

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)		土 (3. 10. 17. 24)		日 (4. 11. 18. 25)		年末特別編成		放送時間			
	30 (金)	31 (土)																		
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		壮観劇場		横浜ミストリー				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 神話のふるさと空崎を歩く		となみ野の源流								30			
7:00	いいね！にっぽん		藤波辰爾の歴史探訪		新プライド～富士の仕事人～		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				00			
7:30													まるごとミュージアムウォッチ				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		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				00			
8:30							とくしまドローン紀行 そらたび										30			
9:00	レストアガレージ		月刊アニマルズ		THE RDB 北陸の魅力を390カ所から		泉秀樹の歴史を歩く		じゅんいちダビッドソンの 下手なキャンプでこめんなさい		東海の肖像		NEW TITLE		地域の魅力 全国ぐるぐる旅の～北陸・中国編～		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										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		3日 祝！ ポージョレ・ヌーヴォ 2022		10日 2022年の祭り		17日 地域の魅力～北陸編～		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		ふくあじ		カミタビ 神話のふるさと空崎を歩く									
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～富士の仕事人～		田中律子の もっと旅するSUP								00	
12:00	12月の平日ひる12:00は「#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」一挙放送																00			
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		じゅんいちダビッドソンの 下手なキャンプでこめんなさい										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															
14:00	NEW TITLE		今月の新作													石田靖とぶらりて笑		4日 【特集】いい風呂の日		00
14:30																	11日 泉秀樹の歴史を歩く 光秀はなぜ？～信長暗殺の謎～		30	
15:00	ケーブル4K SELECTION		1(木)～2(金) 祝！ポージョレ・ヌーヴォ2022		5(月)～9(金) 2022年の祭り		12(月)～16(金) 地域の魅力～北陸地域編～		19(月)～23(金) 【2022Best】絶景富士山、下から見るか？横から見るか？		26(月)～29(木) 【2022Best】湯ったり、まったり お風呂特集						18日 泉秀樹の歴史を歩く 明智光秀最後の11日		00	
15:30																	25日 泉秀樹の歴史を歩く 源氏三代 その栄光と悲劇		30	
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)～29(木) 彩・JAPAN		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～		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		ケーブル4K SELECTION						00	
17:30	●鹿児島×北信濃 そらじかん		●ふくあじ		●カミタビ 神話のふるさと空崎を歩く		●となみ野の源流		●レーシングスピリット										30	
18:00	●藤波辰爾の歴史探訪		●新プライド～富士の仕事人～		●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 地域の魅力～北陸地域編～				00	
19:00	NEW TITLE		【新作】平日より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		11日 【2022Best】 絶景富士山、下から見るか？横から見るか？		00
20:00	12月の平日より8:00は「泉秀樹の歴史を歩く」一挙放送																00			
21:00	ケーブル4K SELECTION		【ケーブル4K セレクション】平日より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～													今月の新作		18日 【2022Best】 湯ったり、まったり お風呂特集		00
21:30			1(木)～2(金) 地域の魅力～北陸地域編～		5(月)～9(金) 【2022Best】 絶景富士山、下から見るか？横から見るか？		12(月)～16(金) 【2022Best】 湯ったり、まったり お風呂特集		19(月)～23(金) 【2022Best】 日本の世界遺産		26(月)～29(木) 【2022Best】 2022年の祭り				25日 【2022Best】 日本の世界遺産				00	
22:00	●石田靖とぶらりて笑		●壮観劇場		●湯めぐり旅気分		●とくしまドローン紀行 そらたび		●横浜ミストリー		●時をかけるアメマ！ 寛平さんほ		3日 泉秀樹の歴史を歩く 光秀はなぜ？～信長暗殺の謎～		4日 Run！与次郎！-秋田国選り外伝-		11日 あきたいぬになりたくて		00	
22:30					【11月15日放送】								10日 泉秀樹の歴史を歩く 明智光秀最後の11日		18日 ジャパン書書き～鷹長遺歌使節団出陣～		26日 レティオ・トラベラー-イザベラ・バードが出会った秋田～		30	
23:00	●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 下手なキャンプでこめんなさい		●東海の肖像		●レストアガレージ										00	
23:30	●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										30	
00:00	オカザエもんがゆく！		#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		シェラカップは基本です！		●オカザエもんがゆく！		●#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		●シェラカップは基本です！		C4K ドキュメント						00	
00:30	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～										30	
1:00	●旅する観光列車 ～あの絶景と絶品グルメを求めて～																00			
1:30	●湯めぐり鉄道 ～温泉といやしの旅～																30			
2:00	●マイクロシネマコンテスト2021-2022 受賞作品																00			
3:00	ふるさと																00			
4:00	※日本各地の風景をお送りします																30			
5:00																	00			
6:00																	30			

19日 メンテナンスの為 深夜2時～翌あさ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。