

地デジ12ch CS012ch コミュニティチャンネル(第1) 番組表

※午前6:00～午前9:00の時間帯は、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(7,14,21,28)	火(1,8,15,22,29)	水(2,9,16,23,30)	木(3,10,17,24,31)	金(4,11,18,25)	土(5,12,19,26)	日(6,13,20,27)	
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)	ニュースMCTV 【ダイジェスト】 月曜号 6:00～、7:40～、9:20～ 火曜号 6:20～、8:00～、9:40～ 水曜号 6:40～、8:20～、10:00～ 木曜号 7:00～、8:40～、10:20～ 金曜号 7:20～、9:00～、10:40～	
	20	道路・河川・海カメラなど						
	30	志摩あるき	あったかごはん	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
7	00 店log.(みせログ)	あつまれ☆元氣っズ	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		
	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☆元氣っズ		
	45	ジェニファーとえいごではなそ!、地域のお知らせなど						45 VAMOSIFC.ISE-SHIMA
8	00 あったかごはん	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・海カメラなど						20 道路・河川・海カメラ
	30 あっ これみよっ ^[注]	志摩あるき	あったかごはん ^[注]	Z-NAVIGATION ^[注]	もっと!水の惑星紀行 ^[注]	30 ウィークリータ刊三重		
	45 VAMOSIFC.ISE-SHIMA ^[注]		空から見れば ^[注]	あったかごはん ^[注]	映画な時間 ^[注]	45 空から見れば		
9	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☆元氣っズ			
	30 店log.(みせログ)	あつまれ☆元氣っズ	あったかごはん	すぽおつでござる!	SPORTS TIME			
	45	空から見れば、道路・河川・海カメラ						
10	00 映画な時間	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						
	30 Z-NAVIGATION	あっ これみよっ	志摩あるき	あったかごはん	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		
11	00	ショッピング番組 QVC						
午後0	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)	おまつりニッポン／ 壮観劇場	
	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) ^[注]	発信!モノゴコロ ^[注]	志摩あるき	あったかごはん ^[注]	30 ウィークリータ刊三重	志摩あるき	
	45	映画な時間 ^[注]	あつまれ☆元氣っズ ^[注]	50 踊Light Body Sunny	空から見れば ^[注]	45 あったかごはん		
1	00 あつまれ☆元氣っズ	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 おまつりニッポン ／壮観劇場	00 VAMOSIFC.ISE-SHIMA	
	15 空から見れば	シェアネタ	あったかごはん	映画な時間	Z-NAVIGATION	15	シェアネタ	
	30 志摩あるき	皇學館大学 大学生テレビ局	シェアネタ	あったかごはん	映画な時間	30 ウィークリータ刊三重	30 あっ これみよ	
	45	ぐるぐるグルメ	発信!モノゴコロ	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	45	Z-NAVIGATION	
2	00	ショッピング番組 QVC						
3	00 あつまれ☆元氣っズ	あったかごはん	すぽおつでござる!	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	00	00 武将とぐるり!城めぐり珍道中	
	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 ケーブルネットワークみえ		
	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☆元氣っズ	30		
	45	地域のお知らせなど						45
4	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)	00 皇學館大学 大学生テレビ局	
	20	ジェニファーとえいごではなそ!、道路・河川・海カメラ						20 CS番組紹介
	30 志摩あるき	SPORTS TIME	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		30 はいけんたのホップ!ステップ! け〜ぶるGIRLS!! シーズン2
	45	空から見れば	あったかごはん	映画な時間	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	45 SPORTS TIME		
5	00 店log.(みせログ)	あつまれ☆元氣っズ	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	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☆元氣っズ	映画な時間	すぽおつでござる!	SPORTS TIME	店log.(みせログ)			
	45	地域のお知らせなど						
6	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)	00 ニュースMCTV(月曜号)	
	20 踊Light Body Sunny	求人情報、道路・河川・海カメラ					25 道路・河川・海カメラ	
	30 あっ これみよっ	志摩あるき	あったかごはん	映画な時間	もっと!水の惑星紀行	30	30 志摩あるき	
	45 シェアネタ		空から見れば	あったかごはん	武将とぐるり!城めぐり珍道中	55 道路・河川・海カメラ		
7	00 SPORTS TIME	店log.(みせログ)	シェアネタ	あつまれ☆元氣っズ	すぽおつでござる!	00 ウィークリータ刊三重	00 ニュースMCTV(火曜号)	
	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)	20 ウィークリータ刊三重	
	30 店log.(みせログ)	あつまれ☆元氣っズ	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☆元氣っズ	30 武将とぐるり!城めぐり珍道中	
	45	地域のお知らせなど					45 地域のお知らせなど	
8	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)	00 ニュースMCTV(水曜号)	
	20	求人情報、道路・河川・海カメラ					20 道路・河川・海カメラ	
	30 もっと!水の惑星紀行 ^[注]	あっ これみよっ ^[注]	志摩あるき	あったかごはん ^[注]	映画な時間 ^[注]	30 発信!モノゴコロ		
	45 VAMOSIFC.ISE-SHIMA ^[注]	空から見れば ^[注]		SPORTS TIME ^[注]	あったかごはん ^[注]	55 道路・河川・海カメラ	45 あつまれ☆元氣っズ	
9	00 すぽおつでござる!	SPORTS TIME	発信!モノゴコロ	あつまれ☆元氣っズ	店log.(みせログ)	00 志摩あるき	00 ニュースMCTV(木曜号)	
	15 発信!モノゴコロ	あったかごはん	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	ぐるぐるグルメ	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	20	ウィークリータ刊三重	
	30 SPORTS TIME	店log.(みせログ)	あつまれ☆元氣っズ	発信!モノゴコロ	すぽおつでござる!	30	武将とぐるり!城めぐり珍道中	
	45	空から見ればなど						
10	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 はいけんたのホップ!ステップ! け〜ぶるGIRLS!! シーズン2	00 ニュースMCTV(金曜号)	
	20	求人情報、道路・河川・海カメラ					25 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 ウィークリータ刊三重	30 志摩あるき	
	45 あったかごはん	映画な時間	ぐるぐるグルメ		空から見れば	45 VAMOSIFC.ISE-SHIMA		
11	00 発信!モノゴコロ	すぽおつでござる!	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	フィッシング情報番組 F JUNCTION	00 武将とぐるり!城めぐり珍道中	00 すぽおつでござる!	
	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	15 あっ これみよっ	
	30 ぐるぐるグルメ	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	あつまれ☆元氣っズ		30	30 SPORTS TIME	
	45	地域のお知らせなど					45 地域のお知らせなど	
深夜0	00	ショッピング番組 ショップチャンネル 0:00～6:00						

^[注]14日(月)～18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。
※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。詳しくは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、志摩市の「さざ波食堂」にお邪魔します。



志摩あるき

志摩の町を歩いて皆さんとふれあう小さな旅番組
あるく場所：阿児町安乗



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!

- 1日～ 今からあなたも煮物上手 味しみしめ 肉じゃが



映画な時間

今月は11日(金)公開「室井慎次 敗れざる者」と25日(金)公開「八犬伝」の見どころを分かりやすくご紹介します。番組の最後にはペア招待券のプレゼントもありますよ!



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!



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～ 旅チャンネル
- 15日～ アジアドラマチックTV



■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～ 介護美容 Aya+Care (アヤケア) (明和町)
- 15日～ みんなで楽しく頭の体操! 健康麻雀 (志摩市)



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～ ひまわり保育園 (松阪市)
- 15日～ 春日保育園 (松阪市)



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～ 松阪ジャガーズ
- 15日～ 世界寛水流空手道連盟 竜成会 松阪北道場



すばおつでござる!

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～ 空手道 光武会館 志摩道場
- 15日～ しまインクルーシブ スポーツの会



発信!モノゴコロ

地域の頑張る会社やひと味違うお店、そこから生み出される商品にスポットをあててご紹介!

- 1日～ たいやき しんや (松阪市)
- 15日～ たかやま葡萄園 (多気町)



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～ 大淀西海岸ムーンビーチキャンプ場 (明和町)
- 15日～ 天啓公園 (多気町)



F JUNCTION

Fishing, Future, Fun, Friend...そして Fishing Vision. 様々な[F]が交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、釣りと観光・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&こんばんワッ!

タ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。

