

# 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 (1,8,15,22)              | 火 (2,9,16,23)                | 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)           |
|     | 25                         | 道路・河川・海カメラなど                 |                            |                                   |                                   |                            |                            |
|     | 30                         | 志摩あるき                        | 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                   |
| 7   | 00                         | 店log.(みせログ)                  | あつまれ☆元気っズ                  | 店log.(みせログ)                       | すばおつでござる！                         | 発信！モノゴコロ                   | 00 ウィークリータ刊三重              |
|     | 15                         | SPORTS TIME                  | すばおつでござる！                  | 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                 | すばおつでござる！                         | 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    |                            |                                   |                                   |                            |                            |
| 8   | 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                 |                            |                                   |                                   |                            |                            |
|     | 30                         | あっ これみよっ <sup>[注]</sup>      | 志摩あるき                      | 前川先生の味わいレシピ <sup>[注]</sup>        | Z-NAVIGATION <sup>[注]</sup>       | もっと！水の惑星紀行 <sup>[注]</sup>  | 30 ウィークリータ刊三重              |
|     | 45                         |                              |                            | VAMOSIFC.ISE-SHIMA <sup>[注]</sup> | 空から見れば <sup>[注]</sup>             | 前川先生の味わいレシピ <sup>[注]</sup> | 映画な時間 <sup>[注]</sup>       |
| 9   | 00                         | SPORTS TIME                  | すばおつでござる！                  | 発信！モノゴコロ                          | あっ これみよっ                          | 店log.(みせログ)                | 00                         |
|     | 15                         | すばおつでござる！                    | Z-NAVIGATION               | VAMOSIFC.ISE-SHIMA                | 空から見れば                            | あつまれ☆元気っズ                  | 00                         |
|     | 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                       | すばおつでござる！                         | SPORTS TIME                | 00                         |
|     | 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                             | 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                          | すばおつでござる！                  | 45 武将とぐるり！城めぐり珍道中          |
| 午後0 | 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)           |
|     | 25                         | 道路・河川・海カメラなど                 |                            |                                   |                                   |                            |                            |
|     | 30                         | 映画な時間 <sup>[注]</sup>         | 店log.(みせログ) <sup>[注]</sup> | 発信！モノゴコロ <sup>[注]</sup>           | 志摩あるき                             | 前川先生の味わいレシピ <sup>[注]</sup> | 30 ウィークリータ刊三重              |
| 45  | 前川先生の味わいレシピ <sup>[注]</sup> |                              |                            |                                   |                                   |                            | 映画な時間 <sup>[注]</sup>       |
| 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 VAMOSIFC.ISE-SHIMA      |
|     | 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 前川先生の味わいレシピ             |
|     | 30                         | 志摩あるき                        | 皇學館大学<br>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 あっこれみよっ                 |
|     | 45                         |                              | ぐるぐるグルメ                    | 発信！モノゴコロ                          | SPORTS TIME                       | 45 Z-NAVIGATION            |                            |
| 2   | 00                         | ショッピング番組 QVC                 |                            |                                   |                                   |                            |                            |
|     | 00                         | あつまれ☆元気っズ                    | 前川先生の味わいレシピ                | すばおつでござる！                         | SPORTS TIME                       | 北勢情報トライフル！                 | 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                     | すばおつでござる！                  | SPORTS TIME                       | 店log.(みせログ)                       |                            | あつまれ☆元気っズ                  |
| 45  | 地域のお知らせなど                  |                              |                            |                                   |                                   |                            | 45 すばおつでござる！               |
| 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                         | 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                   | 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              |
| 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                | 45 SPORTS TIME             |
|     | 15                         | すばおつでござる！                    | 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                         |
|     | 30                         | あつまれ☆元気っズ                    | 映画な時間                      | すばおつでござる！                         | SPORTS TIME                       | 店log.(みせログ)                | 00                         |
|     | 45                         | 地域のお知らせなど                    |                            |                                   |                                   | 55 丸義商店                    | 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                         |
|     | 25                         | 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                      | 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                 | 00 武将とぐるり！城めぐり珍道中          |
|     | 45                         |                              |                            | すばおつでござる！                         | 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             |
| 6   | 00                         | SPORTS TIME                  | 店log.(みせログ)                | 店log.(みせログ)                       | あつまれ☆元気っズ                         | すばおつでござる！                  | 30 あつまれ☆元気っズ               |
|     | 15                         | 空から見れば                       | Z-NAVIGATION               | すばおつでござる！                         | 店log.(みせログ)                       | あつまれ☆元気っズ                  | 45 すばおつでござる！               |
|     | 30                         | 店log.(みせログ)                  | あつまれ☆元気っズ                  | あっ これみよっ                          | すばおつでござる！                         | SPORTS TIME                | 00                         |
|     | 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 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 <sup>[注]</sup>    | あっ これみよっ <sup>[注]</sup>    | 志摩あるき                             | 前川先生の味わいレシピ <sup>[注]</sup>        | 映画な時間 <sup>[注]</sup>       | 30 ニュースMCTV(木曜号)           |
|     | 45                         |                              |                            |                                   | VAMOSIFC.ISE-SHIMA <sup>[注]</sup> | 空から見れば <sup>[注]</sup>      | SPORTS TIME <sup>[注]</sup> |
| 8   | 00                         | すばおつでござる！                    | 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                     | 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 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                          | すばおつでござる！                  | 30 武将とぐるり！城めぐり珍道中          |
|     | 45                         | 地域のお知らせ 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                         |
|     | 25                         | 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                 | あっ これみよっ                          | 志摩あるき                             | 発信！モノゴコロ                   | 30 ウィークリータ刊三重              |
|     | 45                         |                              |                            |                                   |                                   |                            | 前川先生の味わいレシピ                |
| 10  | 00                         | すばおつでござる！                    | 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                         | 空から見れば                       | VAMOSIFC.ISE-SHIMA         | 空から見れば                            | すばおつでござる！                         | フィッシング情報番組<br>F JUNCTION   | 15 発信！モノゴコロ                |
|     | 30                         | 店log.(みせログ)                  | SPORTS TIME                | 店log.(みせログ)                       | あつまれ☆元気っズ                         | 30                         | 30                         |
|     | 45                         | 地域のお知らせなど                    |                            |                                   |                                   |                            |                            |
| 11  | 00                         | ショッピング番組 ショップチャンネル 0:00～6:00 |                            |                                   |                                   |                            |                            |
|     | 00                         |                              |                            |                                   |                                   |                            |                            |
|     | 00                         |                              |                            |                                   |                                   |                            |                            |
|     | 00                         |                              |                            |                                   |                                   |                            |                            |

<sup>[注]</sup>15日(月)～19日(金)の午前8:30～、午後0:30～、午後8:30～の<sup>[注]</sup>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。  
※12月29日(月)から1月4日(日)は年末年始の特別編成です。詳しくは1月号のチャンネルガイドをご覧ください。

# 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

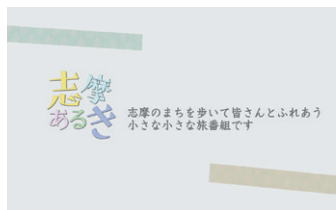
### 気になるお店をピックアップ！ 店log.

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 贅沢とんかつ アバンティ**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：大王町東部



### 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!

- お家で過ごすクリスマス  
ローストチキン



### 映画な時間

今月は19日(金)公開「新解釈・幕末伝」と24日(水)公開「映画ラストマン -FIRST LOVE-」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!



### 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～ フジテレビ
- 15日～ ムービープラス



## ■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～ 神戸保育園(松阪市)
- 15日～ いつきのみやこども園(明和町)



### 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～ M's MAGIC (バスケットボール)
- 15日～ lzm sports club (体操教室)



### 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～ 志摩グリーンファイブ(野球)
- 15日～ MYCOMEUS (バレーボール)



### 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! します。

- 1日～ 野村タタミ店(松阪市)
- 15日～ 美志摩加工(志摩市)



### 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～ 富士見ヶ原(松阪市)
- 15日～ 七保のお菓つきイチョウほか(大紀町)



## 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。

