

※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(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)	00 ニュースMCTV(金曜号)	
	25	道路・河川・海カメラなど						
	30 アルキノ	前川先生の味わいレシピ	あっ これみよっ	発信!モノゴコロ	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		
7	15 SPORTSTIME	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	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～	
	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 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						
8	30 あっ これみよっ ^[注]	アルキノ	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]	25 道路・河川・海カメラ	ニュースMCTV(金曜号)	
	45 VAMOSIFC.ISE-SHIMA ^[注]		空から見れば ^[注]	前川先生の味わいレシピ ^[注]	映画な時間 ^[注]	30 ウィークリータ刊三重		
	00 SPORTS TIME		すぽおつでござる!	発信!モノゴコロ	あっ これみよ	店log.(みせログ)		45 空から見れば
	15 すぽおつでござる!	Z-NAVIGATION	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	空から見れば	あつまれ☆元気っズ	55 道路・河川・海カメラ		
	30 店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ	前川先生の味わいレシピ	すぽおつでござる!	SPORTS TIME	00 フィッシング情報番組 F JUNCTION		
9	45	空から見れば、道路・河川・海カメラ					ニュースMCTV(金曜号)	
	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	アルキノ	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	前川先生の味わいレシピ		発信!モノゴコロ	すぽおつでござる!	45 武将とぐるり!城めぐり珍道中		
10	00	ショッピング番組 QVC					おまつりニッポン／ 壮観劇場	
	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)		
	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]	アルキノ	前川先生の味わいレシピ ^[注]	30 ウィークリータ刊三重		
	45 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 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	VAMOSIFC.ISE-SHIMA 前川先生の味わいレシピ あっこれみよ Z-NAVIGATION	
	15 空から見れば	ぐるぐるグルメ	前川先生の味わいレシピ	映画な時間	店log.(みせログ)	15 ウィークリータ刊三重		
	30 アルキノ	皇學館大学 大学生テレビ局	空から見れば	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	ぐるぐるグルメ	発信!モノゴコロ	SPORTS TIME	45 店log.(みせログ)	45		
	00	ショッピング番組 QVC						
2	00 あつまれ☆元気っズ	前川先生の味わいレシピ	すぽおつでござる!	SPORTS TIME	北勢情報トライフル!	00 ケーブルネットワークみえ	00 武将とぐるり!城めぐり珍道中	
	15 店log.(みせログ)	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	映画な時間	空から見れば		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)		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)
25		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		SPORTS TIME	映画な時間	もっと!水の惑星紀行	あっ これみよっ	25 CS番組紹介		
45		空から見れば	前川先生の味わいレシピ	映画な時間	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	30 ウィークリータ刊三重		
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	45 SPORTS TIME		
4	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	00 ウィークリータ刊三重	00 フィッシング情報番組 F JUNCTION	
	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)	15 皇學館大学 大学生TV局		
	45	地域のお知らせなど						
	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)		
	25	求人情報、道路・河川・海カメラ						
5	30 あっ これみよっ	アルキノ	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	25 道路・河川・海カメラ	25 道路・河川・海カメラ	
	45 すぽおつでござる!		空から見れば	前川先生の味わいレシピ	武将とぐるり!城めぐり珍道中	30 ニュースMCTV(火曜号)		
	00 SPORTS TIME		店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ	すぽおつでござる!	55 道路・河川・海カメラ		
	15 空から見れば	Z-NAVIGATION	すぽおつでござる!	店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ	00 ウィークリータ刊三重		
	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		
6	45	地域のお知らせなど						
	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)	
	25	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	前川先生の味わいレシピ ^[注]	映画な時間 ^[注]	30 ニュースMCTV(木曜号)		
	45 VAMOSIFC.ISE-SHIMA ^[注]	空から見れば ^[注]		SPORTS TIME ^[注]	前川先生の味わいレシピ ^[注]	55 道路・河川・海カメラ		
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)		
7	15 発信!モノゴコロ	前川先生の味わいレシピ	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	ぐるぐるグルメ	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	00 アルキノ	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 武将とぐるり!城めぐり珍道中		
	45	空から見ればなど						
	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(金曜号)		
	25	求人情報、道路・河川・海カメラ						
8	30 映画な時間	もっと!水の惑星紀行	あっ これみよ	アルキノ	発信!モノゴコロ	25 道路・河川・海カメラ	30 道路・河川・海カメラ	
	45 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	30 ウィークリータ刊三重		
	00 発信!モノゴコロ	すぽおつでござる!	SPORTS TIME		店log.(みせログ)	45 VAMOSIFC.ISE-SHIMA		
	15 空から見れば	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	空から見れば	すぽおつでござる!	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		
	30 店log.(みせログ)	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ		00 すぽおつでござる!		
9	45	地域のお知らせなど					ニュースMCTV(金曜号)	
	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)		
	25	求人情報、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]	アルキノ	前川先生の味わいレシピ ^[注]	映画な時間 ^[注]	30 ニュースMCTV(木曜号)		
	45 VAMOSIFC.ISE-SHIMA ^[注]	空から見れば ^[注]		SPORTS TIME ^[注]	前川先生の味わいレシピ ^[注]	55 道路・河川・海カメラ		
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)		
10	15 発信!モノゴコロ	前川先生の味わいレシピ	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	ぐるぐるグルメ	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	00 アルキノ	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 武将とぐるり!城めぐり珍道中		
	45	空から見ればなど						
	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(金曜号)		
	25	求人情報、道路・河川・海カメラ						
11	30 映画な時間	もっと!水の惑星紀行	あっ これみよ	アルキノ	発信!モノゴコロ	25 道路・河川・海カメラ	30 道路・河川・海カメラ	
	45 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	30 ウィークリータ刊三重		
	00 発信!モノゴコロ	すぽおつでござる!	SPORTS TIME		店log.(みせログ)	45 VAMOSIFC.ISE-SHIMA		
	15 空から見れば	VAMOSIFC.ISE-SHIMA	空から見れば	すぽおつでござる!	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		
	30 店log.(みせログ)	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	あつまれ☆元気っズ		00 すぽおつでござる!		
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]15日(月)～19日(金)の午前8:30～、午後0:30～、午後8:30～の[注]はアルキノ(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THE BASE CAFE**にお邪魔します。



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：**大紀町打見**



前川先生の味わいレシピ

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!

- 今が旬! 地元の食材を使った
かぼちゃコロッケ



映画な時間

今月は**12日(金) 公開「ブラック・ショーマン」**と**19日(金) 公開「宝島」**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!



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〜 スカイA
- 15日〜 GAORA



■15日更新

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〜 立神保育所 (志摩市)
- 15日〜 相可保育園 (多気町)



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〜 坂寄愛美さん (卓球)
- 15日〜 奥伊勢RISE (野球)



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〜 浜島SC・スイミング教室 (シニア)
- 15日〜 神明スポーツ少年団バレーボール教室



発信!モノゴコロ

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

- 1日〜 八家フーズ (大紀町)
- 15日〜 株式会社うすけ (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〜 磯笛岬展望台 (志摩市)
- 15日〜 いこいの里周辺 (大台町)



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。

