

※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)	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～、8:30～ 火曜号 6:30～、9:00～ 水曜号 7:00～、9:30～ 木曜号 7:30～、10:00～ 金曜号 8:00～、10:30～	
	25	道路・河川・海カメラなど						
	30 志摩あるき	新前川先生の味わいレシピ	あっ これみよっ	図シエアナ	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 図シエアナ	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						45 VAMOSIFC.ISE-SHIMA
8	00 新前川先生の味わいレシピ	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)		
	25	道路・河川・海カメラなど						25 道路・河川・海カメラ
	30 あっ これみよっ ^[注]	志摩あるき	新前川先生の味わいレシピ ^[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]	新前川先生の味わいレシピ ^[注]	映画な時間 ^[注]	55 道路・河川・海カメラ		
9	00 SPORTS TIME	すぽおつでござる!	図シエアナ	あっ これみよ	図シエアナ	00		フィッシング情報番組 F JUNCTION
	15 すぽおつでござる!	Z-NAVIGATION	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ	45		
	30 店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ	新前川先生の味わいレシピ	すぽおつでござる!	SPORTS TIME	55		
	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)		
	25	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	新前川先生の味わいレシピ	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	新前川先生の味わいレシピ		発信!モノゴコロ	図シエアナ	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	
	25	道路・河川・海カメラなど						
	30 映画な時間 ^[注]	店log.(みせログ) ^[注]	発信!モノゴコロ ^[注]	志摩あるき	新前川先生の味わいレシピ ^[注]	30 ウィークリータ刊三重		
	45 新前川先生の味わいレシピ ^[注]	映画な時間 ^[注]	あつまれ元気っズ ^[注]		空から見れば ^[注]	45 新前川先生の味わいレシピ		
1	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 おまつりニッポン/ 壮観劇場	00 VAMOSIFC.ISE-SHIMA	
	15 空から見れば	図シエアナ	新前川先生の味わいレシピ	映画な時間	鈴木まあやのゴルフ塾2	15 図シエアナ	15	
	30 志摩あるき	皇學館大学 大学生テレビ局	図シエアナ	新前川先生の味わいレシピ	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	45 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☆元気っズ	新前川先生の味わいレシピ	すぽおつでござる!	SPORTS TIME	新北勢情報トライフル!	00	00 武将とぐるり!城めぐり珍道中	
	15 図シエアナ	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	発信!モノゴコロ	空から見れば		ケーブルネットワークみえ	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					45 すぽおつでござる	
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	
	25	ジェニファーとえいごではなそ!、道路・河川・海カメラ					25 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!!	
	45	空から見れば	新前川先生の味わいレシピ	映画な時間	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	45	00 フィッシング情報番組 F JUNCTION	
5	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	まるっと!じもスポ		
	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			
	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)			
	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) 画	00 ニュースMCTV(月曜号)	
	25	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	新前川先生の味わいレシピ	映画な時間	もっと!水の惑星紀行	30 ニュースMCTV(火) 画	30 志摩あるき	
	45 図シエアナ		空から見れば	新前川先生の味わいレシピ	武将とぐるり!城めぐり珍道中	55 道路・河川・海カメラ	00 ニュースMCTV(火曜号)	
7	00 SPORTS TIME	店log.(みせログ)	鈴木まあやのゴルフ塾2	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)	図シエアナ	15 店log.(みせログ)		
	30 店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ	あっ これみよっ	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						
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) 画	00 ニュースMCTV(水曜号)	
	25	求人情報、道路・河川・海カメラ					25 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	新前川先生の味わいレシピ ^[注]	映画な時間 ^[注]	30 ニュースMCTV(木) 画	30 発信!モノゴコロ	
	45 VAMOSIFC.ISE-SHIMA ^[注]	空から見れば ^[注]		SPORTS TIME ^[注]	新前川先生の味わいレシピ ^[注]	55 道路・河川・海カメラ	45 あつまれ☆元気っズ	
9	00 すぽおつでござる!	SPORTS TIME	発信!モノゴコロ	あつまれ☆元気っズ	店log.(みせログ)	00	00 ニュースMCTV(木曜号)	
	15 発信!モノゴコロ	新前川先生の味わいレシピ	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	ぐるぐるグルメ	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	25 志摩あるき	25 道路・河川・海カメラ	
	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 図シエアナ	30 武将とぐるり!城めぐり珍道中	
	45	空から見ればなど					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!!	00	
	25	求人情報、道路・河川・海カメラ					30 まるっと!じもスポ	
	30 映画な時間	もっと!水の惑星紀行	図シエアナ	志摩あるき	発信!モノゴコロ	30 ウィークリータ刊三重		
	45 新前川先生の味わいレシピ	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		
	15 空から見れば	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	空から見れば	図シエアナ		15 発信!モノゴコロ	15 あっ これみよ	
	30 鈴木まあやのゴルフ塾2	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ	志摩あるき	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

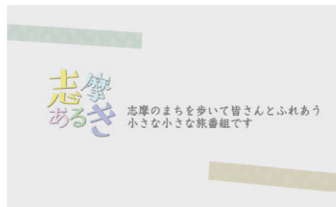
気になるお店をピックアップ！ 店log.

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、**松阪市のM's house**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：浜島町松山路周辺



新前川先生の味わいレシピ

「前川先生のあったかごはん」がリニューアル!
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!

- パステルカラーで春らしく!
えびのおぼろご飯



映画な時間

今月は11日(金)公開「アマチュア」と
25日(金)公開「映画『マイクラフト
／ザ・ムービー』」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・マーブルちゃんと
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～ J SPORTS
- 15日～ アクションチャンネル



■15日更新

【終】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～ オガコを使った酵素風呂
(多気町)



あつまれ☆元気っず

マーブルちゃ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～ 梅村幼稚園 (松阪市)
- 15日～ 山室幼稚園 (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!

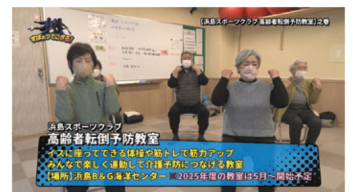
- 1日～ 徳和ジュニアバレーボールクラブ
明和陸上少年団
- 15日～ 松阪ジュニアソフトテニスクラブ
MJS



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～ 浜島SC・高齢者転倒予防教室
- 15日～ ウロボロス (バスケットボール)



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
ポットをあてご紹介!します。

- 1日～ 手作りソーセージハウス
やまちゃんち (多気町)
- 15日～ やまもとベース (松阪市)



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～ 宮川ダム (大台町)
- 15日～ 油田公園の桜 (多気町) ※予定



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、釣りや観光・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。

