

時間	4/29 (月・祝)	30 (火)	5/1 (水)	2 (木)	3 (金・祝)	4 (土・祝)	5 (日・祝)	時間
午前6	00 ナナちゃんのお店紹介 総集編	空から見れば 総集編	壮観劇場(兵庫)	皇學館大学 大学生TV局	おまつりニッポン (佐賀)	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
		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	壮観劇場(大分)			
7	00 いろんなのりもの 30 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	皇學館大学 大学生TV局 武将とぐるり! 城めぐり珍道中	アルキノ 総集編	前川先生の あったかごはん 総集編	7 00 30 45
		VAMOS! FC.ISE-SHIMA						
8	00 武四郎まつり 30	いろんなのりもの	皇學館大学 大学生TV局	ジェニファーと えいごではなそ!	発信! モノゴコロ 総集編	すぽおつでござる! 総集編	志摩あるき 総集編	8 00 30
		皇學館大学 大学生TV局	いろんなのりもの	継承~五身懸祭~				
9	00 シェアネタ ~気になる話題お届けします~ 総集編 45	アルキノ 総集編	二十歳のつどい2024	空から見れば 総集編	店log. 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 45
		あっこれみよっ						
10	00 SPORTS TIME 総集編 30 45	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	店log. 総集編	アルキノ 総集編	継承~五身懸祭~ VAMOS! FC.ISE-SHIMA 武将とぐるり! 城めぐり珍道中	あつまれ☆元気っズ 総集編	10 00 30 45
11	00	QVC						11 00
午後0	00 継承~五身懸祭~ 30 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	二十歳のつどい2024	SPORTS TIME 総集編	壮観劇場(北海道) ジェニファーと えいごではなそ!	午後0 00 30
1	00 あつまれ☆元気っズ 総集編 15 30	発信! モノゴコロ 総集編	おまつりニッポン (山梨・岡山)	壮観劇場(長崎)	武将とぐるり! 城めぐり珍道中 あっこれみよっ	壮観劇場(北海道)	あっこれみよっ VAMOS! FC.ISE-SHIMA	1 00 15 30
			いろんなのりもの	ジェニファーと えいごではなそ!	継承~五身懸祭~	おまつりニッポン (北海道・宮崎)	いろんなのりもの	
2	00	QVC						2 00
3	00 前川先生の あったかごはん 総集編 45	店log. 総集編	発信! モノゴコロ 総集編	二十歳のつどい2024	SPORTS TIME 総集編	ケーブルネットワーク みえ	アルキノ 総集編 武将とぐるり! 城めぐり珍道中	3 00 45
4	00 アルキノ 総集編 45 VAMOS! FC.ISE-SHIMA	まるっとじもスポ (明和町ソフトテニス インドア大会)	前川先生の あったかごはん 総集編	まるっとじもスポ (THE DODGE 2023)	あつまれ☆元気っズ 総集編	武四郎まつり	空から見れば 総集編 あっこれみよっ	4 00 45
5	00 すぽおつでござる! 総集編 45		SPORTS TIME 総集編	アルキノ 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 (明和町ソフトテニス インドア大会) VAMOS! FC.ISE-SHIMA	店log. 総集編	5 00 45
6	00 発信! モノゴコロ 総集編 45	第22回松阪吹奏楽 フェスティバル	あつまれ☆元気っズ 総集編	発信! モノゴコロ 総集編	空から見れば 総集編 武将とぐるり! 城めぐり珍道中	店log. 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 45
7	00 あつまれ☆元気っズ 総集編 30 45		ジェニファーと えいごではなそ! 柏原芳恵の 喫茶☆歌謡界	あつまれ☆元気っズ 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	継承~五身懸祭~ 武将とぐるり! 城めぐり珍道中 VAMOS! FC.ISE-SHIMA	7 00 30 45
8	00 二十歳のつどい2024 30 45	あつまれ☆元気っズ 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		おまつりニッポン (秋田・北海道) 壮観劇場(長野)	8 00 30 45
9	00 空から見れば 総集編 15 30 45 VAMOS! FC.ISE-SHIMA	発信! モノゴコロ 総集編	店log. 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	第22回松阪吹奏楽 フェスティバル	武四郎まつり	9 00 15 30 45
10	00 店log. 総集編 30	SPORTS TIME 総集編	空から見れば 総集編	すぽおつでござる! 総集編	武四郎まつり		発信! モノゴコロ 総集編	10 00 30
11	00 志摩あるき 総集編 30 45 VAMOS! FC.ISE-SHIMA	すぽおつでござる! 総集編	志摩あるき 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 (明和町ソフトテニス インドア大会)	空から見れば 総集編 あっこれみよっ	二十歳のつどい2024	11 00 30 45
0	00	ショッピングチャンネル						0 00

特別番組再放送

二十歳のつどい2024

2024年1月、各地で行われた「二十歳の集い」の様子を、お気に入りの晴れ着のポイントやこれからの目標など、参加した皆さんのインタビューを交えながらご紹介します。



第22回松阪吹奏楽フェスティバル

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お送りします。



武四郎まつり

北海道の名付け親である松浦武四郎・アイヌ文化・北海道への理解を楽しく美味しく深められるお祭りです。番組では地元の小学生による武四郎の生涯を描いた劇などをお送りします。



継承～五身懸祭～

大台町の川添神社で、五穀豊穡などを願う「五身懸祭」。400年以上続くと言われてこの地域で一番大きな規模の祭典です。番組では次の世代に受け継いでいこうと奮闘する氏子たちの姿を追いました。



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。

気になるお店をピックアップ！ 店log.



地域のおいしい！楽しい！おすすめのお店をご紹介します。

- natura (ナトゥーラ) / 松阪市
- まぶしのいちや / 志摩市
- 伊勢いも料理 相里 / 多気町
- とんかつ 四十三番 松阪店 / 松阪市

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。

- 116歩 阿児町国府
- 117歩 阿児町立神



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47 大台町小切畑
- その48 多気町古江



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お家庭料理をご紹介します。

- スパイスチキンカレー
- 韓国風海苔巻き
- 焼売 (シューマイ)
- チキン南蛮

あつまれ☆元気っス

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。

- 松阪清泉保育園 (松阪市)
- 鶴方幼稚園 (志摩市)
- 多気の社こども園 (多気町)
- 東保育園 (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！

- 阿児卓友会 (卓球)
- ソフトバレーボールチーム [MAKER]
- BeSTUDIO (英語キッズアクティビティ)
- 志摩クラブ (バレーボール)



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。

- 握撃道 (握力競技のチーム)
- マウンテンバイクの学校
- 相可高校弓道部 山中史音くん
- MEC (ソフトテニス)

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。

- 志摩市観光農園のコキア (志摩市)
- 金比羅山 (志摩市)
- 大内山川 (大紀町)
- 笠松河津桜ロード (松阪市)

発信！モノゴコロ



地域の頑張る会社やひと味違うお店、こだわりの商品にスポットを当てる番組です。

- 有限会社丸井食品 三重工場 (松阪市)
- スタージョンロハス (大台町)
- 駄菓子のおいや (松阪市)
- 奥野食品株式会社 (松阪市)

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いたします。

- 花アトリエ Esprit (エスプリ) / 明和町
- かぎ針編みサロン 笑う門には福来る / 志摩市
- ミュージッキングって何？ / 多気町
- bistarai (ビスタレイ) / 大台町