









放送時間	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)	放送時間	
6:00	秋本奈緒美が行く日本名水巡りの旅	四季鳥々	きみの一歩で～にんげん列島ニッポン～	郷土菜発見	日本百菓の旅	旅して、せとうち	横浜ミストリー	6:00	
6:30	レーシングスピリット	鹿児島×北信濃 そらじかん	恋舞妓の京都慕情	ノバスタ感動体験	とくしまドローン紀行 そらたび			6:30	
7:00	いいね！にっぽん	藤波辰爾の歴史探訪	新プライド～雷山の仕事人～	田中律子の旅するSUP Season.4	再発見！日本のまつり	いいね！にっぽん	まるごと水族館ウォッチ まるごとミュージアムウォッチ	7:00	
7:30	時をかけるアメマ！ 寛平さんぼ	石田晴とぶらりて笑	旅して、せとうち	シェラカップは基本です！	横浜ミストリー	秋本奈緒美が行く日本名水巡りの旅	藤波辰爾の歴史探訪	7:30	
9:00	レストアガレージ	月刊アニマルズ	ワンディーネの誘い	瀬戸内しまなみ海道～ボタリングEYE～ シーズン2	魚芸人道とトメシ	 【ケーブル4K セレクション】 5日 私立釣竿学園爆釣クラブ 2021 新シリーズスタート 2020 一挙放送 12日 ケーぶるにっぽん 彩・JAPAN 一挙放送 19日 ケーぶるにっぽん 彩・JAPAN / 歴史を巡る旅～北前船編～ 一挙放送 26日 月刊アニマルズ キャッチアップ放送	 今月の新作	9:00	
9:30	クロスロード～人生と車の交差点	ローカル線への招待	泉秀樹の歴史を歩く	私立釣竿学園 爆釣クラブ2020	藤ちゃんの子連れで 撮れるもん in ジャパン			9:30	
10:00	日本百菓の旅	秋本奈緒美が行く日本名水巡りの旅	四季鳥々	きみの一歩で～にんげん列島ニッポン～	郷土菜発見			10:00	
10:30	とくしまドローン紀行 そらたび	レーシングスピリット	鹿児島×北信濃 そらじかん	恋舞妓の京都慕情	ノバスタ感動体験			10:30	
11:00	再発見！日本のまつり	いいね！にっぽん	藤波辰爾の歴史探訪	新プライド～雷山の仕事人～	田中律子の旅するSUP Season.4			11:00	
12:00	横浜ミストリー	時をかけるアメマ！ 寛平さんぼ	石田晴とぶらりて笑	旅して、せとうち	シェラカップは基本です！	12:00			
13:00	魚芸人道とトメシ	レストアガレージ	月刊アニマルズ	ワンディーネの誘い	瀬戸内しまなみ海道～ボタリングEYE～ シーズン2	13:00			
13:30	藤ちゃんの子連れで 撮れるもん in ジャパン	クロスロード～人生と車の交差点	ローカル線への招待	泉秀樹の歴史を歩く	私立釣竿学園 爆釣クラブ2020	13:30			
14:00		今月の新作					石田晴とぶらりて笑	オカザえもんがゆく！ おいつも俺の隣の客はラーメンを美味しそうに食べる女子ばかりだ	14:00
16:00		1(火)～4(金) 私立釣竿学園爆釣クラブ 2021 新シリーズスタート / 2020 一挙放送 7(月)～11(金)・14(月) ケーぶるにっぽん 彩・JAPAN 一挙放送 15(火)～18(金) 歴史を巡る旅～北前船編～ 21(月)～25(金) 月刊アニマルズ キャッチアップ放送 28(月)～30(水) 日本縦断！ケーぶるにっぽんセレクション					時をかけるアメマ！ 寛平さんぼ	新プライド～雷山の仕事人～	16:00
16:00		ケーぶるにっぽん 1(火)～4(金) 技・JAPAN 7(月)～11(金) 食・JAPAN / 食・JAPAN 14(月)～17(木) 食・JAPAN 21(月)～25(金) 食・JAPAN / 祭・JAPAN 28(月)～30(水) 祭・JAPAN					田中律子の旅するSUP Season.4	シェラカップは基本です！	16:00
17:00	まるごと水族館ウォッチ		まるごとミュージアムウォッチ			5日 第65回 全日本子どもコンクール本戦 12日 佐賀 伊万里めぐり 13日 俺はサムライ・ドラマー！～浜田謙吾ものがたり～ 19日 高校のプロレスラーが長野に集結！ 無茶フェス2020 26日 HANAZUNA	わらび座ミュージカル劇場 6日 夢の夢～茶屋(そうか)さまと私～ 13日 俺はサムライ・ドラマー！～浜田謙吾ものがたり～ 20日 いったって青春～ルメール先生の夢～ 27日 Run！与次郎！～秋田国造り外伝～	17:00	
18:00	●四季鳥々	●きみの一歩で～にんげん列島ニッポン～	●郷土菜発見	●日本百菓の旅	●秋本奈緒美が行く日本名水巡りの旅	19日 プロレスラーが長野に集結！ 無茶フェス2020 26日 HANAZUNA		18:00	
18:30	●鹿児島×北信濃 そらじかん	●恋舞妓の京都慕情	●ノバスタ感動体験	●とくしまドローン紀行 そらたび	●レーシングスピリット			18:30	
19:00	●藤波辰爾の歴史探訪	●新プライド～雷山の仕事人～	●田中律子の旅するSUP Season.4	●再発見！日本のまつり	●いいね！にっぽん			19:00	
20:00		【新作】平日よる8時は、その月初放送の番組を毎日放送！ 再放送：土曜よる7時～ / 翌週以降平日午後2時～ / 日曜午前9時～ほか					【ケーブル4K セレクション】		20:00
21:00		【ケーブル4K セレクション】平日よる9時は特集放送！ 再放送：日曜よる7時～ / 翌週以降平日午後3時～ / 土曜午前9時～ほか 1(火)～4(金) 歴史を巡る旅～北前船編～(7月)～11(金) 月刊アニマルズ キャッチアップ放送 14(月)～18(金) 日本縦断！ケーぶるにっぽんセレクション 21(月)～25(金) 地域の魅力～関東地域編～ 28(月)～30(水) 徳島ミステリー番組 スピリチュアワ キャッチアップ放送					今月の新作		21:00
22:00	●石田晴とぶらりて笑	●旅して、せとうち	●シェラカップは基本です！	●横浜ミストリー	●時をかけるアメマ！ 寛平さんぼ		6日 ケーぶるにっぽん 彩・JAPAN 一挙放送 / 歴史を巡る旅～北前船編～ 13日 月刊アニマルズ キャッチアップ放送 20日 日本縦断！ケーぶるにっぽんセレクション 27日 地域の魅力～関東地域編～	22:00	
23:00	●月刊アニマルズ	●ワンディーネの誘い	●瀬戸内しまなみ海道～ボタリングEYE～ シーズン2	●魚芸人道とトメシ	●レストアガレージ			23:00	
23:30	●ローカル線への招待	●泉秀樹の歴史を歩く	●私立釣竿学園 爆釣クラブ2020	●藤ちゃんの子連れで 撮れるもん in ジャパン	●クロスロード～人生と車の交差点			23:30	
0:00	オカザえもんがゆく！	おいつも俺の隣の客はラーメンを美味しそうに食べる女子ばかりだ	徳島ミステリー番組 スピリチュアワ	●オカザえもんがゆく！	●おいつも俺の隣の客はラーメンを美味しそうに食べる女子ばかりだ	●徳島ミステリー番組 スピリチュアワ	C4K ドキュメント	0:00	
すわSPA！～温泉のススメ～									
NAGASAKI水中散歩									
とくしまドローン紀行 そらたび									
ふるさと ※日本各地の風景をお送りします									
28日 メンテナンスの為 深夜2時～あさ6時は放送休止									

※●枠…エピソード更新 初回放送枠

※番組内容及び放送時間は、予告なく変更される場合があります。ご了承ください。