

※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(1,8,15,22,29)	火(2,9,16,23,30)	水(3,10,17,24)	木(4,11,18,25)	金(5,12,19,26)	土(6,13,20,27)	日(7,14,21,28)
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	志摩あるき	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	武将とぐるり!城めぐり珍道中	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 <sup>[注]</sup>	志摩あるき	あつたかごはん <sup>[注]</sup>	Z-NAVIGATION <sup>[注]</sup>	もっと!水の惑星紀行 <sup>[注]</sup>	30 道路・河川・海カメラ
	45	VAMOSIFC.ISE-SHIMA <sup>[注]</sup>		空から見れば <sup>[注]</sup>	あつたかごはん <sup>[注]</sup>	映画な時間 <sup>[注]</sup>	45 道路・河川・海カメラ
	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
	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
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
	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	志摩あるき	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 武将とぐるり!城めぐり珍道中
	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・海カメラなど					
	30	柏原芳恵の喫茶☆歌謡界	店log.(みせログ) <sup>[注]</sup>	発信!モノゴコロ <sup>[注]</sup>	志摩あるき	あつたかごはん <sup>[注]</sup>	30 ウィークリータ刊三重
	45		映画な時間 <sup>[注]</sup>	あつまれ☆元気っズ <sup>[注]</sup>		空から見れば <sup>[注]</sup>	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)	武将とぐるり!城めぐり珍道中	00
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	Z-NAVIGATION	15 けーぶるにっぽん
	30	志摩あるき	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
	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
	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
	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	志摩あるき	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
	15	すぽおつでござる!	発信!モノゴコロ	もっと!水の惑星紀行	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	空から見れば	15
	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
	45	地域のお知らせなど					
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
	20	求人情報、道路・河川・海カメラ					
	30	あっこれみよっ	志摩あるき	あつたかごはん	映画な時間	もっと!水の惑星紀行	30
	45	シェアネタ		空から見れば	あつたかごはん	武将とぐるり!城めぐり珍道中	45
6	00	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	シェアネタ	あつまれ☆元気っズ	すぽおつでござる!	00
	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
	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
	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
	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 <sup>[注]</sup>	あっこれみよっ <sup>[注]</sup>	志摩あるき	あつたかごはん <sup>[注]</sup>	映画な時間 <sup>[注]</sup>	30
	45	VAMOSIFC.ISE-SHIMA <sup>[注]</sup>	空から見れば <sup>[注]</sup>		SPORTS TIME <sup>[注]</sup>	あつたかごはん <sup>[注]</sup>	45
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
	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
	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
	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
	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	志摩あるき	発信!モノゴコロ	30
	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
10	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
	15	空から見れば	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	空から見れば	シェアネタ		15
	30	ぐるぐるグルメ	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ		30
	45	地域のお知らせなど					
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
	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	志摩あるき	発信!モノゴコロ	30
	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
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
	15	空から見れば	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	空から見れば	シェアネタ		15
	30	ぐるぐるグルメ	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ		30
	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~の [注] は、志摩あるき(20分)を放送します。  
 新JUNCTION(エフ ジャクション)は初回放送26日(金)午後11:00~です。それまでの期間は釣りうえ~ぶを放送します。  
 ※特別番組により、一部の放送日時において編成が異なる場合があります。詳細はP102-103をご確認ください。

# コミュニティチャンネル(第1)番組ラインナップ

## ■1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、大紀町の「Cafe Tora8」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～ コーヒーやハンドメイド資材のお店"bistara"(ビスタレイ)
- 15日～ 大紀町で小型定置網漁業体験



### 志摩あるき

志摩の素晴らしさをゆっくり歩きながら再発見していきます。

歩く場所 浜島町塩屋周辺



### あつまれ☆元気っず

マーブルくんとマーリンちゃんが元気な子どもたち「元気っず」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～ 東保育園(松阪市)
- 15日～ 大宮保育園(大紀町)



### 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紹介!今回は「スパゲッティ トマトソース」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～ MEC(ソフトテニス)
- 15日～ NEO極真カラテ小柳道場



### 映画な時間

今月は12日(金)公開「名探偵コナン 100万ドルの五稜星」と19日(金)公開『陰陽師0』の見どころを分かりやすくご紹介!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～ 志摩クラブ(バレーボール)
- 15日～ 浜島SCベースボール教室



### ジェニファーと えいごではなそ!

ジェニファー先生が、MCTVのマスコットキャラクター・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!します。

- 1日～ 奥野食品(松阪市)
- 15日～ やまがね 山鉄(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～ J SPORTS
- 15日～ ファミリー劇場



### 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～ 笠松河津桜ロード(松阪市)
- 15日～ 櫛田川の風景(多気町)



### 新 F JUNCTION (エフジャンクション)

初回放送26日(金)午後11:00～  
Fishing, Future, Fun, Friend...そして Fishing Vision  
様々な[F]が交じわるジャンクションとして釣り業界を横断するフィッシングエンタメ情報番組。話題の釣り具情報、釣りや魚にまつわる最新情報、釣り観光・魅力満載の地域情報を発信。



毎週土・日曜放送

### ウィークリータ刊三重 ニュース&こんばんワンツ!

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。

