

※午前6:00~午前9:00の時間帯は、松阪エリア、志摩エリアそれぞれのエリアのお天気情報をL字画面で放送しています。 ※都合により番組内容が変更になる場合があります。

	月(8,15,22,29)	火(9,16,23,30)	水(10,17,24,31)	木(11,18,25)	金(12,19,26)	土(13,20,27)	日(14,21,28)
午前6	00	あっこれみよっ	ニュースMCTV(月曜号)	ニュースMCTV(火曜号)	ニュースMCTV(水曜号)	ニュースMCTV(木曜号)	00 ニュースMCTV(金曜号)
	20	道路・河川・海カメラ					
7	30	アルキノ	あつたかごはん	あっこれみよっ	シェアネタ	あっこれみよっ	30 ナナちゃんのお店紹介
	45		空から見れば	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	空から見れば	ぐるぐるグルメ	45 映画な時間
	00	店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ	店log.(みせログ)	すぽおつでござる!	発信!モノゴコロ	00 ウィークリータ刊三重
	15	シェアネタ	すぽおつでござる!	映画な時間	ナナちゃんのお店紹介	空から見れば	15 発信!モノゴコロ
8	30	もっと!水の惑星紀行	もっと!水の惑星紀行	すぽおつでござる!	SPORTS TIME	武将と行く!家康ゆかり旅in岡崎	30 あつまれ☆元気っズ
	45	ジェニファーとえいごではなそ!、地域のお知らせなど					
	00	あつたかごはん	ニュースMCTV(月曜号)	ニュースMCTV(火曜号)	ニュースMCTV(水曜号)	ニュースMCTV(木曜号)	00 ニュースMCTV(金曜号)
	20	道路・河川・海カメラ、地域のお知らせ					
9	30	あっこれみよっ ^[注]	アルキノ	あつたかごはん ^[注]	Z-NAVIGATION ^[注]	もっと!水の惑星紀行 ^[注]	30 道路・河川・海カメラ
	45	VAMOSIFC.ISE-SHIMA ^[注]		空から見れば ^[注]	あつたかごはん ^[注]	映画な時間 ^[注]	45 空から見れば
	00	SPORTS TIME	すぽおつでござる!	シェアネタ	あっこれみよっ	シェアネタ	00 道路・河川・海カメラ
	15	すぽおつでござる!	Z-NAVIGATION	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	お店タウンマップ いいね!	あつまれ☆元気っズ	15 木曜号
10	30	店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ	あつたかごはん	すぽおつでござる!	SPORTS TIME	30 釣りうえ〜ぶ
	45	空から見れば、道路・河川・海カメラ					
	00	とんと昔があつたげな2	ニュースMCTV(月曜号)	ニュースMCTV(火曜号)	ニュースMCTV(水曜号)	ニュースMCTV(木曜号)	00 ニュースMCTV(金曜号)
	20	地域のお知らせ、道路・河川・海カメラ					
11	30	Z-NAVIGATION	あっこれみよっ	アルキノ	あつたかごはん	映画な時間	30 ウィークリータ刊三重
	45	ナナちゃんのお店紹介	シェアネタ		発信!モノゴコロ	シェアネタ	45 武将と行く!家康ゆかり旅in岡崎
	00	ショッピング番組 QVC					
	00	発信!モノゴコロ	ニュースMCTV(月曜号)	ニュースMCTV(火曜号)	ニュースMCTV(水曜号)	ニュースMCTV(木曜号)	00 ニュースMCTV(金曜号)
午後0	20	道路・河川・海カメラ、 ^[注] 松阪市マイナバーカードセンター(火・木のみ)など					
	30	柏原芳恵の喫茶☆歌謡界	店log.(みせログ) ^[注]	発信!モノゴコロ ^[注]	アルキノ	あつたかごはん ^[注]	30 ウィークリータ刊三重
	45		映画な時間 ^[注]	あつまれ☆元気っズ ^[注]		空から見れば ^[注]	45 あつたかごはん
	00	あつまれ☆元気っズ	発信!モノゴコロ	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	武将と行く!家康ゆかり旅in岡崎	00 VAMOSIFC.ISE-SHIMA
1	15	空から見れば	シェアネタ	あつたかごはん	映画な時間	鈴木まあやのゴルフ塾	15 けーぶるにっぽん
	30	アルキノ	皇學館大学 大学生テレビ局	シェアネタ	あつたかごはん	映画な時間	30 ウィークリータ刊三重
	45			ぐるぐるグルメ	発信!モノゴコロ	SPORTS TIME	45 店log.(みせログ)
	00	ショッピング番組 QVC					
2	00	あつまれ☆元気っズ	とんと昔があつたげな2	すぽおつでござる!	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	00 武将と行く!家康ゆかり旅in岡崎
	15	シェアネタ	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	お店タウンマップ いいね!	空から見れば	発信!モノゴコロ	15 空から見れば
	30	発信!モノゴコロ	すぽおつでござる!	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ	30 あつまれ☆元気っズ
	45	地域のお知らせなど					
3	00	SPORTS TIME	ニュースMCTV(月曜号)	ニュースMCTV(火曜号)	ニュースMCTV(水曜号)	ニュースMCTV(木曜号)	00 ニュースMCTV(金曜号)
	20	ジェニファーとえいごではなそ!、道路・河川・海カメラ					
	30	アルキノ	あつたかごはん	映画な時間	もっと!水の惑星紀行	あっこれみよっ	30 ウィークリータ刊三重
	45		空から見れば	あつたかごはん	映画な時間	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	45 SPORTS TIME
4	00	店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ	空から見れば	発信!モノゴコロ	SPORTS TIME	00 ウィークリータ刊三重
	15	すぽおつでござる!	発信!モノゴコロ	シェアネタ	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	空から見れば	15 皇學館大学 大学生テレビ局
	30	あつまれ☆元気っズ	映画な時間	すぽおつでござる!	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	30 釣りうえ〜ぶ
	45	地域のお知らせ、 ^[注] 松阪市マイナバーカードセンター(月・水のみ)など					
5	00	ニュースMCTV(月曜号)	ニュースMCTV(火曜号)	ニュースMCTV(水曜号)	ニュースMCTV(木曜号)	ニュースMCTV(金曜号)	00 ニュースMCTV(月曜号)
	20	求人情報、道路・河川・海カメラ					
	30	あっこれみよっ	アルキノ	あつたかごはん	映画な時間	もっと!水の惑星紀行	30 道路・河川・海カメラ
	45	シェアネタ		空から見れば	あつたかごはん	武将と行く!家康ゆかり旅in岡崎	45 道路・河川・海カメラ
6	00	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	鈴木まあやのゴルフ塾	あつまれ☆元気っズ	すぽおつでござる!	00 ウィークリータ刊三重
	15	空から見れば	Z-NAVIGATION	すぽおつでござる!	店log.(みせログ)	シェアネタ	15 店log.(みせログ)
	30	店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ	柏原芳恵の喫茶☆歌謡界	すぽおつでござる!	SPORTS TIME	30 あつまれ☆元気っズ
	45	地域のお知らせなど					
7	00	ニュースMCTV(月曜号)	ニュースMCTV(火曜号)	ニュースMCTV(水曜号)	ニュースMCTV(木曜号)	ニュースMCTV(金曜号)	00 ニュースMCTV(水曜号)
	20	求人情報、道路・河川・海カメラ、地域のお知らせ					
	30	もっと!水の惑星紀行 ^[注]	あっこれみよっ ^[注]	アルキノ	あつたかごはん ^[注]	映画な時間 ^[注]	30 ニュースMCTV(木曜号)
	45	VAMOSIFC.ISE-SHIMA ^[注]	空から見れば ^[注]		SPORTS TIME ^[注]	あつたかごはん ^[注]	45 道路・河川・海カメラ
8	00	すぽおつでござる!	SPORTS TIME	発信!モノゴコロ	あつまれ☆元気っズ	店log.(みせログ)	00 ニュースMCTV(火曜号)
	15	発信!モノゴコロ	あつたかごはん	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	ぐるぐるグルメ	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	15 ウィークリータ刊三重
	30	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ	発信!モノゴコロ	すぽおつでござる!	30 武将と行く!家康ゆかり旅in岡崎
	45	空から見ればなど					
9	00	ニュースMCTV(月曜号)	ニュースMCTV(火曜号)	ニュースMCTV(水曜号)	ニュースMCTV(木曜号)	ニュースMCTV(金曜号)	00 ニュースMCTV(水曜号)
	20	求人情報、道路・河川・海カメラ、地域のお知らせ					
	30	あつまれ☆元気っズ	あっこれみよっ ^[注]	アルキノ	あつたかごはん ^[注]	映画な時間 ^[注]	30 道路・河川・海カメラ
	45	VAMOSIFC.ISE-SHIMA ^[注]	空から見れば ^[注]		SPORTS TIME ^[注]	あつたかごはん ^[注]	45 道路・河川・海カメラ
10	00	すぽおつでござる!	SPORTS TIME	発信!モノゴコロ	あつまれ☆元気っズ	店log.(みせログ)	00 ニュースMCTV(木曜号)
	15	発信!モノゴコロ	あつたかごはん	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	ぐるぐるグルメ	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	15 ウィークリータ刊三重
	30	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ	発信!モノゴコロ	すぽおつでござる!	30 武将と行く!家康ゆかり旅in岡崎
	45	空から見ればなど					
11	00	ニュースMCTV(月曜号)	ニュースMCTV(火曜号)	ニュースMCTV(水曜号)	ニュースMCTV(木曜号)	ニュースMCTV(金曜号)	00 釣りうえ〜ぶ
	20	求人情報、道路・河川・海カメラ					
	30	映画な時間	もっと!水の惑星紀行	シェアネタ	アルキノ	発信!モノゴコロ	30 ウィークリータ刊三重
	45	あつたかごはん	映画な時間	ぐるぐるグルメ		空から見れば	45 VAMOSIFC.ISE-SHIMA
深夜0	00	発信!モノゴコロ	すぽおつでござる!	SPORTS TIME	店log.(みせログ)		00 武将と行く!家康ゆかり旅in岡崎
	15	空から見れば	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	空から見れば	シェアネタ		15 発信!モノゴコロ
	30	鈴木まあやのゴルフ塾	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ		30 あっこれみよっ
	45	地域のお知らせなど					

[注] 15日(月)~19日(金)の午前8:30~、午後0:30~、午後8:30~はアルキノ(20分)を放送します。

※1日(月)~7日(日)は新春特別編成となります。詳しくはP102~103をご覧ください。

※特別番組についてはP100をご覧ください。

ニュースMCTV

放送日時 月曜～金曜 午後6:00 更新

松阪・志摩・明和・多気・大台・大紀のホットな話題をお届けする「ニュースMCTV」。身近な出来事や話題をより楽しく、より分かりやすくお伝えします。



金曜日号のコーナー

便利で簡単!ライフハック

「便利で簡単!ライフハック」!おうちでも手軽に使えるライフハックグッズや生活に役立つポイントを紹介!お楽しみに!



このmachi TAKE OUT

「このmachi TAKE OUT」では、この町の美味しいテイクアウトグルメをご紹介!ガッツリランチからかわいらしいスイーツまでいろんな食べ物をテイクアウトしますよ!



特別番組 二十歳のつどい2024

放送日時 ■コミュニティチャンネル第1(地デジ12ch)
1月20日・27日 土曜日 午後0:00
1月21日・28日 日曜日 午後6:00

2024年の各地の二十歳のつどいの様子を二十歳の抱負やインタビューを交えながらお送りします。大人への仲間入りを果たしたみなさんの晴れ姿、是非ご覧ください。



FC.ISE-SHIMA応援番組 「VAMOS!FC.ISE-SHIMA」

放送日時 ■コミュニティチャンネル第1(地デジ12ch)
月曜日 午前8:45ほか

三重県中南部地域からJリーグ入りを目指す社会人サッカークラブFC.ISE-SHIMA。2023シーズンを共に過ごした、ファン・サポーターのみなさんとの楽しい時間「FC.ISE-SHIMA感謝祭」の様子などをお届けします!お楽しみに!



最終回 武将と行く! 家康ゆかり旅 in 岡崎

放送日時 ■コミュニティチャンネル第1(地デジ12ch)
金曜日 午前7:30ほか

【#12】「最終回～天下の道～」。岡崎市康生通2丁目にある散歩道、通称「天下の道」を歩きながら道中にある家康公を支えた徳川四天王像を紹介!周辺のおすすめグルメを紹介します!お楽しみに!



生中継 第22回松阪吹奏楽フェスティバル2023

放送日時 ■コミュニティチャンネル第1(地デジ12ch)
28日(日) 午後0:55～4:30(予定)

松阪・多気・明和地区の小学生、中学生、高校生、社会人の吹奏楽団が集結し、合同演奏する吹奏楽フェスティバルの様子をまるごと生中継!

新松阪市マイナンバーカードセンター

放送日時 ■コミュニティチャンネル第1(地デジ12ch)
月曜日・水曜日 午後5:55～/火曜日・木曜日 午後0:25～
松阪市マイナンバーカードセンターでできる手続きなどをご紹介します。

ほいけんたのホップ!ステップ! け～ぶるGiRLS!! #5

放送日時 ■コミュニティチャンネル第1(地デジ12ch)
土曜日 午後10:00～10:30
日曜日 午後4:30～5:00

制作: 日本デジタル配信(スターキャット・ケーブルネットワーク)

ぐるぐるグルメ
制作/ZTV

伊勢・志摩のグルメ情報をお届けします。

ナナちゃんのお店紹介
制作/ICT

伊賀・上野地域のお店をご紹介します。

Z-NAVIGATION
制作/ZTV

津市近隣のグルメ情報をご紹介します。

柏原芳恵の喫茶☆歌謡界

■コミュニティチャンネル第1(地デジ12ch)
月曜日 午後0:30 水曜日 午後7:30
■コミュニティチャンネル第2(地デジ11ch)
金曜日 午後11:00 土曜日 午後11:00

鈴木まあやのゴルフ塾
～育てよう!未来のプロゴルファー～
制作/ZTV

■コミュニティチャンネル第1(地デジ12ch)
月曜日 午後11:30～、水曜日 午後7:00～、
金曜日 午後1:15～

お店タウンマップいいね!
制作/CTV、CNS

北勢地域のお店をご紹介します。

ケーブルネットワークみえ
制作/三重県ケーブルテレビ協議会

県内のケーブルテレビ局が制作した番組をお届けします。

皇學館大学 大学生テレビ局
制作/ZTV

大学生が手がける地域密着番組です。

こちら
松阪商工会議所です

【放送日時】22(月)～26(金)
午前8:20～、午後8:20～

もっと!水の惑星紀行
制作/ZTV

毎年1月は恒例となった水族館クイズ。今回も生きものたちの不思議な生態や秘密はもちろん、2024年の干支にちなんだクイズなど、飼育員さんたちから出題されるクイズと一緒に考えよう!

け～ぶるにっぽん おまつりニッポン

【伊万里ケーブルテレビジョン】伊万里トントン祭り
【び～ぶる】唐津くんち
13(土)、14(日)、20(土)、21(日)

け～ぶるにっぽん 壮観劇場

【長崎ケーブルメディア】巨樹古木の物語
27(土)、28(日)

とんと昔があったげな2
制作/山陰ケーブルビジョン(株)

出雲地方に残る昔懐かしい民話を、語り部さんがご紹介。人気シリーズ第二弾もいるんおはなしを出雲地方の方言でお届けします。
第13話『カラス天狗の恩返し』

コミュニティチャンネル(第1)番組ラインナップ

■8日更新

気になるお店をピックアップ! 店log.

お店紹介番組「気になるお店をピックアップ!店log.(みせログ)」。地域のおいしい!楽しい!おすすめのお店をご紹介します。今月は、**志摩市の「まぶしのいちや」**にお邪魔します。



■15日更新

シェアネタ ～気になる話題お届けします～

地域の気になるスポットやまだ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します。

- 1日～ 花アトリエEsprit (明和町)
- 15日～ かぎ針編み教室 笑う門には福来る (志摩市)



アルキノ

ある日、ある時、ある場所を1日歩きながら、風景と人との出会いを楽しむ旅番組。
歩く場所：**大台町小切畑**



あつまれ☆元気っズ

マーブルくんとマーリンちゃんが元気な子どもたち「元気っズ」を探します。子どもたちの可愛いダンスもありますよ!

- 1日～ 松阪清泉愛育園 (松阪市)
- 15日～ 鶏方幼稚園 (志摩市)



前川先生のあったかごはん

松阪市中町にある前川料理教室の前川先生が美味しい料理の作り方をご紹介します!今回は「**韓国風海苔巻き**」を作ります。



スポーツ応援番組 SPORTS TIME

ナビゲーター・スポまると一緒に、この地域で頑張るスポーツマンを応援しよう!

- 1日～ 握拳道(握力競技のチーム)
- 15日～ マウンテンバイクの学校



映画な時間

今月は**5日(金)公開『エクスペンダブルズ ニューブラッド』**と**26日(金)公開『劇場版 君と世界が終わる日に FINAL』**の見どころを分かりやすくご紹介いたします。番組の最後にはペア招待券のプレゼントもありますよ!



すぽおつでござる!

忍びの里で修業をする忍者が志摩地域で頑張るスポーツチームや団体を忍法や手裏剣を封印して体当たりでレポート!

- 1日～ 阿児卓友会(卓球)
- 15日～ MAKER(ソフトバレー)



ジェニファーと えいごではなぞ!

ジェニファー先生が、MCTVのマスクットキャラクター・マーブルくんとマーリンちゃんに英語を教えます。一緒に英語を覚えよう!



発信!モノゴコロ

地域の頑張る会社や一味違うお店、そこから生み出される商品にスポットをあててご紹介いたします。

- 1日～ 有限会社丸井食品三重工場(松阪市)
- 15日～ スタージョンロハス(大台町)



あっ これみよっ

数ある専門チャンネルの中から今月注目のチャンネルをピックアップ!プレゼントもお見逃しなく!

- 1日～ チャンネル銀河
- 15日～ 囲碁・将棋チャンネル



空から見れば

身近な風景や建物を、ドローンを活用し、上空からの視点で綴る10分間。

- 1日～ 志摩市観光農園のコキア
- 15日～ 金比羅山(志摩市)



毎週金・土・日曜放送 釣りうえ〜ぶ

釣り人の「見たい!知りた〜い!釣ってみたい!」心を刺激し釣りをより楽しむためのフィッシングエンタメ情報番組。多彩な要素を盛り込んだ番組独自の取材情報を主軸にスタジオから毎週発信!



©釣りビジョン

毎週土・日曜放送 ウィークリータ刊三重 ニュース&こんばんワッ!

夕刊三重新聞社の記者が過去一週間の中から話題の記事を解説します。

