

放送時間	月 (5. 12. 19. 26)	火 (6. 13. 20. 27)	水 (7. 14. 21. 28)	木 (1. 8. 15. 22. 29)	金 (2. 9. 16. 23. 30)	土 (3. 10. 17. 24)	日 (4. 11. 18. 25)	放送時間	
6:00	秋本奈緒美が行く日本名水巡りの旅	魚津ごはん	きみの一歩で～にんげん列島ニッポン～	甲斐のみちフォト散歩	尾道文化財のまちを行く			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	ふくあじ	カミタビ 神話のふるさと宮崎を歩く	とнами野の源流	壮観劇場	横浜ミストリー	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 もっと旅するSUP	しずちゃんの静岡を もっと食べたい！	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	石田靖とぶらりて笑	壮観劇場	湯めぐり旅気分 ※1日のみ、シェアカップは基本です！	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	8:00	
8:30				とくしまドローン紀行 そらたび ※1日のみ、シェアカップは基本です！				8:30	
9:00	レストアガレージ	月刊アニマルズ	泉秀樹の歴史を歩く	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 ※1日のみ、尾道文化財のまちを行く 他	東海の肖像			9:00	
9:30	クロスロード～人生と車の交差点	おうちでサイエンス			魚芸人道とトメシ			9:30	
10:00	尾道文化財のまちを行く	秋本奈緒美が行く日本名水巡りの旅	魚津ごはん	きみの一歩で～にんげん列島ニッポン～	甲斐のみちフォト散歩			10:00	
10:30	とнами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	ふくあじ	カミタビ 神話のふるさと宮崎を歩く			10:30	
11:00	しずちゃんの静岡を もっと食べたい！	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 もっと旅するSUP			11:00	
12:00	9月の平日ひる12:00は「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」一挙放送							12:00	
12:30								12:30	
13:00	東海の肖像	レストアガレージ	月刊アニマルズ	泉秀樹の歴史を歩く ※1日のみ、壮観劇場	湯めぐり旅気分 ※2日のみ、尾道文化財のまちを行く			13:00	
13:30	魚芸人道とトメシ	クロスロード～人生と車の交差点	おうちでサイエンス		とくしまドローン紀行 そらたび ※2日のみ、東海の肖像			13:30	
14:00	NEW TITLE	今月の新作					石田靖とぶらりて笑	4日 地域の魅力～愛媛編～ 11日【特集】東京 浅草	14:00
15:00	SELECTION	1(木)～2(金) 山々に導かれて 地域の魅力～中国地域編～ 5(月)～9(金) マイクロシネマコンテスト2021-2022 12(月)～16(金) 第47回日本ケーブルテレビ大賞 番組アワード2021 受賞作 19(月)～23(金) 釣竿学園釣クラブ 新シリーズスタート / 爆釣クラブ2021 一挙放送 26(月)～30(金)					時をかけるアメマ！ 寛平さんほ	18日 令和4年度 長野県新人演劇大会 25日 マイクロシネマコンテスト 2021-2022 総集編	15:00
16:00		1(木)～2(金) 躍動！JAPAN 5(月)～9(金) 躍動！JAPAN 12(月)～16(金) 躍動！JAPAN / 彩・JAPAN 19(月)～23(金) 彩・JAPAN 26(月)～30(金)					田中律子の もっと旅するSUP	旅する観光列車～あの絶景と絶品グルメを求めて～ 湯めぐり鉄道～温泉といやしの旅～	16:00
17:00	●魚津ごはん	●きみの一歩で～にんげん列島ニッポン～	●甲斐のみちフォト散歩	●尾道文化財のまちを行く	●秋本奈緒美が行く日本名水巡りの旅	NEW TITLE		17:00	
17:30	●鹿児島×北信濃 そらじかん	●ふくあじ	●カミタビ 神話のふるさと宮崎を歩く	●とнами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 もっと旅するSUP	●しずちゃんの静岡を もっと食べたい！	●いいね！にっぽん		4日 マイクロシネマコンテスト 2021-2022 11日 第47回日本ケーブルテレビ大賞 番組アワード2021 受賞作 18日 釣竿学園釣クラブ 新シリーズスタート / 爆釣クラブ2021 一挙放送 25日 しずちゃんの静岡で撮れるもん in ジャパン 一挙放送	18:00	
19:00	NEW TITLE	【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～					今月の新作	19:00	
20:00	9月の平日よる8:00は「オカザえもんがゆく！」一挙放送							20:00	
21:00	SELECTION	【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～/翌週以降土曜午前9時～ 1(木)～2(金) マイクロシネマコンテスト2021-2022 5(月)～9(金) 第47回日本ケーブルテレビ大賞 番組アワード2021 受賞作 12(月)～16(金) 釣竿学園釣クラブ 新シリーズスタート / 爆釣クラブ2021 一挙放送 19(月)～22(木) しずちゃんの子連れで撮れるもん in ジャパン 一挙放送 26(月)～30(金) 地域の魅力～東海地域編～						21:00	
22:00	●石田靖とぶらりて笑	●壮観劇場	●湯めぐり旅気分	●横浜ミストリー	●時をかけるアメマ！ 寛平さんほ		3日【特集】東京 浅草 4日 Run! 与次郎! -秋田園遊り外伝- 10日 令和4年度 長野県新人演劇大会 11日 あきたいぬになりたくて	22:00	
22:30	●月刊アニマルズ	●泉秀樹の歴史を歩く	●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	●東海の肖像	●レストアガレージ		17日 マイクロシネマコンテスト 2021-2022 総集編 18日 シバノク青書記～慶長遣欧使節脱出軌～	22:30	
23:00	●おうちでサイエンス			●魚芸人道とトメシ	●クロスロード～人生と車の交差点		24日 地域の魅力～鳥取編～	23:00	
0:00	オカザえもんがゆく！	おいつも俺の隣の客は ラーメンをおいしそうに 食べる女子はかりた	シェアカップは基本です！	●オカザえもんがゆく！	●おいつも俺の隣の客は ラーメンをおいしそうに 食べる女子はかりた			0:00	
0:30	NAGASAKI水中散歩	すわSPA!～温泉のススメ～		●NAGASAKI水中散歩	●すわSPA!～温泉のススメ～	●シェアカップは基本です！	C4K ドキュメント	0:30	
1:00	●旅する観光列車～あの絶景と絶品グルメを求めて～							1:00	
1:30	●湯めぐり鉄道～温泉といやしの旅～							1:30	
2:00	ふるさと ※日本各地の風景をお送りします							2:00	
3:00								3:00	
4:00								4:00	
5:00								5:00	

26日 メンテナンスの為 深夜1時～翌あさ7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。