

※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)
	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
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!	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	空から見れば	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	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 ^[注]	志摩あるき	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]	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	45 道路・河川・海カメラ
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	
	45	ナナちゃんのお店紹介	前川先生の味わいレシピ	志摩あるき	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
	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 ^[注]	店log.(みせログ) ^[注]	発信!モノゴコロ ^[注]	志摩あるき	前川先生の味わいレシピ ^[注]	30 ウィークリータ刊三重
1	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	30 志摩あるき
	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 VAMOSIFC.ISE-SHIMA
2	30	志摩あるき	皇學館大学 大学生テレビ局	空から見れば	味わいレシピ	映画な時間	30 前川先生の味わいレシピ
	45	あつまれ☆元気っズ	あつまれ☆元気っズ	ぐるぐるグルメ	発信!モノゴコロ	SPORTS TIME	30 あっこれみよっ
	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	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	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
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	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
	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	30 店log.(みせログ)
	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	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	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	店log.(みせログ)	45 映画な時間
	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	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	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 志摩あるき
	00	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	店log.(みせログ)	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)	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!	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(水曜号)
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 ^[注]	あっこれみよっ ^[注]	志摩あるき	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	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	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	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	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	映画な時間	ぐるぐるグルメ	空から見れば	45 VAMOSIFC.ISE-SHIMA	30 志摩あるき
	00	三重においーさ	すぽおつでござる!	SPORTS TIME	店log.(みせログ)	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!	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 志摩あるき	30 SPORTS TIME
	45	地域のお知らせなど					

[注]15日(月)～19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

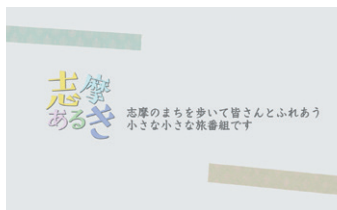
気になるお店をピックアップ! 店log.

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Flower of Life**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：阿児町鶴方中部



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!

- 彩り野菜で夏らしく!
牛肉と夏野菜の炒め物



映画な時間

今月は12日(金)公開「Michael/マイケル」と19日(金)公開「免許返納!」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!

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~ テレ朝チャンネル
- 15日~ スカイA



■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!

- 1日~ ななほ保育園(大紀町)
- 15日~ 久保保育園(松阪市)



スポーツ応援番組 SPORTS TIME

ナビゲーター・スポまとと一緒に、この地域で頑張るスポーツマンを応援しよう!

- 1日~ 大台中学校女子ソフトテニス部
- 15日~ FC GRANDIR松阪 女子U15~一般



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~ 志摩市パークゴルフ協会
- 15日~ ハマレンみえ(トライアスロン)



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~ かつおの天ぱく(志摩市)
- 15日~ 壽ぎの和紙細工 龍祥(大紀町)



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~ 宝塚古墳公園(松阪市)
- 15日~ 志摩グリーンアドベンチャー(志摩市)



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!

夕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。

