









放送時間	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)	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	カミタビ 神話のふるさと宮崎を歩く	となみ野の源流			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～富山の仕事人～	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	7:00
7:30							まるごとミュージアムウォッチ	7:30
8:00	時をかけるアメマ！ 寛平さんほ	石田晴とぶらりて笑	旅して、せとうち	湯めぐり鉄道～温泉といやしの旅～	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	8:00
9:00	レストアガレージ	月刊アニマルズ	ウンディーネの誘い	瀬戸内しまなみ海道 ボタリングEYE	魚芸人道とトメシ	 【ケーブル4K セレクション】 6日 四季が紡ぐ物語 秋の章 13日 地域の魅力～甲信越地域編～ 20日 現代アートと音楽の美で 27日 となみ野の源流	 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	東海の肖像	私立釣竿学園 爆釣クラブ2020			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	となみ野の源流	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	カミタビ 神話のふるさと宮崎を歩く			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～富山の仕事人～	田中律子の旅するSUP Season.4	11:00	11:30	
12:00	横浜ミストリー	時をかけるアメマ！ 寛平さんほ	石田晴とぶらりて笑	旅して、せとうち	湯めぐり鉄道～温泉といやしの旅～	12:00	12:30	
18:00	魚芸人道とトメシ	レストアガレージ	月刊アニマルズ	ウンディーネの誘い	瀬戸内しまなみ海道 ボタリングEYE	18:00	18:30	
18:30	私立釣竿学園 爆釣クラブ2020	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	東海の肖像	18:30	19:00	
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！	14:00	14:30	
15:00	 1(月)～5(金) 四季が紡ぐ物語 秋の章 8(月)～12(金) 地域の魅力～甲信越地域編～ 15(月)～19(金) 現代アートと音楽の美で 22(月)～26(金) となみ野の源流 29(月)～30(火) 魚芸人道とトメシ キャッチアップ放送	時をかけるアメマ！ 寛平さんほ			新プライド～富山の仕事人～	15:00		
16:00	1(月)～5(金) 躍動！JAPAN / 彩・JAPAN 8(月)～12(金) 彩・JAPAN / 美・JAPAN 15(月)～19(金) 美・JAPAN / 技・JAPAN 22(月)～26(金) 技・JAPAN 29(月)～30(火) 技・JAPAN / 食・JAPAN	田中律子の旅するSUP Season.4			湯めぐり鉄道～温泉といやしの旅～	16:00		
17:00	●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	 今月の新作	 【ケーブル4K セレクション】 7日 現代アートと音楽の美で 14日 となみ野の源流 21日 魚芸人道とトメシ キャッチアップ放送 28日 匠の技とにっぽんの伝統工芸	17:00
17:30	●鹿児島×北信濃 そらじかん	●恋舞妓の京都慕情	●カミタビ 神話のふるさと宮崎を歩く	●となみ野の源流	●レーシングスピリット			17:30
18:00	●藤波辰爾の歴史探訪	●新プライド～富山の仕事人～	●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	18:00	18:30	
19:00	 【新作】平日よる7時は、その月初放送の番組を毎日放送！ 再放送：土曜夕方5時～/翌週以降平日午後2時～/日曜午前9時～ほか					19:00		
20:00	11月の平日よる8:00は「新プライド～富山の仕事人～」一挙放送						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：日曜夕方5時～/翌週以降平日午後3時～/土曜午前9時～ほか 1(月)～5(金) 現代アートと音楽の美で 15(月)～19(金) 魚芸人道とトメシ キャッチアップ放送 29(月)～30(火) 地域の魅力～東海地域編～					8(月)～12(金) となみ野の源流 22(月)～26(金) 匠の技とにっぽんの伝統工芸	21:00	
22:00	●石田晴とぶらりて笑	●旅して、せとうち	●湯めぐり鉄道～温泉といやしの旅～	●横浜ミストリー	●時をかけるアメマ！ 寛平さんほ	6日 4K・VR徳島映画祭2020 受賞作 13日 長野県芸術祭開演 長野県 NAGANO SPECIAL CONCERT 2021 20日 甲斐・甲府めぐり 27日 神奈川都心の町のお嬢さん	わらび座ミュージカル劇場 7日 あきたいぬになりたくて 14日 シルク舞臺記～最長連続公演即興出張～ 21日 泉の夢～京劇(そうがさあど私～ 28日 俺あいはサムライ・ドラマー！～浜田隆吉ものがたり～	22:00
23:00	●月刊アニマルズ	●ウンディーネの誘い	●瀬戸内しまなみ海道 ボタリングEYE	●魚芸人道とトメシ	●レストアガレージ	20日 甲斐・甲府めぐり 27日 神奈川都心の町のお嬢さん	23:00	
0:00	●ローカル線への招待	●泉秀樹の歴史を歩く	●東海の肖像	●私立釣竿学園 爆釣クラブ2020	●クロスロード～人生と車の交差点			0:00
0:30	オカザえもんがゆく！	■いづも庵の隣の窓は ラーメンをおい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！	●■いづも庵の隣の窓は ラーメンをおい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	0:30
1:00	NAGASAKI水中散歩	すわSPA！～温泉のスヌメ～	とくしまドローン紀行 そらだひ	●NAGASAKI水中散歩	●すわSPA！～温泉のスヌメ～	●とくしまドローン紀行 そらだひ		1:00
1:30	●シェアカップは基本です！							
2:00	●じゅんいちダビッドソンの下手なキャンプでごめんなさい							
3:00	ふるさと ※日本各地の風景をお送りします							
4:00								
5:00								

29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。