崎」
	30 神主と学ぶ 日本神話 #5 「国生みと神生み」	30 わらしべちゃんねる #7 「九尾の狐と源義和向」	30 神主と学ぶ 日本神話 #5 「国生みと神生み」	30 わらしべちゃんねる #7 「九尾の狐と源義和向」	30 神主と学ぶ 日本神話 #5 「国生みと神生み」	30 わらしべちゃんねる #7 「九尾の狐と源義和向」	30 神主と学ぶ 日本神話 #5 「国生みと神生み」
	45 プレイン博士の脳トレ研究所 Vol.4	45 プレイン博士の脳トレ研究所 Vol.4	45 プレイン博士の脳トレ研究所 Vol.4	45 プレイン博士の脳トレ研究所 Vol.4	45 プレイン博士の脳トレ研究所 Vol.4	45 プレイン博士の脳トレ研究所 Vol.4	45 プレイン博士の脳トレ研究所 Vol.4
	55 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	55 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	55 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	55 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	55 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	55 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	55 こちら県庁広報2課 (毎週更新)
8	CATVデリバリー 00 新霧島放浪記 真冬の韓国岳登山編(後編)	CATVデリバリー 00 50才からのエンジョイゴルフ	CATVデリバリー 00 新霧島放浪記 真冬の韓国岳登山編(後編)	CATVデリバリー 00 50才からのエンジョイゴルフ	CATVデリバリー 00 新霧島放浪記 真冬の韓国岳登山編(後編)	00  (再)	00  (再)
	22 おうちでフィットネス 「簡単エアロと肩こりすっきりストレッチ」		22 おうちでフィットネス 「簡単エアロと肩こりすっきりストレッチ」		22 おうちでフィットネス 「簡単エアロと肩こりすっきりストレッチ」		10 IKI IKI Kids (再)
	CATVデリバリー 33 爆旅道中記 #6 「子どもと楽しむ天草のお出かけプランを探る旅」 【前編】	CATVデリバリー 29 あいラブせんりゅう	CATVデリバリー 33 爆旅道中記 #6 「子どもと楽しむ天草のお出かけプランを探る旅」 【前編】	CATVデリバリー 29 あいラブせんりゅう	CATVデリバリー 33 爆旅道中記 #6 「子どもと楽しむ天草のお出かけプランを探る旅」 【前編】	30 昭和歌謡四方山話  (再)	30 昭和歌謡四方山話  (再)
9	00 秋本奈緒美が行く 日本名水巡りの旅! #6 栃木	00 秋本奈緒美が行く 日本名水巡りの旅! #6 栃木	00 IKI IKI Kids (再)			00 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」	00 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」
	30 昭和歌謡四方山話 	30 宮崎のうまかもん 	10 宮崎っ子の昼休み (再)			30 神保町昭和歌謡倶楽部 「安全地帯特集」	30 神保町昭和歌謡倶楽部 「安全地帯特集」
		45 宮崎の歴史散歩 	15 IKI STORY (再)				
			25 政府インターネットテレビ 「ピックアップ」				
			29 クロスロード ～人生と車の交差点 【第46回番組アワード 奨励賞】				
10				00 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」	00 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」	00  (再)	00  (再)
				30 神保町昭和歌謡倶楽部 「安全地帯特集」	30 神保町昭和歌謡倶楽部 「安全地帯特集」	10 IKI IKI Kids (再)	10 宮崎の歴史散歩 (再)
						20 宮崎っ子の昼休み (再)	
						25 IKI STORY (再)	25 
						35  (再)	30 昭和歌謡四方山話  (再)
						55 	

11	CATVデリバリー 00 SHOKOの健康ピラティス #7	CATVデリバリー 00 伊勢美し国から 忍者ゆかりの社寺巡りその1	CATVデリバリー 00 SHOKOの健康ピラティス #7	00  (生放送)	00  (初回放送)			11
	CATVデリバリー 14 NAGASAKI水中散歩 「カンパチウォール」	CATVデリバリー 15 ナチュラルフードクッキング 『アーモンドミルクの洋風なべ』	CATVデリバリー 14 NAGASAKI水中散歩 「カンパチウォール」	10 	30 刻の遺産 からくり人形作家 山崎津義 【第46回番組アワード 奨励賞】			
	CATVデリバリー 30 この坂のほれば	CATVデリバリー 30 釣りバカZ	CATVデリバリー 30 この坂のほれば	30 秋本奈緒美が行く 日本名水巡りの旅！ #6 栃木	45 寺山修司をよむ 第二章			
12	 (生放送)	00 ブレイン博士の脳トレ研究所 Vol.4	00 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」	CATVデリバリー 00 伊勢美し国から 忍者ゆかりの社寺巡りその1	CATVデリバリー 00 SHOKOの健康ピラティス #7	00  (再)	00  (再)	12
	30 クロスロード ～人生と車の交差点 【第46回番組アワード 奨励賞】	15 SHOKOの健康ピラティス	00 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」	CATVデリバリー 15 ナチュラルフードクッキング 『アーモンドミルクの洋風なべ』	CATVデリバリー 14 NAGASAKI水中散歩 「カンパチウォール」	30 秋本奈緒美が行く 日本名水巡りの旅！ #6 栃木	30 秋本奈緒美が行く 日本名水巡りの旅！ #6 栃木	
	00 寺山修司をよむ 第二章	00 香岐のうまかもん  (再)	00 IKI IKI Kids (再)	CATVデリバリー 30 釣りバカZ	CATVデリバリー 30 この坂のほれば	30 秋本奈緒美が行く 日本名水巡りの旅！ #6 栃木	30 秋本奈緒美が行く 日本名水巡りの旅！ #6 栃木	
13	15 刻の遺産 からくり人形作家 山崎津義 【第46回番組アワード 奨励賞】	00 香岐のうまかもん  (再)	10 香岐っ子の昼休み (再)	00  (再)	00  (再)	00 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」	10 IKI STORY (再)	13
	30 昭和歌謡四方山話  (再)	15 香岐の歴史散歩 (再)	15 IKI STORY (再)	10  (再)	30 刻の遺産 からくり人形作家 山崎津義 【第46回番組アワード 奨励賞】	30 神保町昭和歌謡倶楽部 「安全地帯特集」	20 IKI IKI Kids (再)	
	30 秋本奈緒美が行く 日本名水巡りの旅！ #6 栃木	30 秋本奈緒美が行く 日本名水巡りの旅！ #6 栃木	44 寺山修司をよむ 第二章	30 秋本奈緒美が行く 日本名水巡りの旅！ #6 栃木	44 寺山修司をよむ 第二章	44 寺山修司をよむ 第二章	45 香岐のうまかもん  (再)	
14	00 香岐市広報番組「きらっと香岐」	00 香岐市広報番組「きらっと香岐」	00 香岐市広報番組「きらっと香岐」	00 香岐市広報番組「きらっと香岐」	00 香岐市広報番組「きらっと香岐」	00 香岐市広報番組「きらっと香岐」	00 香岐市広報番組「きらっと香岐」	14
	30 神主と学ぶ 日本神話 #5「国生みと神生み」	30 わらしべちゃんねる #7「九尾の狐と源義和尚」	30 神主と学ぶ 日本神話 #5「国生みと神生み」	30 わらしべちゃんねる #7「九尾の狐と源義和尚」	30 神主と学ぶ 日本神話 #5「国生みと神生み」	30 わらしべちゃんねる #7「九尾の狐と源義和尚」	30 神主と学ぶ 日本神話 #5「国生みと神生み」	
	45 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	45 家でできる介護予防体操 ※府筋運動	45 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	45 家でできる介護予防体操 ※府筋運動	45 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	45 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	45 家でできる介護予防体操 ※府筋運動	
15	 (再放送)	00 IKI IKI Kids (再)	00  (再)	00 IKI IKI Kids (再)	00  (再)	00  (再)	00  (再)	15
	30 刻の遺産 からくり人形作家 山崎津義 【第46回番組アワード 奨励賞】	15 おうちでフィットネス 「簡単エアロと肩こりすっきりストレッチ」	20 おうちでフィットネス 「簡単エアロと肩こりすっきりストレッチ」	15 おうちでフィットネス 「簡単エアロと肩こりすっきりストレッチ」	25 水害から命を守る12 「水害経験者は語る『第2の避難場所』を決めよう」	10 IKI STORY (再)	20 IKI IKI Kids (再)	
	45 おうちでフィットネス 「簡単エアロと肩こりすっきりストレッチ」	30 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」	30 神保町昭和歌謡倶楽部 「安全地帯特集」	30 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」	30 神保町昭和歌謡倶楽部 「安全地帯特集」	30 昭和歌謡四方山話  (再)	30 昭和歌謡四方山話  (再)	
16								16

17	CATVデリバリー 00 新霧島放送記 真冬の韓国岳登山編(後編)	CATVデリバリー 00 50才からのエンジョイゴルフ	CATVデリバリー 30 新霧島放送記 真冬の韓国岳登山編(後編)	CATVデリバリー 00 50才からのエンジョイゴルフ	CATVデリバリー 30 新霧島放送記 真冬の韓国岳登山編(後編)	00 おうちでフィットネス 「簡単エアロと肩こりすっきりストレッチ」	00 おうちでフィットネス 「簡単エアロと肩こりすっきりストレッチ」
	22 おうちでフィットネス 「簡単エアロと肩こりすっきりストレッチ」		22 おうちでフィットネス 「簡単エアロと肩こりすっきりストレッチ」		22 おうちでフィットネス 「簡単エアロと肩こりすっきりストレッチ」	10 刻の遺産 からくり人形作家 山崎津義 【第46回番組アワード 奨励賞】	10 刻の遺産 からくり人形作家 山崎津義 【第46回番組アワード 奨励賞】
18	CATVデリバリー 33 燦旅道中記 #6 「子ども楽しむ天草のお出かけプランを探る旅」 【前編】	CATVデリバリー 29 あいらブせんりゅう	CATVデリバリー 33 燦旅道中記 #6 「子ども楽しむ天草のお出かけプランを探る旅」 【前編】	CATVデリバリー 29 あいらブせんりゅう	CATVデリバリー 33 燦旅道中記 #6 「子ども楽しむ天草のお出かけプランを探る旅」 【前編】	25  カメラの目 30 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」	25  カメラの目 30 クロスロード～人生と車の交差点 【第46回番組アワード 奨励賞】
	00 岩崎市広報番組「きらっと岩崎」	00 岩崎市広報番組「きらっと岩崎」	00 岩崎市広報番組「きらっと岩崎」	00 岩崎市広報番組「きらっと岩崎」	00 岩崎市広報番組「きらっと岩崎」	00 岩崎市広報番組「きらっと岩崎」	00 岩崎市広報番組「きらっと岩崎」
19	30 神主と学ぶ 日本神話 #5「国生みと神生み」	30 わらしべちゃんねる #7「九尾の狐と源義和尙」	30 神主と学ぶ 日本神話 #5「国生みと神生み」	30 わらしべちゃんねる #7「九尾の狐と源義和尙」	30 神主と学ぶ 日本神話 #5「国生みと神生み」	30 わらしべちゃんねる #7「九尾の狐と源義和尙」	30 神主と学ぶ 日本神話 #5「国生みと神生み」
	45 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	45 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	45 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	45 うらふれ体操 (市民参加バージョン)	45 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	45 うらふれ体操 (市民参加バージョン)	45 こちら県庁広報2課 (毎週更新)
20	50 うらふれ体操 (市民参加バージョン)	50 うらふれ体操 (市民参加バージョン)	50 うらふれ体操 (市民参加バージョン)	49 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	50 うらふれ体操 (市民参加バージョン)	49 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	50 うらふれ体操 (市民参加バージョン)
	54 政府インターネットテレビ 「ビックアップ」	54 政府インターネットテレビ 「ビックアップ」	54 政府インターネットテレビ 「ビックアップ」	53 水害から命を守る12 「水害経験者は語る『第2の避難場所』を決めよう」	54 政府インターネットテレビ 「ビックアップ」	54 政府インターネットテレビ 「ビックアップ」	54 政府インターネットテレビ 「ビックアップ」
21	00  イェ島エンタメ学校 (再)	00 岩崎のうまかもん  (再)	00 IKI IKI Kids (再)	00  (再)	00  (再)	00  (再)	00  (再)
	20 ブレイン博士の脳トレ研究所 Vol.4	15  岩崎の歴史散歩 (再)	10 岩崎っ子の昼休み (再)	10  イェ島エンタメ学校 (再)	10  (再)	10 IKI STORY (再)	10 IKI IKI Kids (再)
22	30 昭和歌謡四方山話  (再)	30 クロスロード～人生と車の交差点 【第46回番組アワード 奨励賞】	25 水害から命を守る12 「水害経験者は語る『第2の避難場所』を決めよう」	30 神保町昭和歌謡倶楽部 「安全地帯特集」	30 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」	30 岩崎っ子の昼休み (再)	30 昭和歌謡四方山話  (再)
	00 SHOKOの健康ピラティス #7	00 伊勢美し国から 忍者ゆかりの社寺巡りその1	00 SHOKOの健康ピラティス #7	00 伊勢美し国から 忍者ゆかりの社寺巡りその1	00 SHOKOの健康ピラティス #7	30 クロスロード～人生と車の交差点 【第46回番組アワード 奨励賞】	00  (再)
23	CATVデリバリー 14 NAGASAKI水中散歩 「カンパチウォール」	CATVデリバリー 15 ナチュラルフードクッキング 「アーモンドミルクの洋風なべ」	CATVデリバリー 14 NAGASAKI水中散歩 「カンパチウォール」	CATVデリバリー 15 ナチュラルフードクッキング 「アーモンドミルクの洋風なべ」	CATVデリバリー 14 NAGASAKI水中散歩 「カンパチウォール」	10 IKI STORY (再)	10 IKI IKI Kids (再)
	CATVデリバリー 30 この坂のほれば	CATVデリバリー 30 釣りバカZ	CATVデリバリー 30 この坂のほれば	CATVデリバリー 30 釣りバカZ	CATVデリバリー 30 この坂のほれば	30 岩崎っ子の昼休み (再)	30 昭和歌謡四方山話  (再)
24	 (再放送)	30 昭和歌謡四方山話  (再)	30 昭和歌謡四方山話  (再)	00  (再)	00  (再)	00  (再)	00 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」
	30 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」	30 神保町昭和歌謡倶楽部 「安全地帯特集」	30 神保町昭和歌謡倶楽部 「オフコース特集」	10  イェ島エンタメ学校 (再)	10  (再)	10  (再)	30 寺山修司をよむ 第二章
25	00 岩崎市広報番組「きらっと岩崎」	00 岩崎市広報番組「きらっと岩崎」	00 岩崎市広報番組「きらっと岩崎」	00 岩崎市広報番組「きらっと岩崎」	00 岩崎市広報番組「きらっと岩崎」	00 岩崎市広報番組「きらっと岩崎」	00 岩崎市広報番組「きらっと岩崎」
	30 神主と学ぶ 日本神話 #5「国生みと神生み」	30 わらしべちゃんねる #7「九尾の狐と源義和尙」	30 神主と学ぶ 日本神話 #5「国生みと神生み」	30 わらしべちゃんねる #7「九尾の狐と源義和尙」	30 神主と学ぶ 日本神話 #5「国生みと神生み」	30 刻の遺産 からくり人形作家 山崎津義 【第46回番組アワード 奨励賞】	00 岩崎市広報番組「きらっと岩崎」
26	45 おうちでフィットネス 「簡単エアロと肩こりすっきりストレッチ」	45 政府インターネットテレビ 「ビックアップ」	45 おうちでフィットネス 「簡単エアロと肩こりすっきりストレッチ」	45 政府インターネットテレビ 「ビックアップ」	45 おうちでフィットネス 「簡単エアロと肩こりすっきりストレッチ」	45 ブレイン博士の脳トレ研究所 Vol.4	45 刻の遺産 からくり人形作家 山崎津義 【第46回番組アワード 奨励賞】
	55 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	50 水害から命を守る12 「水害経験者は語る『第2の避難場所』を決めよう」	55 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	50 水害から命を守る12 「水害経験者は語る『第2の避難場所』を決めよう」	55 こちら県庁広報2課 (毎週更新)	55 水害から命を守る12 「水害経験者は語る『第2の避難場所』を決めよう」	クロスロード～人生と車の交差点【第46回番組アワード 奨励賞】
27	00 三沢基地航空祭2019	00 三沢基地航空祭2019	00 三沢基地航空祭2019	00 三沢基地航空祭2019	00 三沢基地航空祭2019	00 三沢基地航空祭2019	00 三沢基地航空祭2019
	55  カメラの目	55  カメラの目	55  カメラの目	55  カメラの目	55  カメラの目	55  カメラの目	55  カメラの目