

地デジ12ch CS012ch
(121ch)

ゴールデンウィーク特別編成

新型コロナウイルスの影響により、急遽、放送内容を変更する場合がございます。ご了承ください。詳しくはEPG（電子番組表）をご覧ください。

時間	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)	7 (日)	時間		
午前6	00 30 45	ナナちゃんのお店紹介 総集編	空から見れば 総集編 VAMOS! FC.ISE-SHIMA	ジェニファーと えいごではなそ！	いろんなのりもの	おまつりニッポン/ 壮観劇場	シェアネタ ～気になる話題お届けします～ 総集編	すぽおつでござる！ 総集編	午前6	
	00 30 45	いろんなのりもの ジェニファーと えいごではなそ！	志摩あるき 総集編	ぐるぐるグルメ	もっと水の惑星紀行	皇學館大學 大学生TV局 武将と行く！ 家康ゆかり旅 in 岡崎 VAMOS! FC.ISE-SHIMA	発信！モノゴコロ 総集編	前川先生の あったかごはん 総集編		7
	00 30 45	まるっと!じもスポ (松阪市長杯卓球大会)	いろんなのりもの おまつりニッポン	皇學館大學 大学生TV局	ジェニファーと えいごではなそ！ CHECK! 宣長まつり	アルキノ 総集編	すぽおつでござる！ 総集編	志摩あるき 総集編		
00 30 45	シェアネタ ～気になる話題お届けします～ 総集編	アルキノ 総集編 あっこれみよ	CHECK! 二十歳の集い2023	空から見れば 総集編	お店にGo! 総集編	前川先生の あったかごはん 総集編	SPORTS TIME 総集編	9		
00 30 45	SPORTS TIME 総集編	前川先生の あったかごはん 総集編	シェアネタ ～気になる話題お届けします～ 総集編	お店にGo! 総集編	発信！モノゴコロ 総集編	CHECK! 舞志道Plus+ Supported by MCTV VAMOS! FC.ISE-SHIMA 武将と行く！ 家康ゆかり旅 in 岡崎	あつまれ☆元氣っズ 総集編		10	
11 00	QVC									11
午後0 30	CHECK! 武四郎まつり 柏原芳恵の 喫茶☆歌謡界	シェアネタ ～気になる話題お届けします～ 総集編	すぽおつでござる！ 総集編	志摩あるき 総集編	CHECK! 二十歳の集い2023	SPORTS TIME 総集編	空から見れば 総集編	午後0		
00 15 30	CHECK! 宣長まつり	ジェニファーと えいごではなそ！	おまつりニッポン	壮観劇場	武将と行く！ 家康ゆかり旅 in 岡崎 あっこれみよ	いろんなのりもの	あっこれみよ VAMOS! FC.ISE-SHIMA		1	
2 00	道路・河川・海カメラ QVC									2
00 15 30 45	前川先生の あったかごはん 総集編	お店にGo! 総集編	発信！モノゴコロ 総集編	CHECK! 二十歳の集い2023	SPORTS TIME 総集編	ケーブルネットワーク みえ	武将と行く！ 家康ゆかり旅 in 岡崎 あっこれみよ VAMOS! FC.ISE-SHIMA	3		
00 30 45	アルキノ 総集編 VAMOS! FC.ISE-SHIMA	シェアネタ ～気になる話題お届けします～ 総集編	前川先生の あったかごはん 総集編	まるっと!じもスポ (松阪市長杯卓球大会)	あつまれ☆元氣っズ 総集編	CHECK! 宣長まつり	まるっと!じもスポ (第27回大内山牛乳杯 チャレンジカップ バレーボール大会)		4	
00 30 45	すぽおつでござる！ 総集編	CHECK! 二十歳の集い2023	SPORTS TIME 総集編	CHECK! 舞志道Plus+ Supported by MCTV CHECK! 武四郎まつり	前川先生の あったかごはん 総集編	まるっと!じもスポ (第27回大内山牛乳杯 チャレンジカップ バレーボール大会) VAMOS! FC.ISE-SHIMA	お店にGo! 総集編			5
00 30 45	発信！モノゴコロ 総集編	CHECK! 宣長まつり 武四郎まつり	あつまれ☆元氣っズ 総集編	発信！モノゴコロ 総集編	空から見れば 総集編 家康ゆかり旅 in 岡崎	お店にGo! 総集編	シェアネタ ～気になる話題お届けします～ 総集編	6		
00 30 45	あつまれ☆元氣っズ 総集編	CHECK! 舞志道Plus+ Supported by MCTV 皇學館大學 大学生TV局	CHECK! 武四郎まつり 柏原芳恵の 喫茶☆歌謡界	あつまれ☆元氣っズ 総集編	シェアネタ ～気になる話題お届けします～ 総集編	志摩あるき 総集編	CHECK! 宣長まつり 武将と行く！ 家康ゆかり旅 in 岡崎 VAMOS! FC.ISE-SHIMA		7	
00 45	CHECK! 二十歳の集い2023	あつまれ☆元氣っズ 総集編	アルキノ 総集編 VAMOS! FC.ISE-SHIMA	SPORTS TIME 総集編	すぽおつでござる！ 総集編	まるっと!じもスポ (第27回大内山牛乳杯 チャレンジカップ バレーボール大会)	おまつりニッポン/ 壮観劇場 CHECK! 武四郎まつり			8
00 15 30 45	空から見れば 総集編 VAMOS! FC.ISE-SHIMA	発信！モノゴコロ 総集編	お店にGo! 総集編	シェアネタ ～気になる話題お届けします～ 総集編	志摩あるき 総集編	アルキノ 総集編	武将と行く！ 家康ゆかり旅 in 岡崎 VAMOS! FC.ISE-SHIMA	9		
00 30	お店にGo! 総集編	SPORTS TIME 総集編	CHECK! 宣長まつり 舞志道Plus+ Supported by MCTV	すぽおつでござる！ 総集編	CHECK! 舞志道Plus+ Supported by MCTV 武四郎まつり	空から見れば 総集編	発信！モノゴコロ 総集編		10	
00 15 30 45	志摩あるき 総集編 VAMOS! FC.ISE-SHIMA	すぽおつでござる！ 総集編	志摩あるき 総集編	アルキノ 総集編	まるっと!じもスポ (松阪市長杯卓球大会)	武将と行く！ 家康ゆかり旅 in 岡崎 VAMOS! FC.ISE-SHIMA CHECK! 武四郎まつり	CHECK! 二十歳の集い2023			11
0 00	ショッピングチャンネル							0		

特別番組アンコール

二十歳の集い2023

2023年1月、各地で行われた「二十歳の集い」の様子をインタビューを織り交ぜながら紹介します。



武四郎まつり

松阪市小野江町出身で北海道の名付け親として知られる松浦武四郎。その功績やアイヌ民族の伝統文化を紹介する「武四郎まつり」が3年ぶりに開催されました！番組では当日の盛り上がりや、イベントステージなどをお届けします！



舞志道Plus+ Supported by MCTV

三重県のダンスシーンを盛り上げる団体「D-Project」がダンスバトルを開催！卒業して社会人になる人、進学する人、ダンスに興味がある人、さまざまなダンサー20人がトーナメント形式で対戦しました！バトルの様様を特別番組でお届け！



宣長まつり

松阪が生んだ国学者「本居宣長」を顕彰するまつりが4年ぶりに開催！松坂城跡をメイン会場として、宣長にちなんだ催しなどが行われました。番組では、まつり当日の様子をお届けします。



見逃した番組をまとめて一挙放送！

放送時間は左のページをご覧ください。

お店にGo！



リポーター藤下佳乃がエリア内にあるとおきのお店をご紹介します！お出かけの参考にしてください。

- Gri iron griddle&Burger (松阪市)
- 天ぷら とばり (志摩市)
- 和菓子カフェ かなみどう (大台町)
- 宿泊・食事・喫茶 奥松阪 (松阪)

志摩あるき

見逃した方必見！志摩の素晴らしい景色をゆっくり歩きながら再発見していきます。

- 110歩 大王町船越
- 111歩 志摩町布施田



風景・人との出会い旅アルキノ

松阪・明和・多気・大台・大紀のどこかで1日歩きながら、風景や人との出会いを楽しむ旅番組。

- その41 大紀町柏崎地区
- その42 大台町柳原



前川先生のあったかごはん



前川料理教室の前川先生おすすめの家庭料理をご紹介します。

- 豚ヒレ肉のクリーム煮
- 中華風おこわ
- 長崎皿うどん
- 変わり三色丼

あつまれ☆元気っす

MCTVのマスコットキャラクターが保育園・幼稚園にお邪魔します。

- 佐奈保育園 (多気町)
- 錦あおぞら保育園 (大紀町)
- 大王幼稚園 (志摩市)
- つばな保育園 (松阪市)



すぽおつでござる！

忍びの里の忍者が志摩市で頑張るスポーツチームやクラブを楽しくレポート！

- 鶴方キッズあごキンボールスポーツ少年団
- バレーボールチーム Tokai-VBC
- CLUB SHIMA FOOTBALL (クラブ志摩フットボール)
- 浜島スポーツクラブ 冬季トレーニング教室 一輪車コース



スポーツ応援番組SPORTS TIME



地域のスポーツの話題をお届け！大会の様子や、注目のチーム・選手をご紹介します。

- 三重高校女子バレーボール部／松阪工業高校バレーボール部
- 三雲中学校陸上競技部
- 勢和少年野球部
- 松阪商業高校バドミントン部

空から見れば



住んでいるまちの魅力を再発見！上空からドローンで撮影した身近な風景や建物をお送りします。

- 大矢浜の夕景 (志摩市)
- 松阪港 (松阪市)
- 大淀海岸の朝日 (明和町)
- 斎宮跡の菜の花畑 (明和町)

発信！モノゴコロ



地域のがんばる会社や一味ちがうお店、こだわりの商品にスポットを当てる番組です。

- ファームステージ株式会社 (松阪市)
- 境工芸社 (志摩市)
- 畜産農家・岡田一彦さん (大紀町)
- 柳屋春幸 (松阪市)

シェアネタ

～気になる話題をお届けします～



地域の気になるスポットやまだ知られていない隠れた話題をリポーターが楽しくご紹介いたします。

- 竹の都の竹茗舎 (明和町)
- piece ピース cafe&store (松阪市)
- 志摩市で開いた陶芸教室 (志摩市)
- 築100年近い古民家を改修した宿「やまがら」 (大台町)