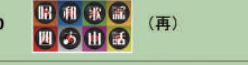
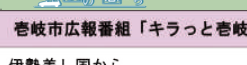
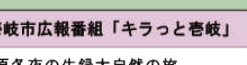
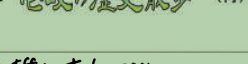
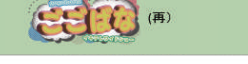


イキテレちゃんねるガイド 11ch

※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	
6	00 	00 	00 	00 	00 	00 	00 	6
	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)	
	10 	10 政府インターネットテレビ	10 	10 政府インターネットテレビ	10 	10 	10 この坂のぼれば	
	25 政府インターネットテレビ	15 桐原冬夜の生録大自然の旅	25 政府インターネットテレビ	15 桐原冬夜の生録大自然の旅	25 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	40 政府インターネットテレビ	
	30 釣りバカZ	30 この坂のぼれば	30 釣りバカZ	30 この坂のぼれば	30 釣りバカZ	45 つばたdeサイエンス	45 つばたdeサイエンス	
7	00 各都市広報番組「キラッと各岐」	00 各都市広報番組「キラッと各岐」	00 各都市広報番組「キラッと各岐」	00 各都市広報番組「キラッと各岐」	00 各都市広報番組「キラッと各岐」	00 各都市広報番組「キラッと各岐」	00 各都市広報番組「キラッと各岐」	7
	30 つばたdeサイエンス	30 つばたdeサイエンス	30 つばたdeサイエンス	30 つばたdeサイエンス	30 つばたdeサイエンス	30 	30 	
	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 推し本! ~図書館のススメ~	55 みじかなナガサキ	55 推し本! ~図書館のススメ~	55 みじかなナガサキ	55 推し本! ~図書館のススメ~	55 みじかなナガサキ	
8	00  (最新話)	00  (最新話)	00  (最新話)	00  (最新話)	00  (最新話)	00  (最新話)	00  (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 	00 この坂のぼれば	00 	00 この坂のぼれば	00 	00 桐原冬夜の生録大自然の旅	00 	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	15 池袋ゲームクリエイター発掘学園	15  (再)	
	30 爆旅道中記	45 伊勢美し国から	30 爆旅道中記	45 伊勢美し国から	30 爆旅道中記	45 伊勢美し国から	25 この坂のぼれば	
10								10
	00  (再)	00 各岐の歴史散歩 (再)	00  (再)	00 キッズランド	00 この坂のぼれば	00 釣りバカZ	00  (再)	
				20 政府インターネットテレビ				

11			30 NAGASAKI 水中散歩	25 みじかなナガサキ			30 桐原冬夜の生録大自然の旅	11
	30 この坂のぼれば	30 釣りバカZ	45 	30 	30 釣りバカZ	30 	45 つばたdeサイエンス	
	00 	00 	00 	00 	00 生放送 	00 	00 	
	30 自宅でできる〇〇 ※健康体操	30 自宅でできる〇〇 ※健康体操	30 推し本! ~図書館のススメ~	10 自宅でできる〇〇 ※健康体操	30 NAGASAKI 水中散歩	20 	10 自宅でできる〇〇 ※健康体操	
12	30 自宅でできる〇〇 ※健康体操	40 NAGASAKI 水中散歩	35 	20 桐原冬夜の生録大自然の旅	45 うらふれ体操 (市民参加型バージョン)		20 	12
	40 推し本! ~図書館のススメ~		40 	35 NAGASAKI 水中散歩	50 	30 	20 推し本! ~図書館のススメ~	
	45 	55 		55 うらふれ体操 (市民参加型バージョン)			55 うらふれ体操 (市民参加型バージョン)	
	00 苓崎市広報番組「キラッと苓岐」	00 苓崎市広報番組「キラッと苓岐」	00 苓崎市広報番組「キラッと苓岐」	00 苓崎市広報番組「キラッと苓岐」	00 苓崎市広報番組「キラッと苓岐」	00 苓崎市広報番組「キラッと苓岐」	00 苓崎市広報番組「キラッと苓岐」	
13	30 伊勢美し国から	30 桐原冬夜の生録大自然の旅	30 伊勢美し国から	30 桐原冬夜の生録大自然の旅	30 伊勢美し国から	30 桐原冬夜の生録大自然の旅	30 伊勢美し国から	13
	45 	45 池袋ゲームクリエイター発掘学園	45 	45 池袋ゲームクリエイター発掘学園	45 	45 池袋ゲームクリエイター発掘学園	45 	
	00 	00 	00 	00 	00 	00 	00 	
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	14
	00 	00 	00 釣りバカZ	00 	00 	00 	00 	
	20 政府インターネットテレビ	20 つばたdeサイエンス		10 		10 つばたdeサイエンス		
15	25 うらふれ体操 (市民参加型バージョン)	35 			30 つばたdeサイエンス	25 推し本! ~図書館のススメ~	20 	15
	30 桐原冬夜の生録大自然の旅		30 爆旅道中記	40 	45 推し本! ~図書館のススメ~		50 推し本! ~図書館のススメ~	
	45 伊勢美し国から	55 			50 みじかなナガサキ	30 この坂のぼれば	55 みじかなナガサキ	
					55 			
16								16
						00 自宅でできる〇〇 ※健康体操	00 	
	00 				10 	10 		
17					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		17
					45 みじかなナガサキ	45 みじかなナガサキ		
	50 							

	00 宍岐市広報番組「キラっと宍岐」	00 宍岐市広報番組「キラっと宍岐」	00 宍岐市広報番組「キラっと宍岐」	00 宍岐市広報番組「キラっと宍岐」	00 宍岐市広報番組「キラっと宍岐」	00 宍岐市広報番組「キラっと宍岐」	
30	池袋ゲームクリエイター発掘学園	30 池袋ゲームクリエイター発掘学園	30 池袋ゲームクリエイター発掘学園	30 池袋ゲームクリエイター発掘学園	30 池袋ゲームクリエイター発掘学園	30 池袋ゲームクリエイター発掘学園	30 池袋ゲームクリエイター発掘学園
18	45 うらふれ体操 (市民参加型バージョン)	45 うらふれ体操 (市民参加型バージョン)	45 うらふれ体操 (市民参加型バージョン)	45 うらふれ体操 (市民参加型バージョン)	45 うらふれ体操 (市民参加型バージョン)	45 うらふれ体操 (市民参加型バージョン)	18
50	5:50 ごごマル						
00	推し本! ~図書館の22x~	00 推し本! ~図書館の22x~	00 推し本! ~図書館の22x~	00 KIRAKIRA TV (再)	00 KIRAKIRA TV (再)	00 KIRAKIRA TV (再)	
05	昭和歌謡四山話 (再)	05 キッズランド 25 みじかなナガサキ	05 宍岐の歴史散歩 (再)	10 キッズランド	10 推し本! ~図書館の22x~	10 宍岐の歴史散歩	00 釣りバカZ
19	35 NAGASAKI 水中散歩	35 池袋ゲームクリエイター発掘学園	35 NAGASAKI 水中散歩	30 池袋ゲームクリエイター発掘学園	15 この坂のぼれば	40 推し本! ~図書館の22x~	30 キッズランド
50	5:50 ごごマル						
20	ぬちだぬちだイキ						20
00	釣りバカZ	00 昭和歌謡四山話 (再)	00 昭和歌謡四山話 (再)	00 KIRAKIRA TV (再)	00 ぷにぷに (再)	00 ぷにぷに (再)	
30	宍岐の車窓から	30 NAGASAKI 水中散歩	30 宍岐の車窓から	10 この坂のぼれば	30 昭和歌謡四山話 (再)	30 爆旅道中記	30 この坂のぼれば
45	自宅でする〇〇 ※健康体操	45 宍岐の車窓から	45 自宅でする〇〇 ※健康体操	40 宍岐の車窓から			
55	推し本! ~図書館の22x~	55 推し本! ~図書館の22x~	55 推し本! ~図書館の22x~	55 cameraの目	55	55	
00	宍岐市広報番組「キラっと宍岐」	00 宍岐市広報番組「キラっと宍岐」	00 宍岐市広報番組「キラっと宍岐」	00 宍岐市広報番組「キラっと宍岐」	00 宍岐市広報番組「キラっと宍岐」	00 宍岐市広報番組「キラっと宍岐」	
30	この坂のぼれば	30 爆旅道中記	30 この坂のぼれば	30 爆旅道中記	30 宍岐の歴史散歩 (再)	30 キッズランド 50 政府インターネットテレビ 55 みじかなナガサキ	30 爆旅道中記
00	イキテレドラマ劇場 (再放送)	00 イキテレドラマ劇場 (再放送)	00 イキテレドラマ劇場 (再放送)	00 イキテレドラマ劇場 (再放送)	00 イキテレドラマ劇場 (再放送)	00 イキテレドラマ劇場 (再放送)	
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
24	QVC						24