

※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(11,18,25) | 火(12,19,26)                       | 水(13,20,27)                | 木(7,14,21,28)              | 金(8,15,22,29)               | 土(9,16,23,30)                | 日(10,17,24,31)           |
|-----|-------------|-----------------------------------|----------------------------|----------------------------|-----------------------------|------------------------------|--------------------------|
| 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          | 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            |
| 7   | 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                     | ニュースMCTV [ダイジェスト]        |
|     | 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!                   | 00 発信!モノゴコロ                  | 00 ウィークリータ刊三重            |
|     | 15          | SPORTS TIME                       | すぽおつでござる!                  | 映画な時間                      | ナナちゃんのお店紹介                  | 15 発信!モノゴコロ                  | 15 発信!モノゴコロ              |
| 8   | 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                 | 30 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)         |
| 9   | 25          | 道路・河川・海カメラなど                      |                            |                            |                             |                              |                          |
|     | 30          | あっこれみよっ <sup>[注]</sup>            | アルキノ                       | 前川先生の味わいレシピ <sup>[注]</sup> | Z-NAVIGATION <sup>[注]</sup> | 30 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>        | 55 道路・河川・海カメラ                | 45 空から見れば                |
| 10  | 00          | ショッピング番組 ショップチャンネル                |                            |                            |                             |                              |                          |
|     | 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                |                            |                            |                             |                              |                          |
| 11  | 30          | Z-NAVIGATION                      | あっこれみよっ                    | 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 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                | アルキノ                       | 発信!モノゴコロ                    | 45 すぽおつでござる!                 | 45 武将とぐるり!城めぐり珍道中        |
|     | 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)         |
|     | 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>    | アルキノ                        | 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            |
| 1   | 45          | 前川先生の味わいレシピ <sup>[注]</sup>        | 映画な時間 <sup>[注]</sup>       | あつまれ☆元気っズ <sup>[注]</sup>   | 空から見れば <sup>[注]</sup>       | 45 前川先生の味わいレシピ               | 30 アルキノ                  |
|     | 00          | あつまれ☆元気っズ                         | 発信!モノゴコロ                   | 三重においーさ                    | 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        |
|     | 15          | 空から見れば                            | ぐるぐるグルメ                    | 伊勢参宮街道おかげ旅                 | 映画な時間                       | 店log.(みせログ)                  | 15 前川先生の味わいレシピ           |
| 2   | 30          | アルキノ                              | 皇學館大学 大学生テレビ局              | 空から見れば                     | 味わいレシピ                      | 30 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 店log.(みせログ)               | 45 Z-NAVIGATION          |
|     | 00          | ショッピング番組 QVC                      |                            |                            |                             |                              |                          |
| 3   | 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                 | 00 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 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)                 | 30 あつまれ☆元気っズ                 | 30 あつまれ☆元気っズ             |
| 4   | 45          | 地域のお知らせなど                         |                            |                            |                             |                              |                          |
|     | 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        |                            |                            |                             |                              |                          |
| 5   | 30          | アルキノ                              | SPORTS TIME                | 映画な時間                      | もっと!水の惑星紀行                  | 30 あっこれみよっ                   | 30 ウィークリータ刊三重            |
|     | 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          | 45 SPORTSTIME                | 45 映画な時間                 |
|     | 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                    | 00 SPORTS TIME               | 00 ウィークリータ刊三重            |
| 6   | 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          | 15 空から見れば                    | 15 皇學館大学 大学生テレビ局         |
|     | 30          | あつまれ☆元気っズ                         | 映画な時間                      | すぽおつでござる!                  | SPORTS TIME                 | 30 店log.(みせログ)               | 30 フィッシング情報番組 F JUNCTION |
|     | 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(月曜号)         |
|     | 25          | 求人情報、道路・河川・海カメラ                   |                            |                            |                             |                              |                          |
|     | 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                       | 30 もっと!水の惑星紀行                | 30 ニュースMCTV(火曜号)         |
| 8   | 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              | 55 道路・河川・海カメラ                | 30 アルキノ                  |
|     | 00          | SPORTS TIME                       | 店log.(みせログ)                | 店log.(みせログ)                | あつまれ☆元気っズ                   | 00 発信!モノゴコロ                  | 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)                 | 15 あつまれ☆元気っズ                 | 15 店log.(みせログ)           |
| 9   | 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!                   | 30 SPORTS TIME               | 30 あつまれ☆元気っズ             |
|     | 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)         |
| 10  | 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>     | アルキノ                       | 前川先生の味わいレシピ <sup>[注]</sup>  | 30 映画な時間 <sup>[注]</sup>      | 30 ニュースMCTV(水曜号)         |
|     | 45          | VAMOSIFC.ISE-SHIMA <sup>[注]</sup> | 空から見れば <sup>[注]</sup>      | SPORTS TIME <sup>[注]</sup> | 前川先生の味わいレシピ <sup>[注]</sup>  | 55 道路・河川・海カメラ                | 30 三重においーさ 伊勢参宮街道おかげ旅    |
| 11  | 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                   | 00 店log.(みせログ)               | 00 ニュースMCTV(木曜号)         |
|     | 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                    | 30 すぽおつでござる!                 | 30 武将とぐるり!城めぐり珍道中        |
| 0   | 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                   |                            |                            |                             |                              |                          |
| 1   | 30          | 映画な時間                             | もっと!水の惑星紀行                 | あっこれみよっ                    | アルキノ                        | 30 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                       | 映画な時間                      | ぐるぐるグルメ                    | 空から見れば                      | 45 VAMOSIFC.ISE-SHIMA        | 30 アルキノ                  |
|     | 00          | 三重においーさ                           | すぽおつでござる!                  | SPORTS TIME                | 店log.(みせログ)                 | 00 武将とぐるり!城めぐり珍道中            | 00 すぽおつでござる!             |
| 2   | 15          | 伊勢参宮街道おかげ旅                        | VAMOSIFC.ISE-SHIMA         | 空から見れば                     | すぽおつでござる!                   | 15 フィッシング情報番組 F JUNCTION     | 15 あっこれみよっ               |
|     | 30          | 店log.(みせログ)                       | SPORTS TIME                | 店log.(みせログ)                | あつまれ☆元気っズ                   | 30 アルキノ                      | 30 SPORTS TIME           |
|     | 45          | 地域のお知らせなど                         |                            |                            |                             |                              |                          |

[注]11日(月)~15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・特別編成により、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P101,102,103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、**ごはん処くるくる&たこ焼きKuRuX2(多気町)**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：**松阪市岡本町周辺**



### 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紹介!

- 手羽先の旨味が染みわたる!  
鶏手羽先と豆の煮込み  
あおさのバターライス



### 映画な時間

今月は**15日(金)公開「正直不動産」**  
**29日(金)公開「TOKYO BURST 犯罪都市」**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!

アメリカ出身の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。



### 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~ アクションチャンネル
- 15日~ GAORA



## ■15日更新

### あつまれ☆元気っズ

マーブルくんとマーリンちゃんが元気な子どもたち「元気っズ」を探します。子どもたちの可愛いダンスもありますよ!

- 7日~ 伊勢寺幼稚園(松阪市)
- 15日~ ななほ保育園(大紀町)



### スポーツ応援番組 SPORTS TIME

ナビゲーター・スポまと一緒に、この地域で頑張るスポーツマンを応援しよう!

- 7日~ 松阪ストームキャノンズ
- 15日~ 大台中学校女子ソフトテニス部



### 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里剣を封印して体当たりでレポート!

- 7日~ 浜島スポーツクラブ  
ダイエットコース
- 15日~ 志摩市パークゴルフ協会



### 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します。

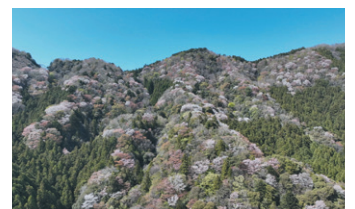
- 7日~ 小さな農園 髭莓(松阪市)
- 15日~ かつおの天ぱく(志摩市)



### 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。

- 7日~ 相津峠のヤマザクラ(大台町~松阪市)
- 15日~ 宝塚古墳公園(松阪市)



## F JUNCTION

Fishing, Future, Fun, Friend...そして Fishing Vision. 様々な[F]が交じ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&こんばんワッツ!

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。



# ニュースMCTV

**放送日時** 月曜～金曜 午後6:00 更新



大阪・志摩・明和・多気・大台・大紀のホットな話題をお届けする「ニュースMCTV」。身近な出来事や話題をより楽しく、より分かりやすくお伝えします。

## 金曜日号のコーナー

### アーティストノート

この地域にゆかりのあるアーティストたちの想いや作品の魅力をお届けします。

### このmachi TAKE OUT

この町の美味しいテイクアウトグルメをご紹介します!ガッツリランチからかわいらしいスイーツまでいろんな食べ物をテイクアウトしますよ!

## 特別番組 錦の春の便り、桜ぶり

錦ぶりまつり中止のため、番組の放送も中止いたします。

大紀町錦で毎年行われている名産「錦ぶり」を味わい尽くすグルメイベント「錦ぶりまつり」。一本売りの天然ぶりやその場で捌いた新鮮なぶりを破格値で販売する大人気のイベントです。



番組では、ぶり漁や当日の様子など見どころたっぷりお届けします。

※まつりが中止の際は、内容を変更する場合があります。

## FC.ISE-SHIMA応援番組「VAMOS!FC.ISE-SHIMA」

**放送日時** 月曜日 午前8:45ほか

三重県中南部地域からJリーグ入りを目指す社会人サッカークラブFC.ISE-SHIMA。目標に向けて頑張る選手たちの様子を、たっぷりとお届けします!お楽しみに!



## 武将とぐるり! 城めぐり珍道中

**放送日時** 金曜日 午前7:30ほか

今回は、三重県伊賀市にある「伊賀上野城」です!三重県最後のお城を攻め落とすことができるのか!?番組では伊賀上野城とその周辺の観光スポット・ご当地グルメの見どころを紹介します。放送をお楽しみに!



制作:ミクスネットワーク

## 三重においーさ 伊勢参宮街道おかげ旅

**放送日時** (月)午後11:00～、(水)午後1:00～、(日)午後8:30～

三重県亀山市の東海道 47番目の宿場町関宿から伊勢神宮を目指し、伊勢別街道と伊勢街道を巡って歴史文化に触れながらその周辺地域の魅力をたっぷりお伝えします。旅をするのは、元AKB48の柏木由紀さん。どのような旅になるのかお楽しみに! (制作:ZTV)



## 伊勢志摩の魚屋さん 丸義商店

**放送日時** 木曜日 午後5:55～ / 土曜日 午後0:25～

志摩市阿児町にある魚屋 丸義商店。波切漁港に水揚げされた魚をはじめ、プロの目で厳選した海の幸が並びます。週末にはマグロの解体ショーも!番組ではそんな伊勢志摩の魚屋さん 丸義商店をご紹介します。



### ぐるぐるグルメ

制作/ZTV

伊勢・志摩のグルメ情報をお届けします。

### ナナちゃんのお店紹介

制作/ICT

伊賀・上野地域のお店をご紹介します。

### Z-NAVIGATION

制作/ZTV

津市近隣のグルメ情報をご紹介します。

### ケーブルネットワークみえ

制作/三重県ケーブルテレビ協議会

県内のケーブルテレビ局が制作した番組をお届けします。

### 北勢情報トライフル!

制作/CTV・CNS

三重県北勢地域の話で盛りだくさんお届けします。

### 皇學館大学 大学生テレビ局

制作/ZTV

大学生が手がける地域密着番組です。

### もっと!水の惑星紀行

制作/ZTV

視聴者のみなさんから届いた質問に答える「みんなのハテナに答えましょう!」。今回は「生きものたちの好きなご飯は?」、「ラッコはどのくらい寝るの?」、などの質問に飼育係さんたちが答えます!

### けーぶるにっぽん おまつりニッポン

【ミクスネットワーク】岩谷観音 十七年に一度の御開帳  
【高知ケーブルテレビ】いの大国さま春大祭 16(土)、17(日)、23(土)、24(日)

### けーぶるにっぽん 壮観劇場

【長崎ケーブルメディア】長崎 港を照らす赤と青 9(土)、10(日)  
【JCOMマーケティング】太古の宝ライムストーン 30(土)、31(日)