

1 (土)	2 (日)	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	8 (土)
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マルギン	5:00 N◇25マルギン	5:00 N◇25マルギン	5:00 N◇25マルギン	5:00 N◇25マルギン
5:30 戦争◇45体操	5:30 戦争◇45体操	5:25 マルギン◇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	5:30 戦争◇45体操
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	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 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	6:00 N◇25県広報	6:00 N◇25県広報	6:00 いなテレ1 2N
6:25 風景◇40JA	6:40 JA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	6:35 戦争◇50体操	6:35 戦争◇50体操	6:25 長くつ◇40JA
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」	7:00 N◇25歴史「石仏」	7:00 N◇25歴史「石仏」	7:00 いなテレ1 2N
7:30 伊那北高校 ジョイントコンサート	7:30 ふるさと便りマ小野御柱	7:00 N◇10ふくし	7:35 風景◇50絵本	7:35 風景◇50絵本	7:35 戦争◇50絵本	7:35 健康◇50絵本	7:25 きらきら☆ふくし
10:20 工房信州の家へ	7:50 工房信州の家へ	7:15 手話◇20運動あそび	8:00 月刊ワイドN	8:00 すまいるone	8:00 伊那北高ジョイントコンサート	8:00 伊那北小◇15伊那東小	7:30 箕輪中部小◇45箕輪北小
10:30 けーぶるにつぼん マとなみ野のほんこさま	8:00 素顔◇15もみじ	7:25 歴史「石仏」◇35県広報	9:00 戦争◇15風景	8:30 ふるさと便りマ小野御柱	11:00 戦争◇15運動あそび	8:30 伊那北小◇45伊那西小	8:00 トクFine
10:59 inaコレファッション	8:30 い〜な◇50工房信州	7:45 ふくし◇50絵本	9:30 けーぶる◇59inaコレ	8:50 名湯の条件	11:20 絵本であそぼ	9:00 富巣小◇15新山小	9:00 まるごと信州情報ネット
11:00 みんなのラーメン	9:00 歴史散歩「石仏」	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 戦争体験をさく	11:30 伊那の近現代史を学ぶ	9:30 美篤小◇45手良小	10:00 箕輪東小◇15箕輪南小
11:30 すまいるone	9:10 信州健康レポート	9:00 戦争◇15MSA	10:25 手話◇30ビデオクラブ	9:15 風景◇30すまいるone	1:00 信毎N◇30ラーメン	10:00 東春近小◇15西箕輪小	10:30 箕輪西小◇45南箕輪小
0:00 教えてガチャさん	9:25 きらきら☆ふくし	9:30 けーぶるマほんこさま	11:15 運動あそびGOGO	10:00 あいらブせんりゅう	2:00 戦争体験をさく	10:30 西春近北小◇45西春近南小	11:00 南部小◇15伊那小
0:30 テクノ探検隊	9:30 伊那の近現代史を学ぶ マ富士の薬売りと伊那	9:59 inaコレファッション	11:20 絵本◇30MSA	10:30 みんなのラーメン	2:15 風景◇30手話	11:00 長谷小学校入学式	11:30 伊那東小◇45伊那北小
1:00 けーぶるマほんこさま	11:00 ニュースダイジェスト	10:00 ガチャさん◇30ラーメン	11:45 体操◇55マルギン	11:00 ふるさと便りマ小野御柱	2:35 歴史「石仏」◇45戦争	11:15 箕輪中部小学校入学式	0:00 伊那西小◇15富巣小
1:29 inaコレファッション	11:30 けーぶるマほんこさま	11:00 JA◇20絵本であそぼ	0:00 素顔◇15もみじ	11:20 絵本であそぼ	3:00 せんりゅう◇30県広報	11:30 箕輪北小学校入学式	0:30 まるごと信州情報ネット
1:30 風景◇45戦争体験をさく	11:59 inaコレファッション	11:30 健康レポート◇45戦争	0:30 い〜な◇50工房信州	11:30 月刊ワイドN	3:40 ふくし◇45戦争	11:45 箕輪東小学校入学式	1:30 新山小◇45美篤小
2:00 月刊ワイドN	0:00 月刊ワイドN	0:00 Nダイジェスト◇30ラーメン	1:00 社会見学◇14信毎N	0:30 けーぶる◇59inaコレ	4:00 社会見学◇14信毎N	0:00 箕輪南小学校入学式	2:00 月刊ワイドN
3:00 春の高校伊那駅伝 2017	1:00 素顔◇15もみじ	1:00 社会見学◇14信毎N	2:00 戦争◇15伊那谷の風景	1:00 名湯◇10ふるさと便り	5:00 南箕輪小学校入学式	0:15 箕輪西小学校入学式	3:00 手良小◇15東春近小
5:30 ふるさと便りマ小野御柱	1:30 い〜なチャンネル	2:00 県広報◇10健康	2:30 手話で話そう	1:30 みんなのラーメン	5:15 南部小学校入学式	0:30 伊那北小◇45伊那東小	3:30 西箕輪小◇45西春近北小
5:50 手話で話そう	1:50 工房信州の家へ	2:25 きらきら☆ふくし	2:35 歴史散歩「石仏」	2:00 すまいるone◇30手話	5:30 高遠小◇45高遠北小	1:00 伊那北小◇15信毎N	4:00 西春近南小◇15高遠小
5:55 運動あそびGOGO	2:00 伊那北高校 ジョイントコンサート	2:45 戦争体験をさく	2:45 戦争体験をさく	2:35 歴史散歩「石仏」	6:25 伊那小学校入学式	2:00 伊那西小◇15富巣小	4:30 高遠北小◇45長谷小
6:00 いなテレ1 2N	4:50 がんばらない体操	3:00 ビデオ◇45伊那谷の風景	3:00 月刊ワイドN	2:45 戦争体験をさく	6:40 伊那東小学校入学式	2:30 新山小◇45美篤小	5:00 箕輪中部小◇15箕輪北小
6:25 手話で話そう	5:00 いなテレ1 2N	4:00 信毎文字N	4:00 信毎文字N	3:00 月刊ワイドN	6:55 運動あそびGOGO	3:00 手良小◇15東春近小	5:30 箕輪東小◇45箕輪南小
6:30 ニュースダイジェスト	5:00 いなテレ1 2N	5:00 戦争◇15素でどう	5:00 戦争体験をさく	4:00 信毎文字ニュース	7:00 JA◇20工房信州	3:30 西箕輪小◇45西春近北小	6:00 いなテレ1 2N
7:00 い〜なチャンネル	5:10 工房信州◇20歴史「石仏」	5:45 絵本◇55運動あそび	5:15 けーぶる◇44inaコレ	5:00 戦争体験をさく	7:30 いなテレ1 2N	4:00 社会見学◇14信毎N	6:25 手話で話そう
7:20 いなぶん情報局	5:30 ニュースダイジェスト	6:00 いなテレ1 2N	5:45 絵本であそぼ	5:15 あいらブせんりゅう	7:55 伊那北小学校入学式	5:00 西春近南小◇15高遠小	6:30 ニュースダイジェスト
7:30 N◇55運動あそび	6:00 いなテレ1 2N	6:25 手話で話そう	5:55 運動あそびGOGO	5:45 絵本◇55運動	8:10 伊那西小学校入学式	5:30 高遠北小◇45長谷小	7:00 い〜なチャンネル
8:00 ニュースダイジェスト	6:10 手話で話そう	6:30 無茶さんぽ	6:00 いなテレ1 2N	6:00 いなテレ1 2N	8:25 富巣小学校入学式	6:00 いなテレ1 2N	7:20 工房信州の家へ
8:30 素顔がよいね南箕輪	6:15 戦争体験をさく	7:00 戦争◇15MSA	6:25 すまいるone	6:25 体操◇35歴史「石仏」	8:40 新山小学校入学式	6:25 エリアマ伊那谷から頂点へ	7:30 いなテレ1 2N
8:45 もみじチャンネル	6:30 素顔◇45もみじ	7:30 N◇55い〜な	6:55 運動あそびGOGO	6:45 ビデオクラブ作品集	8:55 手話で話そう	6:55 箕輪中部小学校入学式	7:55 運動あそびGOGO
9:00 N◇25ふくし	7:00 い〜なチャンネル	8:15 名湯の条件◇25運動	7:00 けーぶる◇29inaコレ	7:30 N◇55い〜な	9:00 N◇25ふくし	7:10 箕輪北小◇25運動あそび	8:00 ニュースダイジェスト
9:30 月刊ワイドN	7:20 工房信州の家へ	8:30 戦争体験をさく	7:30 N◇55すまいるone	8:15 名湯◇25運動あそび	9:30 美篤小学校入学式	7:30 N◇55い〜な	8:30 素顔がよいね南箕輪
10:30 い〜な◇50いなぶん	7:30 いなテレ1 2N	8:45 歴史散歩「石仏」	8:25 運動あそびGOGO	8:30 高遠小学校入学式	9:45 手良小学校入学式	8:15 箕輪東小◇30箕輪南小	8:45 もみじチャンネル
11:00 いなテレ1 2N	7:40 運動あそびGOGO	8:55 手話で話そう	8:30 戦争◇45歴史「石仏」	8:45 高遠北小学校入学式	10:00 東春近小学校入学式	8:45 箕輪西小学校入学式	9:00 いなテレ1 2N
11:25 きらきら☆ふくし	7:45 ビデオクラブ作品集	9:00 N◇25ふくし	8:55 手話で話そう	9:00 いなテレ1 2N	10:15 西箕輪小学校入学式	9:00 N◇25ふくし	9:25 きらきら☆ふくし
11:30 素顔がよいね南箕輪	8:30 ニュースダイジェスト	9:00 N◇25ふくし	9:00 N◇25ふくし	9:25 きらきら☆ふくし	10:30 西春近北小学校入学式	9:30 長くつ先生◇45南箕輪小	9:30 月刊ワイドN
11:45 もみじチャンネル	9:00 伊那北高校 ジョイントコンサート	9:30 月刊ワイドN	9:30 月刊ワイドN	9:30 月刊ワイドN	10:45 西春近南小学校入学式	10:00 南部小◇15長谷小	10:30 い〜なチャンネル
0:00 ショップ◇2:00信毎文字N	9:10 伊那北高校 ジョイントコンサート	10:00 月刊ワイドN	10:30 あいらブせんりゅう	9:30 月刊ワイドN	11:00 N◇25い〜な	10:30 戦争◇45長くつ	10:50 工房信州の家へ
	0:00 ショップ◇2:00信毎N	11:00 N◇25ガチャさん	11:00 いなテレ1 2N	11:00 N◇25ラーメン	11:45 名湯◇55手話	11:00 N◇25マルギン	11:00 N◇25マルギン
		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◇2:00信毎文字N	11:30 教えてガチャさん	11:30 素顔◇45もみじ
		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	0:00 ショップ◇2:00信毎N

9 (日)	10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)	15 (土)	16 (日)
5:00 N◇25マルギン	5:00 歴史「石仏」◇10健康	5:00 N◇25マルギン	5:00 N◇25マルギン	5:00 N◇25マルギン	5:00 N◇25マルギン	5:00 N◇25マルギン	5:00 N◇25マルギン
5:30 戦争体験をさく	5:25 マルギン◇30戦争	5:30 戦争◇45体操	5:30 戦争◇45体操	5:30 戦争体験をさく	5:30 戦争◇45体操	5:30 戦争体験をさく	5:30 戦争◇45体操
5:45 体操◇55運動	5:45 体操◇55運動	5:55 運動あそびGOGO	5:55 運動あそびGOGO	5:45 がんばらない体操	5:55 運動あそびGOGO	5:45 がんばらない体操	5:55 運動あそびGOGO
6:00 N◇25長ぐつ	6:00 歴史「石仏」◇10県広報	6:00 N◇25県広報	6:00 N◇25県広報	5:55 運動あそびGOGO	6:00 N◇25県広報	5:55 運動あそびGOGO	6:00 N◇25長ぐつ
6:40 JA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	6:00 N◇25県広報	6:35 戦争◇50体操	6:00 N◇25長ぐつ	6:40 JA広報る〜らる
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」	6:35 戦争◇50体操	7:00 N◇25歴史「石仏」	6:40 JA広報る〜らる	7:00 N◇25ふくし
7:30 箕輪西小◇45南箕輪小	7:00 歴史「石仏」◇10ふくし	7:35 長ぐつ◇50絵本	7:35 長ぐつ◇50絵本	7:00 N◇25歴史「石仏」	7:35 健康◇50絵本	7:00 いなテレ12N	7:30 ふるさと便り◇50工房信州
8:00 素顔◇15もみじ	7:15 手話◇20運動あそび	8:00 月刊ワイドN	8:00 すまいるone	7:35 戦争◇50絵本	8:00 けーぶる▽大大神楽	7:25 きらきら☆ふくし	8:00 素顔◇15もみじ
8:30 い〜な◇50工房信州	7:25 歴史「石仏」◇35県広報	9:00 戦争体験をさく	8:30 ふるさと便り◇50名湯	8:00 伊那北高校	8:30 JA◇50歴史「石仏」	7:30 みんなのラーメン	8:30 い〜な◇50工房信州
9:00 南部小◇15伊那小	7:45 きらきら☆ふくし	9:15 長ぐつ先生	9:00 戦争◇15長ぐつ	ジョイントコンサート	9:00 戦争◇15健康リポート	8:00 トクFine	9:00 歴史散歩「石仏」
9:30 伊那東小◇45伊那北小	7:50 絵本であそぼ	9:30 エリア▽伊那谷から頂点へ	9:30 すまいるone	11:00 戦争◇15運動あそび	9:30 けーぶる▽大大神楽	9:00 まるごと信州情報ネット	9:10 信州健康リポート
10:00 伊那西小◇15富巣小	8:00 ビデオクラブ◇45長ぐつ	10:00 県広報 信州のチカラ	10:00 あいらっせんりゅう	11:20 絵本であそぼ	10:00 ラーメン◇30JA	10:00 戦争体験をさく	9:25 きらきら☆ふくし
10:30 新山小◇45美鷲小	9:00 戦争◇15MSA	10:10 信州健康リポート	10:30 みんなのラーメン	11:30 まるごと信州情報ネット	10:50 工房信州の家へ	10:15 ふくし◇20工房信州	9:30 まるごと信州情報ネット
11:00 Nダイジェスト	9:30 箕輪中部小◇45箕輪北小	10:25 手話◇30ビデオクラブ	11:00 ふるさと便り▽小野御柱	0:30 すまいるone	11:00 長ぐつ◇15運動あそび	10:30 けーぶる▽大大神楽	10:30 エリア▽伊那谷から頂点へ
11:30 手良小◇45東春近小	10:00 箕輪東小◇15箕輪南小	11:15 運動あそびGOGO	11:20 絵本であそぼ	1:00 NAGANO綺麗▽上伊那	11:20 絵本であそぼ	11:00 無茶さんぽ	11:00 Nダイジェスト
0:00 月刊ワイドN	10:30 箕輪西小◇45南箕輪小	11:20 絵本◇30MSA	11:30 月刊ワイドN	1:30 みんなのラーメン	11:30 MSA◇45戦争	11:30 すまいるone	11:30 NAGANO綺麗▽上伊那
1:00 素顔◇15もみじ	11:00 JA◇20絵本であそぼ	11:45 体操◇55マルギン	0:30 けーぶるにっぽん ▽長崎・大大神楽	2:00 戦争◇15長ぐつ	0:00 ラーメン◇30戦争	0:00 おしえてガチャさん	0:00 ご当地〇〇対決▽ラーメン
1:30 い〜なチャンネル	11:30 南部小◇45伊那小	0:00 素顔◇15もみじ	1:00 名湯◇10ふるさと便り	2:30 手話◇35歴史「石仏」	0:45 長ぐつ先生	0:30 まるごと信州情報ネット	1:00 素顔がよいね南箕輪
1:50 工房信州の家へ	0:00 伊那東小◇15伊那北小	0:30 い〜なチャンネル	1:30 みんなのラーメン	2:45 戦争体験をさく	1:00 信毎文字N	1:30 エリア▽伊那谷から頂点へ	1:15 もみじチャンネル
2:00 まるごと信州情報ネット	0:30 伊那西小◇45富巣小	0:50 工房信州の家へ	2:00 高遠小◇15高遠北小	3:00 エリア▽伊那谷から頂点へ	2:00 けーぶる▽大大神楽	2:00 ご当地〇〇対決▽ラーメン	1:30 い〜なチャンネル
3:00 トクFine	1:00 社会見学◇14信毎N	1:00 社会見学◇14信毎N	2:30 長谷小◇45箕輪中部小	3:30 県広報◇40ふくし	2:30 手話◇35歴史「石仏」	3:00 伊那北高校	1:50 工房信州の家へ
4:00 西箕輪小◇15西春近北小	2:00 新山小◇15美鷲小	2:00 伊那小◇15伊那東小	3:00 箕輪北小◇15箕輪東小	3:45 戦争体験をさく	2:45 戦争体験をさく	ジョイントコンサート	2:00 伊那北高校
4:30 西春近南小◇45高遠小	2:30 手良小◇45東春近小	2:30 伊那北小◇45伊那西小	3:30 箕輪南小◇45箕輪西小	4:00 社会見学◇14信毎N	3:00 トクFine	5:30 上伊那ふるさと便り	ジョイントコンサート
5:00 いなテレ12N	3:00 西箕輪小◇15西春近北小	3:00 富巣小◇15新山小	4:00 信毎文字N	4:30 NAGANO綺麗▽上伊那	4:00 社会見学◇14信毎N	5:50 手話◇55運動あそび	4:50 がんばらない体操
5:10 工房信州◇20歴史「石仏」	3:30 西春近南小◇45高遠小	3:30 美鷲小◇45手良小	5:00 南箕輪小◇15南部小	5:00 戦争◇15ラーメン	5:00 戦争◇15健康リポート	6:00 いなテレ12N	5:00 いなテレ12N
5:30 ニュースダイジェスト	4:00 信毎文字N	4:00 信毎文字N	5:30 無茶さんぽ	5:45 絵本◇55運動あそび	5:30 体操◇40手話	6:25 手話で話そう	5:10 工房信州の家へ
6:00 N◇10手話	5:00 高遠北小◇15長谷小	5:00 東春近小◇15西箕輪小	6:00 いなテレ12N	6:00 いなテレ12N	5:45 絵本◇55運動	6:30 Nダイジェスト	5:20 歴史散歩「石仏」
6:15 高遠北小学校入学式	5:30 箕輪中部小◇45箕輪北小	5:30 西春近北小◇45西春近南小	6:25 がんばらない体操	6:25 けーぶる▽大大神楽	6:00 いなテレ12N	7:00 い〜なチャンネル	5:30 Nダイジェスト
6:30 素顔◇45もみじ	6:00 いなテレ12N	6:00 いなテレ12N	6:35 歴史散歩「石仏」	6:55 運動あそびGOGO	6:25 エリア▽伊那谷から頂点へ	7:20 工房信州の家へ	6:00 いなテレ12N
7:00 い〜なチャンネル	6:25 手話で話そう	6:25 すまいるone	6:45 ビデオクラブ作品集	7:00 JA◇20工房信州	6:30 すまいるone	7:30 N◇55運動あそび	6:10 手話で話そう
7:20 工房信州の家へ	6:30 箕輪東小◇45箕輪南小	6:55 運動あそびGOGO	7:30 いなテレ12N	7:30 N◇55JA	7:00 戦争◇15長ぐつ	8:00 Nダイジェスト	6:15 戦争体験をさく
7:30 いなテレ12N	7:00 箕輪西小◇15長ぐつ先生	7:00 伊那小◇15伊那東小	7:55 い〜なチャンネル	8:15 戦争◇30南箕輪小	7:30 N◇55い〜な	8:30 素顔がよいね南箕輪	6:30 素顔がよいね南箕輪
7:40 運動あそびGOGO	7:30 N◇55い〜な	7:30 N◇55手話	8:15 高遠小学校入学式	8:45 南部小学校入学式	8:15 名湯◇25運動あそび	8:45 もみじチャンネル	6:45 もみじチャンネル
7:45 長谷小学校入学式	8:15 名湯の条件◇25運動	8:00 伊那北小◇15伊那西小	8:30 高遠北小◇45長谷小	9:00 N◇25ふくし	8:30 戦争◇45長ぐつ先生	9:00 いなテレ12N	7:00 い〜な◇20工房信州
8:00 エリア・レポート	8:30 南箕輪小◇45南部小	8:30 富巣小◇45新山小	9:00 N◇25ふくし	9:30 エリア▽伊那谷から頂点へ	9:00 N◇25ふくし	9:25 きらきら☆ふくし	7:30 いなテレ12N
▽伊那谷から頂点へ	9:00 N◇25ふくし	9:00 N◇25ふくし	9:30 箕輪中部小◇45箕輪北小	10:00 NAGANO綺麗▽上伊那	9:30 エリア▽伊那谷から頂点へ	9:30 ご当地〇〇対決▽ラーメン	7:40 運動あそびGOGO
8:30 戦争体験をさく	9:30 エリア▽伊那谷から頂点へ	9:30 美鷲小◇45手良小	10:00 箕輪東小◇15箕輪南小	10:30 みんなのラーメン	10:00 ビデオクラブ作品集	10:30 い〜なチャンネル	7:45 ビデオクラブ作品集
8:45 南箕輪村長選挙	10:00 月刊ワイドN	10:00 東春近小◇15西箕輪小	10:30 箕輪西小◇45長ぐつ先生	11:00 N◇25い〜な	10:45 長ぐつ先生	10:50 工房信州の家へ	8:30 Nダイジェスト
開票速報 生中継	11:00 いなテレ12N	10:30 西春近北小◇45西春近南小	11:00 N◇25みんなのラーメン	11:45 名湯の条件	11:00 N◇25マルギン	11:00 いなテレ12N	9:00 いなテレ12N
※番組は変更する場合があります	11:25 教えてガチャさん	11:00 いなテレ12N	11:30 きらきら☆ふくし	11:55 手話で話そう	11:30 ガチャさん	11:25 きらきら☆ふくし	9:10 伊那北高校
0:00 ショップ◇2:00信毎N	11:55 手話で話そう	11:25 い〜な◇45MSA	0:00 ショップ◇2:00信毎文字N	0:00 ショップチャンネル	0:00 ショップチャンネル	11:30 素顔◇45もみじ	ジョイントコンサート
	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	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

17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)	22 (土)	23 (日)	24 (月)
5:00 <b>N</b> ◇10健康 5:25 マルギン◇30戦争 5:45 体操◇55運動あそび 6:00 <b>N</b> ◇10県広報 6:20 ふくし◇25工房信州 6:35 戦争◇50体操 7:00 <b>N</b> ◇10ふくし 7:15 手話◇20運動あそび 7:25 県広報◇35長ぐつ 7:50 がんばらない体操 8:00 ビデオクラブ◇45部活 9:00 戦争◇15手話 9:20 いなテレアーカイブス 9:30 けーぶる▽大大神楽 10:00 すまほ◇10ふるさと便り 10:30 教えてガチャさん 11:00 弥生吹奏楽クラブ 第27回定期演奏会	5:00 <b>N</b> ◇25マルギン 5:30 戦争体験をさく 5:45 体操◇55運動 6:00 <b>N</b> ◇25今日の教室 6:30 ふくし◇35戦争 6:50 がんばらない体操 7:00 <b>N</b> ◇25県広報 7:35 長ぐつ先生 7:50 がんばらない体操 8:00 ○○対決マラーメン 9:00 戦争◇15手話 9:20 いなテレアーカイブス 9:30 エリア▽伊那谷から頂点へ 10:00 すまほ◇10教室 10:15 体操◇25ビデオクラブ 11:10 名湯◇20とよパング 11:30 健康◇45アーカイブス 11:55 マルギンタイム	5:00 <b>N</b> ◇25マルギン 5:30 戦争体験をさく 5:45 体操◇55運動 6:00 <b>N</b> ◇25今日の教室 6:30 ふくし◇35戦争 6:50 がんばらない体操 7:00 <b>N</b> ◇25県広報 7:35 長ぐつ先生 7:50 がんばらない体操 8:00 すまほ◇30ふるさと便り 8:50 名湯の条件 9:00 戦争◇15手話 9:20 アーカイブス◇30マラーメン 10:00 すまほ◇10今日の教室 10:15 体操◇25ふるさと便り 10:45 大人の、社会見学 11:00 弥生吹奏楽クラブ 第27回定期演奏会	5:00 <b>N</b> ◇25マルギン 5:45 体操◇55運動 6:00 <b>N</b> ◇25今日の教室 6:30 ふくし◇35戦争 7:00 <b>N</b> ◇25県広報 7:35 長ぐつ◇50体操 8:00 いなねこ◇15部活 8:30 健康◇45工房信州 9:00 戦争◇15手話 9:20 いなテレアーカイブス 9:30 工房信州◇40健康 9:55 inaコレファッション 10:00 すまほ◇10教室 10:15 体操◇25部活 10:40 社会見学◇55inaコレ 11:00 J A◇20とよパング 11:30 まるごと信州情報ネット 0:30 すまほ◇10教室 1:00 NAGANO綺麗▽飯伊 1:30 信毎文字 <b>N</b> 2:00 すまほ◇10体操 2:20 とよパング◇30戦争 2:45 手話◇50アーカイブス 3:00 J A◇20健康 3:35 県広報◇45長ぐつ 4:00 信毎文字 <b>N</b> 5:00 ラーメン◇30とよパング 5:40 inaコレ◇45手話 5:50 今日の教室◇55運動 6:00 いなテレ1 2 <b>N</b> 6:25 体操◇35県広報 6:45 体操◇55今日の教室 7:00 いなねこ◇15長ぐつ 7:30 <b>N</b> ◇55い〜な 8:15 名湯◇25運動あそび 8:30 戦争◇45アーカイブス 8:55 手話で話そう 9:00 <b>N</b> ◇25ふくし 9:30 部活◇45ビデオクラブ 9:30 無茶さんぽ 11:00 いなテレ1 2 <b>N</b> 11:25 みんなのラーメン 11:55 inaコレファッション 0:00 ショップ◇2:00信毎文字 <b>N</b>	5:00 <b>N</b> ◇25マルギン 5:30 戦争体験をさく 5:45 体操◇55運動 6:00 <b>N</b> ◇25今日の教室 6:30 ふくし◇35戦争 6:50 がんばらない体操 7:00 <b>N</b> ◇25県広報 7:35 長ぐつ先生 7:50 がんばらない体操 8:00 けーぶる▽大大神楽 8:30 J A◇50名湯 9:00 戦争◇15手話 9:20 アーカイブス◇30無茶 10:00 すまほ◇10教室 10:15 体操◇25ふるさと便り 10:45 社会見学◇55マルギン 11:00 J A◇20とよパング 11:30 信州健康リポート 11:45 アーカイブス◇55マルギン 0:15 長ぐつ◇30爆釣中 1:00 信毎文字 <b>N</b> 2:00 すまほ◇10体操 2:20 けーぶる◇30戦争 2:45 手話◇50アーカイブス 3:00 トクFine 4:00 信毎文字 <b>N</b> 5:00 すまほ◇30とよパング 5:40 inaコレ◇45手話 5:50 教室◇55運動あそび 6:00 いなテレ1 2 <b>N</b> 6:25 エリア◇55教室 7:00 いなねこ◇15文化財 7:30 <b>N</b> ◇55い〜な 8:15 名湯◇25運動あそび 8:30 戦争◇45アーカイブス 8:55 手話で話そう 9:00 <b>N</b> ◇25ふくし 9:30 エリア▽伊那谷から頂点へ 10:00 ビデオクラブ◇45文化財 11:00 いなテレ1 2 <b>N</b> 11:25 マルギン 11:30 素でどうでしょう 0:00 ショップ◇2:00信毎文字 <b>N</b>	5:00 <b>N</b> ◇25マルギン 5:30 戦争体験をさく 5:45 体操◇55運動 6:00 <b>N</b> ◇25今日の教室 6:30 工房信州の家へ 6:40 J A広報る〜らる 7:00 <b>N</b> ◇25ふくし 7:30 ふるさと便り▽小野御柱 7:50 工房信州の家へ 8:00 素顔◇15もみじ 8:30 い〜な◇50工房信州 9:00 とよパング◇10健康 9:25 きらきら☆ふくし 9:30 すまほ◇10教室 10:30 けーぶる▽15ビデオクラブ ▽青森・八戸えんぶり 11:00 無茶さんぽ 11:30 すまほ◇10教室 0:00 教えてガチャさん 0:30 まるごと信州情報ネット 1:30 素でどうでしょう 2:00 ○○対決マラーメン 3:00 弥生吹奏楽クラブ 第27回定期演奏会 5:50 手話◇55運動 6:00 いなテレ1 2 <b>N</b> 6:25 手話で話そう 6:30 <b>N</b> ダイジェスト 7:00 い〜なチャンネル 7:20 工房信州の家へ 7:30 <b>N</b> ◇55運動あそび 8:00 <b>N</b> ダイジェスト 8:30 素顔がよいね南箕輪 8:45 もみじチャンネル 9:00 <b>N</b> ◇25ふくし 9:30 ○○対決マラーメン 10:30 い〜なチャンネル 10:50 工房信州の家へ 11:00 いなテレ1 2 <b>N</b> 11:25 マルギン 11:30 素顔がよいね南箕輪 11:45 もみじチャンネル 0:00 ショップ◇2:00信毎文字 <b>N</b>	5:00 <b>N</b> ◇25マルギン 5:30 戦争体験をさく 5:45 体操◇55運動 6:00 <b>N</b> ◇25文化財 6:40 J A広報る〜らる 7:00 <b>N</b> ◇25ふくし 7:30 ふるさと便り▽小野御柱 7:50 工房信州の家へ 8:00 素顔◇15もみじ 8:30 い〜な◇50工房信州 9:00 とよパング◇10健康 9:25 きらきら☆ふくし 9:30 すまほ◇10教室 10:00 部活◇15ビデオクラブ 11:00 <b>N</b> ダイジェスト 11:30 NAGANO綺麗▽飯伊 0:00 ○○対決マラーメン 1:00 素顔がよいね南箕輪 1:15 もみじチャンネル 1:30 い〜なチャンネル 1:50 工房信州の家へ 2:00 まるごと信州情報ネット 3:00 トクFine 4:00 エリア▽伊那谷から頂点へ 4:30 健康◇45手話 4:50 がんばらない体操 5:00 いなテレ1 2 <b>N</b> 5:10 工房信州の家へ 5:20 すまほのじかん 5:30 <b>N</b> ダイジェスト 6:00 <b>N</b> ◇10手話 6:15 戦争体験をさく 6:30 素顔◇45もみじ 7:00 い〜な◇20工房信州 7:30 いなテレ1 2 <b>N</b> 7:40 運動あそびGOGO 7:45 ビデオクラブ作品集 8:30 <b>N</b> ダイジェスト 9:00 いなテレ1 2 <b>N</b> 9:10 弥生吹奏楽クラブ 第27回定期演奏会 0:00 ショップ◇2:00信毎文字 <b>N</b>	5:00 <b>N</b> ◇10健康 5:25 マルギン◇30戦争 5:45 体操◇55運動 6:00 <b>N</b> ◇10県広報 6:20 ふくし◇25工房信州 6:35 戦争◇50体操 7:00 <b>N</b> ◇10ふくし 7:15 手話◇20運動あそび 7:25 県広報◇35文化財 7:50 がんばらない体操 8:00 ビデオクラブ◇45部活 9:00 戦争◇15手話 9:20 いなテレアーカイブス 9:30 けーぶる▽大戸えんぶり 10:00 すまほ◇10ふるさと便り 10:30 教えてガチャさん 11:00 弥生吹奏楽クラブ 第27回定期演奏会 1:50 信毎 <b>N</b> ◇2:00すまほ 2:10 体操◇20とよパング 2:30 戦争◇45手話 2:50 いなテレアーカイブス 3:00 ビデオクラブ◇45文化財 4:00 信毎文字 <b>N</b> 5:00 県広報◇10ふくし 5:15 部活◇30とよパング 5:40 inaコレ◇45手話 5:50 今日の教室◇55運動 6:00 いなテレ1 2 <b>N</b> 6:25 無茶◇55今日の教室 7:00 いなねこのとおり道 7:15 伊那谷の文化財 7:30 <b>N</b> ◇55い〜な 8:15 名湯◇25運動あそび 8:30 戦争◇45アーカイブス 9:00 <b>N</b> ◇25ふくし 9:30 部活◇45いなねこ 10:00 無茶◇30名湯 10:40 inaコレ◇45健康 11:00 <b>N</b> ◇25ガチャさん 11:55 inaコレファッション 0:00 ショップ◇2:00信毎文字 <b>N</b>

