

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 	00 	00 	00 	00 	00 	00 	
	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 神主と学ぶ 日本神話	10 Do you know エネル原人	10 神主と学ぶ 日本神話	10 Do you know エネル原人	10 神主と学ぶ 日本神話	10 釣るテレ	10 釣りバカZ	6
	25 政府インターネットテレビ	25 政府インターネットテレビ	25 政府インターネットテレビ	25 政府インターネットテレビ	25 政府インターネットテレビ			
	30 あいラブせんりゅう	30 釣るテレ	30 あいラブせんりゅう	30 釣るテレ	30 あいラブせんりゅう	40 政府インターネットテレビ	40 政府インターネットテレビ	
						45 つばたdeサイエンス	45 つばたdeサイエンス	
7	00 宍崎市広報番組「キラッと宍岐」	00 宍崎市広報番組「キラッと宍岐」	00 宍崎市広報番組「キラッと宍岐」	00 宍崎市広報番組「キラッと宍岐」	00 宍崎市広報番組「キラッと宍岐」	00 宍崎市広報番組「キラッと宍岐」	00 宍崎市広報番組「キラッと宍岐」	7
	30 SHOKOの健康ビラティス	30 SHOKOの健康ビラティス	30 SHOKOの健康ビラティス	30 SHOKOの健康ビラティス	30 SHOKOの健康ビラティス	30 SHOKOの健康ビラティス	30 SHOKOの健康ビラティス	
	45 自宅でできる〇〇 ※健康体操	45 自宅でできる〇〇 ※健康体操	45 自宅でできる〇〇 ※健康体操	45 自宅でできる〇〇 ※健康体操	45 自宅でできる〇〇 ※健康体操	45 自宅でできる〇〇 ※健康体操	45 自宅でできる〇〇 ※健康体操	
	55 みじかなナガサキ	55 みじかなナガサキ	55 みじかなナガサキ	55 みじかなナガサキ	55 みじかなナガサキ	55 みじかなナガサキ	55 みじかなナガサキ	
8	00 イキテレドラマ劇場 (最新話)	00 イキテレドラマ劇場 (最新話)	00 イキテレドラマ劇場 (最新話)	00 イキテレドラマ劇場 (最新話)	00 イキテレドラマ劇場 (最新話)	00 イキテレドラマ劇場 (最新話)	00 イキテレドラマ劇場 (最新話)	8
	30 ショッピング情報	30 ショッピング情報	30 ショッピング情報	30 ショッピング情報	30 ショッピング情報	30 ショッピング情報	30 ショッピング情報	
9	00 CATVデリバリー ナチュラルフードクッキング	00 CATVデリバリー 神保町歌謡POPS倶楽部	00 CATVデリバリー ナチュラルフードクッキング	00 CATVデリバリー 神保町歌謡POPS倶楽部	00 CATVデリバリー ナチュラルフードクッキング	00 CATVデリバリー 神保町歌謡POPS倶楽部	00 宍岐の車窓から  (再)	9
	15 池袋ゲームクリエイター発掘学園	30 つばたdeサイエンス	15 池袋ゲームクリエイター発掘学園	30 つばたdeサイエンス	15 池袋ゲームクリエイター発掘学園	30 つばたdeサイエンス	25 神保町歌謡POPS倶楽部	
	30 CATVデリバリー 爆旅道中記	45 CATVデリバリー 伊勢美し国から	30 CATVデリバリー 爆旅道中記	45 CATVデリバリー 伊勢美し国から	30 CATVデリバリー 爆旅道中記	45 CATVデリバリー 伊勢美し国から	55 みじかなナガサキ	
10	ぬちたぬちたイキ							10

11	00	00 (再)	00 (再)	20 うんまいパン焼いてみんまい	00 (再)	00 (再)	00 (再)	11
30	釣るテレ	30 釣りバカZ	30 釣るテレ	30 (再)	30 釣るテレ	30 (再)	30 釣るテレ	
12	00 (再)	00 (再)	00 (再)	00 初回放送	00 生放送 (再)	00 (再)	00 (再)	12
30	自宅のできる〇〇 ※健康体操	30 自宅のできる〇〇 ※健康体操	30 自宅のできる〇〇 ※健康体操	10 自宅のできる〇〇 ※健康体操	30 NAGASAKI 水中散歩	20 (再)	10 自宅のできる〇〇 ※健康体操	
40	イギテレドラマ劇場 (再)	40 (再)	40 (再)	20 みんなでエンジョイゴルフ	50 (再)	30 (再)	20 みんなでエンジョイゴルフ	
55		55	55	50 うんまいパン焼いてみんまい			50 うんまいパン焼いてみんまい	
13	00 香川県広報番組「キラッと香川」	00 香川県広報番組「キラッと香川」	00 香川県広報番組「キラッと香川」	00 香川県広報番組「キラッと香川」	00 香川県広報番組「キラッと香川」	00 香川県広報番組「キラッと香川」	00 香川県広報番組「キラッと香川」	13
30	SHOKOの健康ピラティス	30 SHOKOの健康ピラティス	30 SHOKOの健康ピラティス	30 SHOKOの健康ピラティス	30 SHOKOの健康ピラティス	30 SHOKOの健康ピラティス	30 SHOKOの健康ピラティス	
45	Do you know エネル原人	45 神主と学ぶ 日本神話	45 Do you know エネル原人	45 神主と学ぶ 日本神話	45 Do you know エネル原人	45 神主と学ぶ 日本神話	45 Do you know エネル原人	
14	00 (再放送)	00 (再放送)	00 (再放送)	00 (再放送)	00 (再放送)	00 (再放送)	00 (再放送)	14
30	ショッピング情報	30 ショッピング情報	30 ショッピング情報	30 ショッピング情報	30 ショッピング情報	30 ショッピング情報	30 ショッピング情報	
15	00 (再)	00 (再)	00 釣りバカZ	00 (再)	00 (再)	00 (再)	00 (再)	15
20	うんまいパン焼いてみんまい	20 つばたdeサイエンス		10 みんなでエンジョイゴルフ		10 つばたdeサイエンス	20 あいラブせんりゅう	
30		35 Do you know エネル原人	30 (再)	40 (再)	30 つばたdeサイエンス	25 政府インターネットテレビ	50 うんまいパン焼いてみんまい	
55		55			45 うんまいパン焼いてみんまい	30 (再)		
16								16
17							00 自宅のできる〇〇 ※健康体操	17
							10 (再)	
							40 うんまいパン焼いてみんまい	

おちたおちたイキ

おちたおちたイキ (生放送)

5:50
おちたおちたイキ (毎週火曜日 5 時 50 分更新)

■ ■ ■ 自主制作番組 ■ 行政番組 ■ ■ ■ 他局制作番組