

1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)	5 (日)	6 (月)	7 (火)	8 (水)
5:00 N◇25手話	5:00 N◇25手話	5:00 N◇25手話	5:00 N◇25手話	5:00 N◇25手話	5:00 N◇10健康レポート	5:00 N◇25手話	5:00 N◇25手話
5:30 戦争◇45体操	5:30 戦争◇45体操	5:30 戦争◇45体操	5:30 戦争◇45体操	5:30 戦争◇45体操	5:25 手話◇30戦争	5:30 戦争◇45体操	5:30 戦争◇45体操
5:55 運動あそびGOGO	5:55 運動あそびGOGO	5:55 運動あそびGOGO	5:55 運動あそびGOGO	5:55 運動あそびGOGO	5:45 体操◇55運動	5:55 運動あそびGOGO	5:55 運動あそびGOGO
6:00 N◇25県広報	6:00 N◇25県広報	6:00 N◇25県広報	6:00 いなテレ1 2N	6:00 N◇25風景	6:00 N◇10県広報	6:00 N◇25県広報	6:00 N◇25県広報
6:35 戦争◇50体操	6:35 戦争◇50体操	6:35 戦争◇50体操	6:25 風景◇40 J A	6:40 J A広報る〜らる	6:20 ふくし◇25工房信州	6:35 戦争◇50体操	6:35 戦争◇50体操
7:00 N◇25歴史「石仏」	7:00 N◇25歴史「石仏」	7:00 N◇25歴史「石仏」	7:00 N◇25ふくし	7:00 N◇25ふくし	6:35 戦争◇50体操	7:00 N◇25歴史「石仏」	7:00 N◇25歴史「石仏」
7:35 風景◇50じゃじゃじゃ	7:35 戦争◇50じゃじゃじゃ	7:35 健康◇50じゃじゃじゃ	7:30 建設の仕事	7:30 観光イナベーション	7:00 N◇10ふくし	7:35 風景◇50じゃじゃじゃ	7:35 伊那谷の風景
8:00 すまいるone	8:00 長野県ベースボールガミット	8:00 迫田英典国税庁長官特別講演	8:00 ビデオクラブ作品集	8:00 素顔◇15もみじ	7:15 手話◇20運動あそび	8:00 ○○対決▽花スポーツ	7:50 じゃじゃじゃじゃん
8:30 ふるさと便り▽小野御柱	11:00 戦争体験をきく	10:00 あいらブせんりゅう	8:45 長くつ先生	8:30 い〜な◇50工房信州	7:25 歴史「石仏」◇35県広報	9:00 箕輪進修高校卒業式	8:00 辰野高校卒業式
8:50 名湯の条件	11:15 運動あそびGOGO	10:30 J A広報る〜らる	9:00 伊那北高校卒業式	9:00 駒ヶ根工業高校卒業式	7:45 ふくし◇50じゃじゃじゃ	9:30 伊那弥生ヶ丘高校卒業式	8:30 伊那西高校卒業式
9:00 戦争体験をきく	11:20 じゃじゃじゃじゃん	10:30 J A広報る〜らる	9:30 高遠高校卒業式	9:30 伊那西高校卒業式	8:00 ビデオクラブ◇45風景	10:00 県広報◇10健康レポート	9:00 赤穂高校卒業式
9:15 風景◇30すまいるone	11:30 伊那の近現代史▽富山の菓売りと伊那	11:50 工房信州の家へ	10:00 上伊那農業高校卒業式	10:00 箕輪進修高校卒業式	9:00 戦争◇15MSA	10:25 手話◇30ビデオクラブ	9:30 駒ヶ根工業高校卒業式
10:00 あいらブせんりゅう	1:00 上伊那農業高校卒業式	11:00 伊那谷の風景	10:30 けーぶる▽江戸前寿司	10:30 伊那弥生ヶ丘高校卒業式	9:30 けーぶる▽江戸前寿司	11:15 運動あそびGOGO	10:30 だめんすきっちゃん
10:30 素でどうでしょう	1:30 建設の仕事	11:15 運動あそびGOGO	10:59 inaコレファッション	11:00 ニュースダイジェスト	9:59 inaコレファッション	11:20 じゃじゃじゃじゃん	10:30 素でどうでしょう
11:00 ふるさと便り▽小野御柱	2:00 戦争体験をきく	11:20 じゃじゃじゃじゃん	11:00 無茶◇30すまいるone	11:30 観光イナベーション	10:00 すまいるone◇30観光	11:30 MSA◇45風景	11:00 ふるさと便り▽小野御柱
11:20 じゃじゃじゃじゃん	2:15 迫田英典国税庁長官特別講演	11:30 MSAドコかde談話	0:00 せんりゅう◇30素でどう	0:00 ○○対決▽花スポーツ	11:00 J A◇20じゃじゃじゃ	0:00 素顔◇15もみじ	11:20 じゃじゃじゃじゃん
11:30 迫田英典国税庁長官特別講演	4:30 建設の仕事	11:45 戦争体験をきく	1:00 観光イナベーション	1:00 素顔◇15もみじ	11:30 健康レポート◇45戦争	0:30 い〜な◇50工房信州	11:30 ○○対決▽花スポーツ
1:30 建設の仕事	5:00 戦争体験をきく	0:00 あいらブせんりゅう	1:30 風景◇45戦争	1:30 い〜な◇50工房信州	0:00 伊那北高校卒業式	1:00 社会見学◇30建設の仕事	0:30 けーぶる◇59inaコレ
2:00 すまいるone	5:15 みんなのラーメン	0:30 戦争◇45風景	2:00 ○○対決▽花スポーツ	2:00 箕輪進修高校卒業式	0:30 高遠高校卒業式	2:00 戦争◇15伊那谷の風景	1:00 名湯の条件
2:30 手話で話そう	5:45 じゃじゃじゃじゃん	1:00 信毎N◇30建設	3:00 伊那北高校卒業式	2:30 伊那弥生ヶ丘高校卒業式	1:00 社会見学◇30建設	2:30 手話で話そう	1:10 ふるさと便り▽小野御柱
2:35 歴史散歩「石仏」	5:55 運動あそびGOGO	2:00 けーぶる▽江戸前寿司	3:30 高遠高校卒業式	3:00 伊那北高校卒業式	2:00 県広報◇10健康	2:35 歴史散歩「石仏」	1:30 建設の仕事
2:45 戦争体験をきく	6:00 いなテレ1 2N	2:29 inaコレ◇30手話	4:00 駒ヶ根工業高校卒業式	3:30 高遠高校卒業式	2:25 きらきら☆ふくし	2:45 戦争体験をきく	2:00 すまいるone
3:00 ○○対決▽ひなまつり	6:25 上伊那農業高校卒業式	2:35 歴史「石仏」◇45戦争	4:30 伊那西高校卒業式	4:00 辰野高校卒業式	2:30 手話◇35歴史「石仏」	3:00 ○○対決▽花スポーツ	2:30 手話◇35歴史「石仏」
4:00 信毎文字ニュース	6:55 運動あそびGOGO	3:00 せんりゅう◇30 J A	5:00 ビデオクラブ◇45ふくし	4:30 赤穂高校卒業式	2:45 戦争体験をきく	4:00 いなぶん情報局	2:45 戦争体験をきく
4:30 建設の仕事	7:00 J A広報る〜らる	3:50 がんばらない体操	5:50 手話◇55運動	5:00 いなテレ1 2 N	3:00 ビデオクラブ◇45伊那谷の風景	5:00 戦争体験をきく	3:00 ○○対決▽花スポーツ
5:00 戦争体験をきく	7:20 工房信州の家へ	4:00 社会見学◇30建設の仕事	6:00 いなテレ1 2 N	5:10 工房信州◇20歴史「石仏」	4:00 いなぶん情報局	5:15 辰野高校卒業式	4:00 いなぶん情報局
5:15 あいらブせんりゅう	7:30 いなテレ1 2 N	5:00 戦争◇15観光	6:25 手話で話そう	5:30 ニュースダイジェスト	4:30 建設の仕事	5:45 じゃじゃじゃじゃん	4:30 建設の仕事
5:45 じゃじゃじゃ◇55運動	7:55 観光イナベーション	5:45 じゃじゃじゃ◇55運動	6:30 ニュースダイジェスト	6:00 N◇10手話	5:00 戦争◇15素でどう	5:55 運動あそびGOGO	5:00 だめんすきっちゃん
6:00 いなテレ1 2 N	7:55 観光イナベーション	6:00 いなテレ1 2 N	7:00 い〜なチャンネル	6:15 戦争体験をきく	5:45 じゃじゃじゃ◇55運動	6:00 いなテレ1 2 N	5:30 高校入試正答例速報
6:25 体操◇35歴史「石仏」	8:25 運動あそびGOGO	6:25 手話で話そう	7:20 工房信州の家へ	6:30 素顔◇45もみじ	6:25 じゃじゃじゃ◇55運動	6:25 赤穂高校卒業式	6:00 いなテレ1 2 N
6:45 ビデオクラブ作品集	8:30 上伊那農業高校卒業式	6:30 伊那北高校卒業式	7:30 N◇55運動あそび	7:00 い〜な◇20工房信州	6:55 運動あそびGOGO	6:55 運動あそびGOGO	6:25 いなぶん◇35歴史「石仏」
7:30 N◇55い〜な	9:00 いなテレ1 2 N	7:00 高遠高校卒業式	8:00 ニュースダイジェスト	7:30 N◇40運動あそび	7:00 戦争◇15MSA	7:00 観光イナベーション	6:45 ビデオクラブ作品集
8:15 名湯◇25運動あそび	9:25 きらきら☆ふくし	7:30 N◇55い〜な	8:30 素顔が美しい南箕輪	7:45 ビデオクラブ作品集	7:30 N◇55い〜な	7:30 N◇55手話で話そう	7:30 N◇55い〜な
8:30 上伊那農業高校卒業式	9:30 スペースシャワー	8:15 名湯の条件◇25運動	8:45 もみじチャンネル	8:30 ニュースダイジェスト	8:15 名湯の条件◇25運動	8:00 箕輪進修高校卒業式	8:15 名湯◇25運動あそび
9:00 いなテレ1 2 N	10:30 観光イナベーション	8:30 観光イナベーション	9:00 N◇25ふくし	9:00 N◇10箕輪進修卒業式	8:30 赤穂高校卒業式	8:30 伊那弥生ヶ丘高校卒業式	8:30 辰野高校卒業式
9:25 きらきら☆ふくし	11:00 N◇25い〜な	9:00 N◇25ふくし	9:30 ○○対決▽花スポーツ	9:40 上伊那農業高校卒業式	9:00 N◇25ふくし	9:00 N◇25ふくし	9:00 N◇25ふくし
9:30 ○○対決▽ひなまつり	11:45 名湯◇55手話	9:30 伊那北高校卒業式	10:30 い〜な◇50工房信州	10:10 伊那北高校卒業式	9:30 辰野高校卒業式	9:30 伊那西高校卒業式	9:30 伊那西高校卒業式
10:30 上伊那農業高校卒業式	0:00 ショップチャンネル	10:00 高遠高校卒業式	11:00 N◇25ふくし	10:40 伊那弥生ヶ丘高校卒業式	10:00 箕輪進修高校卒業式	10:00 駒ヶ根工業高校卒業式	10:00 駒ヶ根工業高校卒業式
11:00 N◇25無茶さんぽ	2:00 MV特集①②	10:30 観光イナベーション	11:30 素顔◇45もみじ	11:10 高遠高校卒業式	10:30 伊那弥生ヶ丘高校卒業式	10:30 赤穂高校卒業式	10:30 赤穂高校卒業式
11:55 きらきら☆ふくし	3:00 信毎文字N	11:00 N◇25素でどう	0:00 ショップチャンネル	11:40 伊那西高校卒業式	11:00 N◇25すまいるone	11:00 いなテレ1 2 N	11:00 N◇25高校入試正答例
0:00 ショップ◇2:00信毎文字N		11:55 きらきら☆ふくし	2:00 MV特集①②	0:10 MV特集①②	11:55 手話で話そう	11:25 い〜な◇45MSA	11:55 きらきら☆ふくし
		0:00 ショップ◇2:00MV特集①②	3:00 信毎文字N	1:10 信毎文字N	0:00 ショップ◇2:00信毎文字N	0:00 ショップ◇2:00信毎文字N	0:00 ショップ◇2:00信毎文字N

9 (木)	10 (金)	11 (土)	12 (日)	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)
5:00 N ◇25手話	5:00 N ◇25手話	5:00 N ◇25手話	5:00 いなテレ1 2 N	5:00 N ◇10健康レポート	5:00 N ◇25手話	5:00 N ◇25手話	5:00 いなテレ1 2 N
5:30 戦争◇45体操	5:30 戦争◇45体操	5:30 戦争◇45体操	5:25 手話で話そう	5:25 手話◇30戦争	5:30 戦争◇45体操	5:30 戦争◇45体操	5:25 手話で話そう
5:55 運動あそびGOGO	5:55 運動あそびGOGO	5:55 運動あそびGOGO	5:30 戦争◇45体操	5:45 体操◇55運動	5:55 運動あそびGOGO	5:55 運動あそびGOGO	5:30 戦争体験をきく
6:00 N ◇25県広報	6:00 N ◇25県広報	6:00 いなテレ1 2 N	5:55 運動あそびGOGO	6:00 N ◇10県広報	6:00 N ◇25県広報	6:00 N ◇25県広報	5:45 がんばらない体操
6:35 戦争◇50体操	6:35 戦争体験をきく	6:25 風景◇40 JA	6:00 いなテレ1 2 N	6:20 ふくし◇25工房信州	6:35 戦争◇50体操	6:35 戦争◇50体操	5:55 運動あそびGOGO
7:00 N ◇25歴史「石仏」	6:50 がんばらない体操	7:00 いなテレ1 2 N	6:25 伊那谷の風景	6:35 戦争◇50体操	7:00 N ◇25歴史「石仏」	7:00 N ◇25歴史「石仏」	6:00 いなテレ1 2 N
7:35 戦争◇50じゃじゃじゃ	7:00 N ◇25歴史「石仏」	7:25 きらきら☆ふくし	6:40 JA広報～らる	7:00 N ◇10ふくし	7:35 風景◇50じゃじゃじゃ	7:35 風景◇50じゃじゃじゃ	6:25 県広報信州のチカラ
8:00 辰野高校卒業式	7:35 健康◇50じゃじゃじゃ	7:30 辰野高校卒業式	7:00 N ◇25ふくし	7:15 手話◇20運動あそび	8:00 ○○対決▽花スポーツ	8:00 すまいるone	6:35 戦争体験をきく
8:30 箕輪進修高校卒業式	8:00 ちびっこ▽特別編	8:00 箕輪進修高校卒業式	7:30 観光イナベーション	7:25 歴史「石仏」◇35県広報	9:00 戦争◇15風景	8:30 ふるさと便り◇50名湯	6:50 がんばらない体操
9:00 伊那弥生ヶ丘高校卒業式	8:29 inaコレ◇30 JA	8:30 上伊那農業高校卒業式	8:00 素顔◇15もみじ	7:45 きらきら☆ふくし	9:30 けーぶる▽出雲・日本酒	9:00 戦争◇15風景	7:00 いなテレ1 2 N
9:30 伊那西高校卒業式	8:50 歴史散歩「石仏」	9:00 伊那北高校卒業式	8:30 い～な◇50工房信州	7:50 じゃじゃじゃじゃん	9:59 inaコレ	9:30 すまいるone	7:25 歴史散歩「石仏」
10:00 ビデオクラブ作品集	9:00 戦争◇15健康レポート	9:30 伊那弥生ヶ丘高校卒業式	9:00 歴史散歩「石仏」	8:00 平賀館長が歩く3.11	10:00 県広報◇10健康レポート	10:00 それいけ爆音中	7:35 戦争体験をきく
10:45 運動あそび◇50県広報	9:30 ちびっこ▽特別編	10:00 高遠高校卒業式	9:10 健康レポート◇25ふくし	9:30 けーぶるにっぽん	10:25 手話◇30ビデオクラブ	10:30 素でどうでしょう	7:50 じゃじゃじゃじゃん
11:00 戦争◇15運動あそび	9:59 inaコレファッション	10:30 伊那西高校卒業式	9:30 平賀館長が歩く3.11	9:30 平賀館長が歩く3.11	11:15 運動あそびGOGO	11:00 ふるさと便り▽小野御柱	8:00 伊那中学校卒業式
11:20 じゃじゃじゃじゃん	10:00 だめんすきっちゃん	11:00 赤穂高校卒業式	11:00 ニュースダイジェスト	9:59 inaコレファッション	11:20 じゃじゃじゃじゃん	11:20 じゃじゃじゃじゃん	9:00 西箕輪中学校卒業式
11:30 赤穂高校卒業式	10:30 JA◇50工房信州	11:30 駒ヶ根工業高校卒業式	11:30 ちびっこ▽特別編	10:00 すまいる◇30観光	11:30 MSA◇45風景	11:30 ○○対決▽花スポーツ	9:45 南箕輪中学校卒業式
0:00 駒ヶ根工業高校卒業式	11:00 迫田英典国税庁長官特別講演	0:00 だめんすきっちゃん	11:59 inaコレファッション	11:00 JA広報～らる	0:00 素顔◇15もみじ	0:30 けーぶる◇59inaコレ	10:45 箕輪南小学校卒業式
0:30 すまいるone	1:00 いなぶん情報局	0:30 素でどうでしょう	0:00 ○○対決▽花スポーツ	11:20 じゃじゃじゃじゃん	0:30 い～な◇50工房信州	1:00 名湯の条件	11:15 伊那北小学校卒業式
1:00 いなぶん◇30建設の仕事	1:30 建設の仕事	1:00 観光イナベーション	1:00 素顔◇15もみじ	11:30 平賀館長が歩く3.11	1:00 社会見学◇30建設の仕事	1:10 ふるさと便り▽小野御柱	0:15 箕輪中部小学校卒業式
2:00 戦争体験をきく	2:00 ちびっこ▽特別編	2:00 平賀館長が歩く3.11	1:30 い～なチャンネル	1:00 社会見学◇30建設	2:00 戦争体験をきく	1:30 みんなのラーメン	1:15 箕輪北小学校卒業式
2:15 風景◇30手話	2:29 inaコレ◇30手話	3:30 ○○対決▽花スポーツ	1:50 工房信州の家へ	2:00 県広報◇10健康	2:15 伊那谷の風景	2:00 すまいるone	2:15 箕輪東小学校卒業式
2:35 歴史「石仏」◇45戦争	2:29 inaコレ◇30手話	4:30 ビデオクラブ作品集	2:00 平賀館長が歩く3.11	2:25 きらきら☆ふくし	2:30 手話で話そう	2:30 手話◇35歴史「石仏」	3:00 箕輪西小学校卒業式
3:00 だめんすきっちゃん	2:35 歴史「石仏」◇45戦争	5:15 素でどうでしょう	3:30 N ダイジェスト	2:30 手話◇35歴史「石仏」	2:35 歴史「石仏」◇45戦争	2:45 戦争体験をきく	3:30 伊那北小学校卒業式
3:30 県広報◇40ふくし	3:00 だめんすきっちゃん◇30JA	5:45 信州健康レポート	4:00 ビデオクラブ作品集	2:45 戦争体験をきく	3:00 ○○対決▽花スポーツ	3:00 ○○対決▽花スポーツ	4:30 信毎文字 N
3:45 戦争体験をきく	3:50 がんばらない体操	6:00 いなテレ1 2 N	4:45 ふくし◇50体操	3:00 ビデオ◇45伊那谷の風景	4:00 いなぶん◇30建設	4:00 いなぶん◇30建設	5:00 美鷲小学校卒業式
4:00 社会見学◇30建設の仕事	4:00 社会見学◇30建設	6:25 手話で話そう	5:00 いなテレ1 2 N	4:00 いなぶん◇30建設	5:00 戦争体験をきく	5:00 戦争◇15い～な	6:00 いなテレ1 2 N
5:00 戦争◇15ラーメン	5:00 戦争◇15観光	6:30 ニュースダイジェスト	5:10 工房信州◇20歴史「石仏」	5:00 戦争◇15素でどう	5:15 けーぶる▽出雲・日本酒	5:35 歴史散歩「石仏」	6:25 春富中学校卒業式
5:45 じゃじゃじゃ◇55運動	5:45 じゃじゃじゃ◇55運動	7:00 い～なチャンネル	5:30 ニュースダイジェスト	5:45 じゃじゃじゃじゃん	5:44 inaコレファッション	5:45 じゃじゃじゃじゃん	7:25 手話で話そう
6:00 いなテレ1 2 N	6:00 いなテレ1 2 N	7:20 いなぶん情報局	6:00 N ◇10手話	5:55 運動あそびGOGO	5:45 じゃじゃじゃ◇55運動	5:55 運動あそびGOGO	7:30 いなテレ1 2 N
6:25 ちびっこ▽特別編	6:25 手話で話そう	7:30 いなテレ1 2 N	6:15 戦争体験をきく	6:00 いなテレ1 2 N	6:00 いなテレ1 2 N	6:00 いなテレ1 2 N	7:55 長谷中学校卒業式
6:54 inaコレ◇55運動あそび	6:30 伊那弥生ヶ丘高校卒業式	7:55 運動あそびGOGO	6:30 素顔◇45もみじ	6:25 手話◇30観光	6:25 すまいるone	6:25 いなぶん情報局	8:40 きらきら☆ふくし
7:00 JA◇20工房信州	7:00 高遠高校卒業式	8:00 ニュースダイジェスト	7:00 い～な◇20工房信州	7:00 戦争◇15MSA	6:55 運動あそびGOGO	6:35 西箕輪中学校卒業式	8:45 歴史散歩「石仏」
7:30 N ◇55ちびっこ▽特別編	7:30 N ◇55い～な	8:30 素顔がよいね南箕輪	7:30 N ◇40運動あそび	7:30 N ◇55い～な	7:00 素でどうでしょう	7:20 歴史散歩「石仏」	8:55 手話で話そう
8:24 inaコレ◇25手話	8:15 名湯の条件◇25運動	8:45 もみじチャンネル	7:45 ビデオクラブ作品集	8:15 名湯の条件◇25運動	7:30 N ◇55すまいるone	7:30 いなテレ1 2 N	9:00 いなテレ1 2 N
8:30 辰野高校卒業式	8:30 伊那西高校卒業式	9:00 いなテレ1 2 N	8:30 ニュースダイジェスト	8:30 観光イナベーション	8:25 運動◇30戦争	8:25 伊那中学校卒業式	9:25 箕輪中学校卒業式
9:00 N ◇25ふくし	9:00 N ◇25ふくし	9:25 きらきら☆ふくし	9:00 いなテレ1 2 N	9:00 いなテレ1 2 N	8:45 歴史「石仏」◇55手話	8:55 手話で話そう	10:40 JA広報～らる
9:30 箕輪進修高校卒業式	9:30 赤穂高校卒業式	9:30 平賀館長が歩く3.11	9:10 春の高校伊那駅伝	9:25 きらきら☆ふくし	9:00 N ◇25ふくし	9:00 N ◇25ふくし	11:00 いなテレ1 2 N
10:00 上伊那農業高校卒業式	10:00 駒ヶ根工業高校卒業式	10:30 い～なチャンネル	2016大会	9:30 平賀館長が歩く3.11	9:30 伊那の近現代史を学ぶ	9:30 箕輪南小学校卒業式	11:25 い～なチャンネル
10:30 伊那北高校卒業式	10:30 辰野高校卒業式	10:50 いなぶん情報局	▽去年の大会の模様を再放送します	11:00 いなテレ1 2 N	▽富山の薬売りと伊那	10:00 南箕輪中学校卒業式	11:45 名湯の条件
11:00 N ◇25い～な	11:00 N ◇25素でどう	11:00 N ◇25ふくし	11:40 ふるさと便り▽小野御柱	11:25 すまいるone	11:00 いなテレ1 2 N	11:00 N ◇25観光イナベーション	11:55 手話で話そう
11:45 名湯◇55手話	11:55 きらきら☆ふくし	11:30 素顔◇45もみじ	0:00 ショップ◇2:00信毎文字 N	11:55 手話で話そう	11:25 い～な◇45MSA	11:55 きらきら☆ふくし	0:00 ショップチャンネル
0:00 ショップ◇2:00信毎文字 N	0:00 ショップ◇2:00信毎 N	0:00 ショップ◇2:00信毎 N	0:00 ショップ◇2:00信毎文字 N	0:00 ショップ◇2:00信毎文字 N	0:00 ショップ◇2:00信毎文字 N	0:00 ショップ◇2:00信毎文字 N	2:00 信毎文字 N

17 (金)	18 (土)	19 (日)	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)
5:00 いなテレ1 2回	5:00 25手話	5:00 25手話	5:00 いなテレ1 2回	5:00 南アルプスPV	5:00 いなテレ1 2回	5:00 いなテレ1 2回	5:00 25手話
5:25 手話で話そう	5:30 戦争体験をさく	5:30 戦争45体操	5:10 信州健康レポート	5:20 運動あそびGOGO	5:25 手話で話そう	5:25 手話で話そう	5:30 戦争体験をさく
5:30 戦争体験をさく	5:45 がんばらない体操	5:55 運動あそびGOGO	5:25 手話で話そう	5:25 手話で話そう	5:30 戦争体験をさく	5:30 戦争体験をさく	5:45 がんばらない体操
5:45 がんばらない体操	5:55 運動あそびGOGO	6:00 25風景	5:30 戦争体験をさく	5:30 戦争体験をさく	5:45 がんばらない体操	5:45 がんばらない体操	5:55 運動あそびGOGO
5:55 運動あそびGOGO	6:00 いなテレ1 2回	6:00 JA広報る〜らる	5:45 がんばらない体操	5:45 がんばらない体操	5:55 運動あそびGOGO	5:55 運動あそびGOGO	6:00 いなテレ1 2回
6:00 いなテレ1 2回	6:25 伊那谷の風景	7:00 25ふくし	5:55 運動あそびGOGO	5:55 運動あそびGOGO	6:00 いなテレ1 2回	6:00 いなテレ1 2回	6:25 県広報 信州のチカラ
6:25 県広報 信州のチカラ	6:40 JA広報る〜らる	7:30 ふるさと便り50工房信州	6:00 いなテレ1 2回	6:00 南アルプスPV	6:25 県広報 信州のチカラ	6:25 県広報 信州のチカラ	6:35 戦争体験をさく
6:35 戦争体験をさく	7:00 いなテレ1 2回	8:00 素顔15もみじ	6:10 県広報信州のチカラ	6:20 運動あそびGOGO	6:35 戦争体験をさく	6:35 戦争体験をさく	6:50 がんばらない体操
6:50 がんばらない体操	7:25 きらきら☆ふくし	8:30 い〜な◇50工房信州	6:20 きらきら☆ふくし	6:25 県広報 信州のチカラ	6:50 がんばらない体操	6:50 がんばらない体操	7:00 いなテレ1 2回
7:00 いなテレ1 2回	7:30 箕輪北小学校卒業式	9:00 箕輪中学校卒業式	6:25 工房信州の家へ	6:35 戦争体験をさく	7:00 いなテレ1 2回	7:00 いなテレ1 2回	7:25 運動あそびGOGO
7:25 歴史散歩「石仏」	8:30 箕輪東小学校卒業式	10:15 東春近小学校卒業式	6:35 戦争体験をさく	6:50 がんばらない体操	7:25 運動あそびGOGO	7:25 運動あそびGOGO	7:30 けーぶる▽出雲・日本酒
7:35 信州健康レポート	9:15 箕輪西小学校卒業式	11:00 ダイジェスト	6:50 がんばらない体操	7:00 西春近北小学校卒業式	7:30 高遠中学校卒業式	7:30 高遠中学校卒業式	7:59 inaコレファッション
7:50 じゃじゃじゃじゃん	9:45 伊那小学校卒業式	11:30 南箕輪中学校卒業式	7:00 いなテレ1 2回	7:45 西春近南小学校卒業式	8:15 長谷中学校卒業式	8:15 高遠北小学校卒業式	8:00 ビデオクラブ作品集
8:00 東部中学校卒業式	10:45 西箕輪小学校卒業式	0:30 ダイジェスト	7:10 きらきら☆ふくし	8:15 高遠小学校卒業式	9:00 箕輪中学校卒業式	9:00 箕輪中学校卒業式	8:45 伊那北小学校卒業式
9:15 高遠中学校卒業式	11:30 南箕輪小学校卒業式	1:30 素顔15もみじ	7:15 手話で話そう	9:00 高遠北小学校卒業式	10:15 南箕輪中学校卒業式	9:15 箕輪中部小学校卒業式	9:45 富良野小学校卒業式
10:00 春富中学校卒業式	0:30 南部小学校卒業式	1:30 い〜な◇50工房信州	7:20 運動あそび	9:30 長谷小学校卒業式	11:15 伊那北小学校卒業式	10:15 箕輪南小学校卒業式	10:15 新山小学校卒業式
11:00 長谷中学校卒業式	1:15 伊那中学校卒業式	2:00 伊那東小学校卒業式	7:25 きらきら☆ふくし	10:00 伊那東小学校卒業式	0:15 伊那西小学校卒業式	10:45 南箕輪小学校卒業式	10:45 美鷹小学校卒業式
11:45 箕輪中学校卒業式	2:15 東部中学校卒業式	3:00 伊那西小学校卒業式	7:30 南箕輪小学校卒業式	11:00 伊那西小学校卒業式	0:45 富良野小学校卒業式	11:45 南部小学校卒業式	11:45 手良小学校卒業式
1:00 西箕輪小学校卒業式	3:30 西箕輪中学校卒業式	3:30 富良野小学校卒業式	8:30 南部小学校卒業式	11:30 富良野小学校卒業式	1:15 新山小学校卒業式	0:30 南箕輪中学校卒業式	0:15 東春近小学校卒業式
1:45 南箕輪小学校卒業式	4:15 春富中学校卒業式	4:00 新山小学校卒業式	9:15 箕輪中部小学校卒業式	0:00 新山小学校卒業式	1:45 美鷹小学校卒業式	1:30 箕輪中部小学校卒業式	1:00 西箕輪小学校卒業式
2:45 南部小学校卒業式	5:15 長谷中学校卒業式	4:30 手良小学校卒業式	10:15 箕輪北小学校卒業式	0:30 手良小学校卒業式	2:45 手良小学校卒業式	2:30 箕輪北小学校卒業式	1:45 西春近北小学校卒業式
3:30 伊那小学校卒業式	6:00 いなテレ1 2回	5:00 いなテレ1 2回	11:15 箕輪東小学校卒業式	1:00 東春近小学校卒業式	3:15 東春近小学校卒業式	3:30 箕輪東小学校卒業式	2:30 西春近南小学校卒業式
4:30 信每文字	6:25 手話で話そう	5:10 工房信州の家へ	0:00 箕輪西小学校卒業式	1:45 伊那中学校卒業式	4:00 箕輪小学校卒業式	4:15 箕輪西小学校卒業式	3:00 高遠小学校卒業式
5:00 美鷹小学校卒業式	6:30 ダイジェスト	5:20 歴史散歩「石仏」	0:30 箕輪南小学校卒業式	2:45 東部中学校卒業式	4:45 西春近北小学校卒業式	4:45 箕輪中学校卒業式	3:45 高遠北小学校卒業式
6:00 いなテレ1 2回	7:00 い〜なチャンネル	5:30 ダイジェスト	1:00 西春近北小学校卒業式	4:00 西箕輪中学校卒業式	5:30 西春近南小学校卒業式	6:00 いなテレ1 2回	4:15 長谷小学校卒業式
6:25 高遠中学校卒業式	7:20 いなぶん情報局	6:00 いなテレ1 2回	1:45 西春近南小学校卒業式	4:45 春富中学校卒業式	6:00 いなテレ1 2回	6:25 箕輪南小学校卒業式	4:45 伊那中学校卒業式
7:10 い〜なチャンネル	7:30 いなテレ1 2回	6:10 手話で話そう	2:15 高遠小学校卒業式	5:45 じゃじゃじゃじゃん	6:25 箕輪北小学校卒業式	6:55 運動あそびGOGO	5:45 じゃじゃじゃじゃん
7:30 いなテレ1 2回	7:55 運動あそびGOGO	6:15 戦争体験をさく	3:00 高遠北小学校卒業式	5:55 運動あそびGOGO	7:25 運動あそびGOGO	7:00 JA広報る〜らる	5:55 運動あそびGOGO
7:55 箕輪中部小学校卒業式	8:00 ダイジェスト	6:30 素顔45もみじ	3:30 長谷小学校卒業式	6:00 いなテレ1 2回	7:30 いなテレ1 2回	7:20 工房信州の家へ	6:00 いなテレ1 2回
8:55 手話で話そう	8:30 素顔いいね南箕輪	7:00 い〜な◇20工房信州	4:00 伊那小学校卒業式	6:25 伊那小学校卒業式	7:55 い〜なチャンネル	7:30 いなテレ1 2回	6:25 春富中学校卒業式
9:00 いなテレ1 2回	8:45 もみじチャンネル	7:30 いなテレ1 2回	5:00 伊那東小学校卒業式	7:25 運動あそびGOGO	8:15 箕輪西小学校卒業式	7:55 伊那小学校卒業式	7:25 運動あそびGOGO
9:25 東部中学校卒業式	9:00 いなテレ1 2回	7:40 運動あそびGOGO	6:00 伊那北小学校卒業式	7:30 いなテレ1 2回	8:45 歴史散歩「石仏」	8:55 運動あそびGOGO	7:30 いなテレ1 2回
10:40 県広報 信州のチカラ	9:25 きらきら☆ふくし	7:45 西春近北小学校卒業式	7:00 伊那西小学校卒業式	7:55 伊那東小学校卒業式	8:55 手話で話そう	9:00 いなテレ1 2回	7:55 い〜なチャンネル
10:50 いなぶん情報局	9:30 高遠中学校卒業式	8:30 ダイジェスト	7:30 富良野小学校卒業式	8:55 運動あそびGOGO	9:00 いなテレ1 2回	9:25 きらきら☆ふくし	8:15 西箕輪中学校卒業式
11:00 いなテレ1 2回	10:15 信州健康レポート	9:00 いなテレ1 2回	8:00 新山小学校卒業式	9:00 いなテレ1 2回	9:25 きらきら☆ふくし	9:30 伊那西小学校卒業式	9:00 いなテレ1 2回
11:25 教えてガチャさん	10:30 い〜なチャンネル	9:10 西春近南小学校卒業式	8:30 美鷹小学校卒業式	9:25 きらきら☆ふくし	9:30 南箕輪小学校卒業式	10:00 伊那東小学校卒業式	9:25 東部中学校卒業式
11:55 きらきら☆ふくし	10:50 いなぶん情報局	9:40 高遠小学校卒業式	9:30 手良小学校卒業式	9:30 箕輪東小学校卒業式	10:30 すまいるone	11:00 いなテレ1 2回	10:40 県広報 信州のチカラ
0:00 ショップチャンネル	11:00 いなテレ1 2回	10:25 高遠北小学校卒業式	10:00 東春近小学校卒業式	10:15 南部小学校卒業式	11:00 いなテレ1 2回	11:25 い〜なチャンネル	10:50 いなぶん情報局
2:00 信每文字	11:25 きらきら☆ふくし	10:55 長谷小学校卒業式	10:45 西箕輪小学校卒業式	11:00 いなテレ1 2回	11:25 みんなのラーメン	11:45 名湯の条件	11:00 いなテレ1 2回
	11:30 素顔がいいね南箕輪	11:25 きらきら☆ふくし	11:30 教えてガチャさん	11:25 い〜なチャンネル	11:55 きらきら☆ふくし	11:55 手話で話そう	11:25 教えてガチャさん
	11:45 もみじチャンネル	11:30 ダイジェスト	0:00 ショップチャンネル	11:45 MSAドコかde談話	0:00 ショップチャンネル	0:00 ショップチャンネル	11:55 きらきら☆ふくし
	0:00 ショップ◇2:00信每文字	0:00 ショップ◇2:00信每文字	2:00 信每文字	0:00 ショップ◇2:00信每文字	2:00 信每文字	2:00 信每文字	0:00 ショップ◇2:00信每文字

25 (土)	26 (日)	27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)
5:00 N◇25手話	5:00 N◇25手話	5:00 N◇10健康レポート	5:00 N◇25手話	5:00 N◇25手話	5:00 N◇25手話	5:00 N◇25手話
5:30 戦争◇45体操	5:30 戦争体験をさく	5:25 手話◇30戦争	5:30 戦争◇45体操	5:30 戦争◇45体操	5:30 戦争◇45体操	5:30 戦争◇45体操
5:55 運動あそびGOGO	5:45 体操◇55運動あそび	5:45 体操◇55運動	5:55 運動あそびGOGO	5:55 運動あそびGOGO	5:55 運動あそびGOGO	6:00 N◇25県広報
6:00 N◇25伊那谷の風景	6:00 N◇25伊那谷の風景	6:00 N◇10県広報	6:00 N◇25県広報	6:00 N◇25県広報	6:00 N◇25県広報	6:35 戦争◇50体操
6:40 JA広報る〜る	6:40 JA広報る〜る	6:20 ふくし◇25工房信州	6:35 戦争◇50体操	6:35 戦争◇50体操	6:35 戦争◇50体操	7:00 N◇25歴史「石仏」
7:00 いなテレ1 2N	7:00 N◇25ふくし	6:35 戦争◇50体操	7:00 N◇25歴史「石仏」	7:00 N◇25歴史「石仏」	7:00 N◇25歴史「石仏」	7:35 健康◇50じゃじゃじゃ
7:25 きらきら☆ふくし	7:30 けーぶるにっぽん	7:00 N◇10ふくし	7:35 風景◇50じゃじゃじゃ	7:35 風景◇50じゃじゃじゃ	7:35 戦争◇50じゃじゃじゃ	8:00 けーぶる▽富士ほんこさま
7:30 教えてガチャさん	▽富士となみ野のほんこさま	7:15 手話◇20運動あそび	8:00 ○○対決▽花スポット	8:00 すまいるone	8:00 長野県ベースボール	8:29 inaコレファッショ
8:00 県広報 信州のチカラ	7:59 inaコレファッショ	7:25 歴史「石仏」◇35県広報	9:00 戦争◇15風景	8:30 ふるさと便り	8:30 JA◇50歴史「石仏」	9:00 戦争◇15健康レポート
8:10 運動あそびGOGO	8:00 素颜◇15もみじ	7:45 ふくし◇50じゃじゃじゃ	9:30 けーぶる◇59inaコレ	8:50 名湯の条件	11:00 戦争体験をさく	9:30 けーぶる▽富士ほんこさま
8:15 高遠中学校卒業式	8:30 い〜な◇50工房信州	8:00 ビデクラ◇45風景	10:00 県広報◇10健康レポート	9:00 戦争体験をさく	11:15 運動◇20じゃじゃじゃ	9:59 inaコレファッショ
9:00 長谷中学校卒業式	9:00 高遠北小学校卒業式	9:00 戦争◇15MSA	10:25 手話◇30ビデオクラブ	9:15 伊那谷の風景	11:30 伊那の近現代史を学ぶ	10:00 テクノ探検隊
9:45 南箕輪小学校卒業式	9:30 高遠小学校卒業式	9:30 けーぶる▽富士ほんこさま	11:15 運動◇20じゃじゃじゃ	9:30 すまいるone	▽富士の薬売りト伊那	10:30 JA◇50工房信州
10:45 南部小学校卒業式	10:15 高遠中学校卒業式	9:59 inaコレファッショ	11:30 MSA◇45風景	10:00 テクノ探検隊		11:00 風景◇15運動あそび
11:30 南箕輪中学校卒業式	11:00 Nダイジェスト	10:00 教えてガチャさん	0:00 素颜◇15もみじ	10:30 みんなのラーメン	1:00 いなぶん情報局	11:00 戦争体験をさく
0:30 箕輪中部小学校卒業式	11:30 西箕輪小学校卒業式	10:30 みんなのラーメン	0:30 い〜な◇50工房信州	11:00 ふるさと▽小野御柱	1:10 信每文字N	11:20 じゃじゃじゃ◇30MSA
1:30 箕輪北小学校卒業式	0:15 西箕輪中学校卒業式	11:00 JA◇20じゃじゃじゃ	1:00 社会見学◇14信毎	11:20 じゃじゃじゃじゃん	1:30 みんなのラーメン	11:45 戦争体験をさく
2:30 箕輪東小学校卒業式	1:00 素颜がよいぬ南箕輪	11:30 健康レポート◇45戦争	2:00 戦争体験をさく	11:30 ○○対決▽花スポット	2:00 戦争◇15風景	0:00 テクノ探検隊
3:15 箕輪西小学校卒業式	1:15 もみじチャンネル	0:00 ダイジェスト◇30ラーメン	2:15 伊那谷の風景	0:30 けーぶる◇59inaコレ	2:30 手話◇35歴史「石仏」	0:30 戦争◇45伊那谷の風景
3:45 箕輪南小学校卒業式	1:30 い〜なチャンネル	1:00 社会見学◇14信毎	2:30 手話で話そう	1:00 名湯◇10ふるさと便り	2:45 戦争体験をさく	1:00 いなぶん◇10信毎N
4:15 箕輪中学校卒業式	1:50 工房信州の家へ	2:00 県広報◇10健康レポート	2:35 歴史「石仏」◇45戦争	1:30 みんなのラーメン	3:00 テクノ探検隊	1:00 けーぶる▽富士ほんこさま
5:30 長谷小学校卒業式	2:00 伊那東小学校卒業式	2:25 きらきら☆ふくし	3:00 ○○対決▽花スポット	2:00 すまいるone	3:30 県広報◇40ふくし	2:00 けーぶる▽富士ほんこさま
6:00 いなテレ1 2N	3:00 伊那北小学校卒業式	2:30 手話◇35歴史「石仏」	4:00 いなぶん◇10信毎N	2:30 手話で話そう	3:45 戦争体験をさく	2:29 inaコレ◇30手話
6:25 手話で話そう	4:00 手良小学校卒業式	2:45 戦争体験をさく	5:00 戦争体験をさく	2:35 歴史散歩「石仏」	4:00 社会見学◇14信毎ニュース	2:35 歴史「石仏」◇45戦争
6:30 Nダイジェスト	4:30 新山小学校卒業式	3:00 ビデクラ◇45風景	5:15 けーぶる◇44inaコレ	2:45 戦争体験をさく	5:00 戦争◇15ラーメン	3:00 テクノ探検隊
7:00 い〜なチャンネル	5:00 いなテレ1 2N	4:00 いなぶん情報局	5:45 じゃじゃじゃじゃん	3:00 ○○対決▽花スポット	5:45 じゃじゃじゃ◇55運動	3:30 JA◇50体操
7:20 いなぶん情報局	5:10 工房信州の家へ	4:10 信每文字N	5:55 運動あそびGOGO	4:00 いなぶん◇10信毎N	6:00 いなテレ1 2N	4:00 社会見学◇14信毎ニュース
7:30 いなテレ1 2N	5:20 歴史散歩「石仏」	5:00 戦争体験をさく	6:00 いなテレ1 2N	5:00 戦争◇15テクノ	6:25 けーぶる▽富士ほんこさま	5:00 戦争体験をさく
7:55 運動あそびGOGO	5:30 Nダイジェスト	5:15 西春近南小学校卒業式	6:25 すまいるone	5:45 じゃじゃじゃ◇55運動	6:54 inaコレファッショ	5:15 健康◇30体操
8:00 Nダイジェスト	6:00 N◇10手話	5:45 じゃじゃじゃ◇55運動	6:55 運動あそびGOGO	7:00 JA◇20工房信州	6:55 運動あそびGOGO	5:40 手話◇45じゃじゃじゃ
8:30 素颜がよいぬ南箕輪	6:15 戦争体験をさく	6:00 いなテレ1 2N	7:00 けーぶる◇29inaコレ	7:00 いなテレ1 2N	7:00 JA◇20工房信州	6:00 いなテレ1 2N
8:45 もみじチャンネル	6:30 素颜◇45もみじ	6:25 西春北小学校卒業式	7:30 いなテレ1 2N	6:25 いなぶん◇35歴史「石仏」	7:30 いなテレ1 2N	6:25 手話◇30すまいるone
9:00 N◇25ふくし	7:00 い〜な◇20工房信州	7:10 運動◇15MSA	7:55 伊那小学校卒業式	6:45 ビデオクラブ作品集	7:55 けーぶる▽富士ほんこさま	7:00 戦争◇15風景
9:30 長谷中学校卒業式	7:30 いなテレ1 2N	7:30 N◇55い〜な	8:55 手話で話そう	7:30 N◇55い〜な	8:24 inaコレ◇25運動あそび	7:30 いなテレ1 2N
10:15 信州健康レポート	7:40 運動あそびGOGO	8:15 東春近小学校卒業式	9:00 いなテレ1 2N	8:15 名湯◇25運動あそび	8:30 戦争◇45歴史「石仏」	7:55 い〜なチャンネル
10:30 い〜なチャンネル	7:45 ビデオクラブ作品集	9:00 いなテレ1 2N	9:25 きらきら☆ふくし	8:30 戦争◇45歴史「石仏」	8:55 手話で話そう	8:15 名湯◇25運動あそび
10:50 いなぶん情報局	8:30 Nダイジェスト	9:25 きらきら☆ふくし	9:30 伊那西小学校卒業式	8:55 手話で話そう	9:00 N◇25ふくし	8:30 戦争◇45風景
11:00 いなテレ1 2N	9:00 いなテレ1 2N	9:30 富県小学校卒業式	10:00 伊那中学校卒業式	9:00 N◇25ふくし	9:30 伊那の近現代史を学ぶ	9:00 N◇25ふくし
11:25 きらきら☆ふくし	9:10 美鷹小学校卒業式	9:30 春富中学校卒業式	11:00 いなテレ1 2N	9:30 ○○対決▽花スポット	▽富士の薬売りト伊那	9:30 すまいるone
11:30 素颜がよいぬ南箕輪	10:10 東部中学校卒業式	11:00 N◇25ガチャさん	11:25 い〜なチャンネル	10:30 テクノ探検隊		10:00 ビデクラ◇45風景
11:45 もみじチャンネル	11:25 ダイジェスト◇55手話	11:55 手話で話そう	11:45 MSAドコかde談話	11:00 N◇25みんなのラーメン	11:25 い〜なチャンネル	11:00 N◇25ガチャさん
0:00 ショップ◇2:00信每文字N	0:00 ショップ◇2:00信每文字N	0:00 ショップ◇1:00信每文字N	0:00 ショップ◇2:00信每文字N	11:55 きらきら☆ふくし	11:45 名湯◇55手話	11:55 きらきら☆ふくし
				0:00 ショップ◇2:00信每文字N	0:00 ショップ◇2:00信每文字N	0:00 ショップ◇2:00信每文字N