

1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)	7 (日)	8 (月)
<p>0:00 テレビ年賀状 地域のお店や正月に楽しめるスポットを紹介視聴者プレゼントもあります</p> <p>4:00 鬼来迎 鬼と仏が生きる里</p> <p>4:30 日本の太鼓 i nみのわ</p> <p>6:30 阿部知事に聞く 県政展望2018 今年の抱負や特に力を入れる取り組みについて話を伺います</p> <p>7:00 月刊ワイドN 新春特別編 市町村長をはじめ各界からゲストを招き今年の抱負を伺います</p> <p>9:00 テレビ年賀状</p> <p>11:30 ポーラ☆スター 新体操発表会 園児から高校生までが練習の成果を披露します</p> <p>2:30 い〜な音楽祭2017 伊那市内のコーラスグループ19団体と駒ヶ根市の小中学生が出演</p> <p>6:00 テレビ年賀状</p> <p>8:30 創造館自主映画祭 映画祭で上映したすべての作品を一挙公開 映画の見どころ紹介も</p> <p>0:30 トクFine 2時間スペシャル</p> <p>2:30 長野・新潟・富山 新春お国自慢サミット2018 3県12局が取材した「お国自慢対決」を中心に爆笑トークを展開!</p>	<p>4:30 阿部知事に聞く 県政展望2018 今年の抱負や特に力を入れる取り組みについて話を伺います</p> <p>5:00 伊那フィルハーモニー 第60回定期演奏会 なじみのあるクラシックの名曲などを演奏</p> <p>6:30 2018信州総文祭 郷土芸能部門プレ大会 県内外の高校や芸能団体など7団体が太鼓や郷土芸能を披露しました</p> <p>8:15 日本の太鼓 i nみのわ</p> <p>10:15 テレビ年賀状 地域のお店や正月に楽しめるスポットを紹介視聴者プレゼントもあります</p> <p>0:45 創造館自主映画祭 映画祭で上映したすべての作品を一挙公開 映画の見どころ紹介も</p> <p>4:45 長野・新潟・富山 新春お国自慢サミット2018</p> <p>6:45 2018信州総文祭 郷土芸能部門プレ大会</p> <p>8:30 2018信州総文祭 プレ大会 総合開会式 8月に行われる信州総文祭プレ大会の総合開会式の模様をお伝えします</p> <p>11:30 月刊ワイドN 新春特別編</p> <p>1:30 トクFine 2時間スペシャル</p> <p>3:30 阿部知事に聞く 県政展望2018</p>	<p>4:00 伊那人形芝居 明日へつなく伝承のチカラ</p> <p>4:40 加賀像嵌 中川衛 美の世界 新たな伝統を創る</p> <p>5:20 鬼来迎 鬼と仏が生きる里</p> <p>6:00 阿部知事に聞く 県政展望2018 今年の抱負や特に力を入れる取り組みについて話を伺います</p> <p>6:30 創造館自主映画祭 トクFine 2時間スペシャル</p> <p>0:30 伊那市小学生総合的な学習発表交流会 地域の特色を活かしながら様々な活動に取り組んでいる子どもたちの発表を放送</p> <p>3:40 南アルプスPV</p> <p>4:00 阿部知事に聞く 県政展望2018</p> <p>4:30 伊那マジッククラブ 奇術を楽しむ日曜日 マジックショーの様子をお伝えします</p> <p>6:00 ソーシャルインベーション 地域のかでまちづくり 東京都豊島区と箕輪町との交流を通して都心と地方の連携を考える討論番組</p> <p>7:00 テレビ年賀状</p> <p>9:30 伊那マジッククラブ 奇術を楽しむ日曜日</p> <p>11:00 伊那フィルハーモニー 第60回定期演奏会 なじみのあるクラシックの名曲などを演奏</p> <p>0:30 い〜な音楽祭</p>	<p>4:00 伊那マジッククラブ 奇術を楽しむ日曜日</p> <p>5:30 日本の太鼓 i nみのわ</p> <p>7:30 ソーシャルインベーション 地域のかでまちづくり</p> <p>8:30 南アルプスPV</p> <p>8:50 阿部知事に聞く 県政展望2018</p> <p>9:20 伊那市小学生総合的な学習発表交流会 地域の特色を活かしながら様々な活動に取り組んでいる子どもたちの発表を放送</p> <p>0:30 伊那マジッククラブ 奇術を楽しむ日曜日</p> <p>2:00 日本の太鼓 i nみのわ</p> <p>4:00 ポーラ☆スター 新体操発表会 園児から高校生までが練習の成果を披露します</p> <p>7:00 テレビ年賀状 地域のお店や正月に楽しめるスポットを紹介視聴者プレゼントもあります</p> <p>9:30 月刊ワイドN 新春特別編 市町村長をはじめ各界からゲストを招き今年の抱負を伺います</p> <p>11:30 阿部知事に聞く 県政展望2018</p> <p>0:00 ショップチャンネル</p> <p>2:00 信毎文字N</p> 	<p>5:00 南アPV◇25マルギン</p> <p>5:30 戦争体験をさく</p> <p>5:45 体操◇55運動</p> <p>6:00 県政展望2018</p> <p>6:30 伊那フィルハーモニー 第60回定期演奏会</p> <p>8:00 天竜川美女伝説▽伊那</p> <p>8:30 JA広報る〜らる</p> <p>8:50 名湯の条件</p> <p>9:00 県政展望2018</p> <p>9:30 天竜川美女伝説▽箕輪</p> <p>10:00 伊那人形芝居</p> <p>10:40 社会見学◇55マルギン</p> <p>11:00 JA◇20とよパング</p> <p>11:30 健康◇45アーカイブス</p> <p>11:55 FUNFUNFUNマルギン</p> <p>0:00 ポーラ☆スター 新体操発表会</p> <p>3:00 天竜川美女伝説▽伊那</p> <p>3:30 天竜川美女伝説▽箕輪</p> <p>4:00 信毎文字N</p> <p>5:00 とよパング</p> <p>5:10 inaコフレアッション</p> <p>5:15 いなテレ12N</p> <p>5:35 すまほ◇45手話</p> <p>5:50 今週の教室</p> <p>5:55 成美のおあがりて</p> <p>6:00 いなテレ12N</p> <p>6:25 NAGANO綺麗▽総合</p> <p>6:55 成美のおあがりて</p> <p>7:00 いなねこ◇15長ぐつ</p> <p>7:30 いなテレ12N</p> <p>7:55 天竜川美女伝説▽伊那</p> <p>8:25 天竜川美女伝説▽箕輪</p> <p>8:55 成美のおあがりて</p> <p>9:00 N◇25ふくし</p> <p>9:30 NAGANO綺麗▽総合</p> <p>10:00 ビデオクラブ作品集</p> <p>10:45 長ぐつ先生</p> <p>11:00 N◇25マルギン</p> <p>11:30 イチゲン◇45いなねこ</p> <p>0:00 ショップ◇2:00MSA</p>	<p>5:00 N◇25マルギン</p> <p>5:30 戦争体験をさく</p> <p>5:45 体操◇55運動</p> <p>6:00 N◇25教室</p> <p>6:30 工房信州◇40JA</p> <p>7:00 N◇25ふくし</p> <p>7:30 ふるさと便り</p> <p>7:50 名湯の条件</p> <p>8:00 2018信州総文祭 郷土芸能部門プレ大会</p> <p>9:45 イチゲンさん</p> <p>10:00 すまほ◇10教室</p> <p>10:15 ふくし◇20工房信州</p> <p>10:30 けーぶるにっぼん ▽兵庫・地藏盆</p> <p>11:00 無茶さんぽ</p> <p>11:30 天竜川美女伝説▽伊那</p> <p>0:00 月刊ワイドN 新春特別編</p> <p>2:00 2018信州総文祭 プレ大会総合開会式</p> <p>5:00 いなねこのとおり道</p> <p>5:15 いなテレ12N</p> <p>5:35 部活◇50教室</p> <p>5:55 運動あそびGOGO</p> <p>6:00 いなテレ12N</p> <p>6:25 手話で話そう</p> <p>6:30 NAGANO綺麗▽総合</p> <p>7:00 い〜なチャンネル</p> <p>7:20 工房信州の家へ</p> <p>7:30 N◇55運動あそび</p> <p>8:00 長ぐつ◇15県広報</p> <p>8:30 素顔がよいね南箕輪</p> <p>8:45 もみじチャンネル</p> <p>9:00 N◇25ふくし</p> <p>9:30 加賀像嵌 中川衛</p> <p>10:10 上伊那ふるさと便り</p> <p>10:30 い〜な◇50工房信州</p> <p>11:00 N◇25マルギン</p> <p>11:30 素顔がよいね南箕輪</p> <p>11:45 もみじチャンネル</p> <p>0:00 ショップ◇2:00信毎文字N</p>	<p>5:00 N◇25マルギン</p> <p>5:30 戦争体験をさく</p> <p>5:45 がんばらない体操</p> <p>5:55 運動あそびGOGO</p> <p>6:20 ふくし◇25工房信州</p> <p>6:40 JA広報る〜らる</p> <p>7:00 いなテレ12N</p> <p>7:25 ふくし◇30ふるさと</p> <p>7:50 工房信州の家へ</p> <p>8:00 素顔◇15もみじ</p> <p>8:30 い〜な◇50工房信州</p> <p>9:00 とよパング◇10健康</p> <p>9:25 ふくし◇30イチゲン</p> <p>9:45 いなねこのとおり道</p> <p>10:00 部活◇15ビデオクラブ</p> <p>11:00 ワイドN 新春特別編</p> <p>1:00 素顔◇15もみじ</p> <p>1:30 い〜な◇50工房信州</p> <p>2:00 2018信州総文祭 郷土芸能部門プレ大会</p> <p>3:45 長ぐつ先生</p> <p>4:00 NAGANO綺麗▽総合</p> <p>4:30 イチゲン◇45手話</p> <p>4:50 がんばらない体操</p> <p>5:00 いなテレ12N</p> <p>5:10 工房信州の家へ</p> <p>5:20 すまほのじかん</p> <p>5:30 県政展望2018</p> <p>6:00 N◇10手話</p> <p>6:15 戦争体験をさく</p> <p>6:30 素顔がよいね南箕輪</p> <p>6:45 もみじチャンネル</p> <p>7:00 い〜なチャンネル</p> <p>7:20 工房信州の家へ</p> <p>7:30 N◇40運動あそび</p> <p>7:45 ビデオクラブ作品集</p> <p>8:30 県政展望2018</p> <p>9:00 いなテレ12N</p> <p>9:10 ワイドN 新春特別編</p> <p>11:10 けーぶる▽兵庫・地藏盆</p> <p>11:40 イチゲン◇55手話</p> <p>0:00 ショップ◇2:00信毎文字N</p>	<p>5:00 N◇10健康</p> <p>5:25 マルギン◇30戦争</p> <p>5:45 体操◇55運動</p> <p>6:00 N◇10県広報</p> <p>6:20 ふくし◇25工房信州</p> <p>6:35 戦争◇50体操</p> <p>7:00 N◇10ふくし</p> <p>7:15 手話◇20運動あそび</p> <p>7:25 県広報信州のチカラ</p> <p>7:35 長ぐつ先生</p> <p>7:50 がんばらない体操</p> <p>8:00 ビデオクラブ作品集</p> <p>8:45 せいけい部活</p> <p>9:00 戦争体験をさく</p> <p>9:15 手話で話そう</p> <p>9:20 いなテレアーカイブス</p> <p>9:30 NAGANO綺麗▽総合</p> <p>10:00 すまほのじかん</p> <p>10:10 上伊那ふるさと便り</p> <p>10:30 い〜な音楽祭2017</p> <p>2:00 すまほのじかん</p> <p>2:10 がんばらない体操</p> <p>2:20 とよパング▽白菜</p> <p>2:30 戦争体験をさく</p> <p>2:45 手話で話そう</p> <p>2:50 いなテレアーカイブス</p> <p>3:00 ビデオクラブ作品集</p> <p>3:45 長ぐつ先生</p> <p>4:00 信毎文字N</p> <p>5:00 とよパング◇10inaコレ</p> <p>5:15 南アルプスPV</p> <p>5:35 すまほ◇45手話</p> <p>5:50 教室▽箕輪北2-3</p> <p>5:55 運動あそびGOGO</p> <p>6:00 い〜なチャンネル</p> <p>6:25 無茶さんぽ</p> <p>6:55 教室▽箕輪北2-3</p> <p>7:00 2018信州総文祭 プレ大会総合開会式</p> <p>10:00 月刊ワイドN 新春特別編</p> <p>0:00 ショップ◇2:00信毎文字N</p>

9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)	14 (日)	15 (月)	16 (火)
5:00 南アPV◇25マルギン	5:00 Ⅸ◇25マルギン	5:00 Ⅸ◇25マルギン	5:00 Ⅸ◇25マルギン	5:00 Ⅸ◇25マルギン	5:00 Ⅸ◇25マルギン	5:00 Ⅸ◇10健康	5:00 Ⅸ◇25マルギン
5:30 戦争体験をさく	5:30 戦争体験をさく	5:30 戦争体験をさく	5:30 戦争体験をさく	5:30 戦争体験をさく	5:30 戦争◇45体操	5:25 マルギン◇30戦争	5:30 戦争体験をさく
5:45 体操◇55運動	5:45 体操◇55運動	5:45 体操◇55運動	5:45 体操◇55運動	5:45 体操◇55運動	5:55 運動あそびGOGO	5:45 体操◇55運動	5:45 体操◇55運動
6:00 南アPV◇25教室	6:00 Ⅸ◇25教室	6:00 Ⅸ◇25今週の教室	6:00 Ⅸ◇25今週の教室	6:00 Ⅸ◇25教室	6:00 Ⅸ◇25長ぐつ	6:00 Ⅸ◇10県広報	6:00 Ⅸ◇25教室
6:30 ふくし◇35戦争	6:30 ふくし◇35戦争	6:30 ふくし◇35戦争	6:30 ふくし◇35戦争	6:30 ふくし◇35戦争	6:40 JA広報る～らる	6:20 ふくし◇25工房信州	6:30 ふくし◇35戦争
6:50 がんばらない体操	6:50 がんばらない体操	7:00 Ⅸ◇25県広報	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12Ⅸ	6:35 戦争◇50体操	6:50 がんばらない体操
7:00 南アPV◇25県広報	7:00 Ⅸ◇25県広報	7:35 長ぐつ先生◇50体操	7:00 Ⅸ◇25県広報	7:00 Ⅸ◇25県広報	7:25 ふくし◇30ふるさと	7:00 Ⅸ◇10ふくし	7:00 Ⅸ◇25県広報
7:35 長ぐつ先生◇50体操	7:35 長ぐつ先生◇50体操	8:00 いなねこ◇15部活	7:35 長ぐつ先生◇50体操	7:35 長ぐつ先生◇50体操	7:50 工房信州の家へ	7:15 手話◇20運動あそび	7:35 長ぐつ◇50体操
8:00 月刊ワイドⅨ	8:00 ちびっこマ沢保育園①	8:30 健康◇45工房信州	8:00 ちびっこマ沢保育園②	8:00 ちびっこマ沢保育園②	8:00 素顔◇15もみじ	7:25 県広報◇35長ぐつ	8:00 月刊ワイドⅨ
新春特別編	8:30 ふるさと便り◇50名湯	8:55 inaコレ◇9:00戦争	8:30 JA◇50名湯	8:30 JA◇50名湯	8:30 い～な◇50工房信州	7:50 がんばらない体操	新春特別編
10:00 すまほ◇10教室	9:00 戦争◇15手話	9:15 手話◇20アーカイブス	9:00 戦争◇15手話	9:00 戦争◇15手話	9:00 とよバンゴ◇10健康	8:00 ビデオクラブ◇45部活	10:00 すまほ◇10教室
10:15 体操◇25ビデオクラブ	9:20 アーカイブス	9:30 工房信州◇40健康	9:30 ちびっこマ沢保育園②	9:30 ちびっこマ沢保育園②	9:25 きらきら☆ふくし	9:00 戦争◇15手話	10:15 体操◇25ビデオクラブ
11:10 名湯◇20とよバンゴ	9:30 ちびっこマ沢保育園①	10:00 すまほ◇10教室	10:00 すまほ◇10教室	10:00 すまほ◇10教室	9:30 イチゲン◇45いなねこ	9:20 アーカイブス	11:10 名湯◇20とよバンゴ
11:30 健康◇45アーカイブス	10:00 すまほ◇10教室	10:15 体操◇25部活	10:15 体操◇25いなねこ	10:15 体操◇25いなねこ	10:00 部活◇15ビデオクラブ	9:30 NAGANO綺麗▽北信	11:30 健康◇45アーカイブス
11:55 FUNFUNFUNマルギン	10:15 体操◇25ふるさと便り	10:40 社会見学◇55inaコレ	10:40 社会見学◇55マルギン	10:40 社会見学◇55マルギン	11:00 Ⅸダイジェスト	10:00 すまほ◇10ふるさと便り	11:55 FUNFUNFUNマルギン
0:00 素顔◇15もみじ	10:45 大人の、社会見学	11:00 JA◇20とよバンゴ	11:00 JA◇20とよバンゴ	11:00 JA◇20とよバンゴ	11:30 ちびっこマ沢保育園②	10:30 教えてガチャさん	0:00 素顔◇15もみじ
0:30 い～な◇50工房信州	11:00 伊那フィル定期演奏会	11:30 天竜川美女伝説▽伊那	11:45 アーカイブス◇55マルギン	11:30 ちびっこマ沢保育園①	0:00 月刊ワイドⅨ	11:00 総合学習発表会 午前の部	0:30 い～な◇50工房信州
1:00 大人の、社会見学	1:50 工房信州の家へ	0:00 天竜川美女伝説▽箕輪	0:00 いなねこ◇15長ぐつ先生	0:00 月刊ワイドⅨ	新春特別編	1:50 工房信州の家へ	1:00 大人の、社会見学
1:15 信毎Ⅸ◇30インフォ	2:00 ちびっこマ沢保育園①	0:30 すまいるone	0:30 あいらっせりゅう	2:00 伊那市総合学習	2:00 伊那市総合学習	2:00 すまほ◇10体操	1:15 信毎Ⅸ◇30インフォ
2:00 けーぶる▽兵庫・地藏盆	2:30 戦争体験をさく	1:00 あいらっせりゅう	1:00 信毎文字Ⅸ	発表交流会 午前の部	4:50 工房信州の家へ	2:20 とよバンゴ◇30戦争	2:00 けーぶる▽吉田の火祭り
2:30 戦争体験をさく	2:45 手話◇50アーカイブス	2:00 すまほ◇10体操	2:00 ちびっこマ沢保育園②	5:00 工房信州の家へ	5:00 いなねこ◇50工房信州	2:45 手話◇50アーカイブス	2:30 戦争体験をさく
2:45 手話◇50アーカイブス	3:00 JA◇20健康	2:20 とよバンゴ◇30戦争	2:30 戦争◇45手話	5:15 いなテレ12Ⅸ	2:00 まるごと信州情報ネット	3:00 ビデオクラブ◇45長ぐつ	2:45 手話◇50アーカイブス
3:00 月刊ワイドⅨ	3:35 県広報◇45長ぐつ先生	2:45 手話◇50アーカイブス	2:50 アーカイブス	5:35 部活◇50教室	3:00 月刊ワイドⅨ	4:00 信毎文字Ⅸ	3:00 月刊ワイドⅨ
新春特別編	4:00 信毎文字Ⅸ	3:00 せんりゅう◇30ふくし	3:00 天竜川美女伝説▽伊那	5:55 運動あそびGOGO	新春特別編	5:00 とよバンゴ◇10inaコレ	新春特別編
5:00 アーカイブス◇10手話	5:00 とよバンゴ◇10inaコレ	3:35 県広報◇45健康リポート	3:30 天竜川美女伝説▽箕輪	6:00 いなテレ12Ⅸ	5:00 いなテレ12Ⅸ	5:15 いなテレ12Ⅸ	5:00 アーカイブス◇10手話
5:15 いなテレ12Ⅸ	5:15 いなテレ12Ⅸ	4:00 すまいるone◇30信毎Ⅸ	5:00 とよバンゴ◇10inaコレ	6:25 手話で話そう	5:10 工房信州の家へ	5:35 すまほ◇45手話	5:15 いなテレ12Ⅸ
5:35 戦争◇50教室	5:35 すまほ◇45手話	5:00 アーカイブス◇10手話	5:15 いなテレ12Ⅸ	6:30 Ⅸダイジェスト	5:20 すまほのじかん	5:50 教室▽高遠小3年	5:35 戦争◇50教室
5:55 運動あそびGOGO	5:50 教室◇55運動あそび	5:15 いなテレ12Ⅸ	5:35 すまほ◇45手話	7:00 い～なチャンネル	5:30 Ⅸダイジェスト	5:55 運動あそびGOGO	5:55 運動あそびGOGO
6:00 いなテレ12Ⅸ	6:00 いなテレ12Ⅸ	5:35 戦争◇50教室	5:50 教室◇55おあがりて	7:20 工房信州の家へ	6:00 Ⅸ◇10手話	6:00 いなテレ12Ⅸ	6:00 いなテレ12Ⅸ
6:25 ちびっこマ沢保育園①	6:25 体操◇35県広報	5:55 運動◇6:00Ⅸ	6:00 いなテレ12Ⅸ	7:30 工房信州の家へ	6:15 戦争体験をさく	6:25 無茶さんぽ	6:25 ちびっこマ美鶯保育園①
6:55 教室▽箕輪北2-3	6:45 体操◇55教室	6:25 ちびっこマ沢保育園②	6:25 NAGANO綺麗▽総合	8:00 Ⅸ◇55運動あそび	6:30 素顔がよいぬ南箕輪	6:55 教室▽高遠小3年	6:55 教室▽高遠小3年
7:00 すまほ◇10ふるさと便り	7:00 イチゲン◇15いなねこ	6:55 今週の教室	6:55 成美のおあがりて	8:30 Ⅸダイジェスト	6:45 もみじチャンネル	7:15 長ぐつ◇30Ⅸ	7:00 すまほ◇10ふるさと便り
7:30 いなテレ12Ⅸ	7:30 Ⅸ◇55い～な	7:00 JA◇20工房信州	7:00 いなねこ◇15長ぐつ先生	8:30 素顔がよいぬ南箕輪	7:00 い～なチャンネル	7:55 い～なチャンネル	7:30 いなテレ12Ⅸ
7:55 ちびっこマ沢保育園①	8:15 名湯◇25運動あそび	7:30 Ⅸ◇55ちびっこマ沢保育園②	7:30 Ⅸ◇55い～な	8:45 もみじチャンネル	7:20 工房信州の家へ	8:15 名湯◇25運動あそび	7:55 ちびっこマ美鶯保育園①
8:25 運動◇30戦争	8:30 戦争◇45アーカイブス	8:25 運動◇30戦争	8:15 名湯◇25運動あそび	9:00 いなテレ12Ⅸ	7:30 Ⅸ◇40運動あそび	8:30 戦争◇45アーカイブス	8:25 運動◇30戦争
8:45 とよバンゴ◇55手話	8:55 手話で話そう	8:45 とよバンゴ◇55手話	8:30 戦争◇45アーカイブス	9:25 きらきら☆ふくし	7:45 ビデオクラブ作品集	9:00 Ⅸ◇25ふくし	8:45 とよバンゴ◇55手話
9:00 Ⅸ◇25ふくし	9:00 Ⅸ◇25ふくし	9:00 Ⅸ◇25ふくし	9:00 Ⅸ◇25ふくし	9:30 鬼来迎◇10:10ふるさと便り	8:00 Ⅸダイジェスト	9:30 部活◇45いなねこ	9:00 Ⅸ◇25ふくし
9:30 伊那フィルハーモニー	9:30 部活◇45すまいる	9:30 NAGANO綺麗▽総合	9:30 NAGANO綺麗▽総合	10:30 い～な◇50工房信州の家へ	9:10 伊那市小学生総合的な学習	10:00 無茶さんぽ◇30名湯	9:30 伊那フィルハーモニー
交響楽団定期演奏会	10:15 とよバンゴ◇30無茶さんぽ	10:00 せんりゅう◇30イチゲン	10:00 ビデオクラブ◇45長ぐつ	11:00 Ⅸ◇25マルギン	発表交流会 午前の部	10:40 inaコレ◇45イチゲンさん	交響楽団定期演奏会
11:00 Ⅸ◇25い～な	11:00 Ⅸ◇25イチゲン	11:00 Ⅸ◇25い～な	11:00 Ⅸ◇25マルギン	11:30 素顔がよいぬ南箕輪	0:00 ショップ◇2:00信毎文字Ⅸ	11:00 Ⅸ◇25ガチャさん	11:00 Ⅸ◇25い～な
11:45 MSADocka'de談話	11:40 いなねこ◇55inaコレ	11:45 MSADocka'de談話	11:30 イチゲン◇45いなねこ	11:45 もみじチャンネル	0:00 ショップ◇2:00信毎文字Ⅸ	11:55 inaコレファッション	11:45 MSADocka'de談話
0:00 ショップ◇2:00信毎文字Ⅸ	0:00 ショップ◇2:00MSA	0:00 ショップ◇2:00信毎文字Ⅸ	0:00 ショップ◇2:00MSA	0:00 ショップ◇2:00信毎文字Ⅸ	0:00 ショップ◇2:00信毎文字Ⅸ	0:00 ショップ◇2:00信毎文字Ⅸ	0:00 ショップ◇2:00信毎文字Ⅸ



17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)	21 (日)	22 (月)	23 (火)	24 (水)
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◇10健康	5:00 N◇25マルギン	5:00 N◇25マルギン
5:30 戦争体験をきく	5:30 戦争体験をきく	5:30 戦争体験をきく	5:30 戦争体験をきく	5:30 戦争体験をきく	5:25 マルギン◇30戦争	5:30 戦争体験をきく	5:30 戦争体験をきく
5:45 体操◇55運動	5:45 体操◇55運動	5:45 体操◇55運動	5:45 体操◇55運動	5:45 がんばらない体操	5:45 体操◇55運動	5:45 体操◇55運動	5:45 体操◇55運動
6:00 N◇25教室	6:00 N◇25今週の教室	6:00 N◇25今週の教室	6:00 N◇25教室	5:55 運動あそびGOGO	6:00 N◇10県広報	6:00 N◇25教室	6:00 N◇25教室
6:30 ふくし◇35戦争	6:30 ふくし◇35戦争	6:30 ふくし◇35戦争	6:30 工房信州◇40 JA	6:00 N◇25文化財	6:20 ふくし◇25工房信州	6:30 ふくし◇35戦争	6:30 ふくし◇35戦争
6:50 がんばらない体操	7:00 N◇25県広報	6:50 がんばらない体操	7:00 N◇25ふくし	6:40 JA広報～ちる	6:35 戦争◇50体操	6:50 がんばらない体操	7:00 N◇25県広報
7:00 N◇25県広報	7:35 長ぐつ◇50体操	7:00 N◇25県広報	7:30 ふるさと便り	7:00 いなテレ1 2 N	7:00 N◇10ふくし	7:00 N◇25県広報	7:35 文化財◇50体操
7:35 長ぐつ◇50体操	8:00 いなねこ◇15部活	7:35 長ぐつ◇50体操	7:50 名湯の条件	7:25 ふくし◇30ふるさと	7:15 手話◇20運動あそび	7:35 文化財◇50体操	8:00 ちびっこVはらぺこ
8:00 ちびっこV美鷲保育園①	8:30 健康◇45工房信州	8:00 ちびっこV美鷲保育園②	8:00 トクFine	7:50 工房信州の家へ	7:25 県広報◇35文化財	8:00 ○○対決V冬スポーツ	8:30 上伊那ふるさと便り
8:30 上伊那ふるさと便り	8:55 inaコレ◇9:00戦争	8:30 JA◇50名湯	9:00 まるごと信州情報ネット	8:00 素顔◇15もみじ	7:50 がんばらない体操	9:00 戦争◇15手話	8:50 名湯の条件
8:50 名湯の条件	9:15 手話◇20アーカイブス	9:00 戦争◇15手話	10:00 すまほ◇10教室	8:30 い～な◇50工房信州	8:00 ビデオクラブ◇45部活	9:20 アーカイブス◇30けーふる	9:00 戦争◇15手話
9:00 戦争◇15手話	9:30 工房信州◇40健康	9:30 ちびっこV美鷲保育園②	10:15 ふくし◇20工房信州	9:00 とよバンゴ◇10健康	9:00 戦争◇15手話	10:00 すまほ◇10教室	9:20 アーカイブス
9:20 アーカイブス	10:00 すまほ◇10教室	10:00 すまほ◇10教室	10:30 けーふるのっぽん	9:25 ふくし◇30素でどう	9:20 アーカイブス	10:15 体操◇25ビデオクラブ	9:30 ちびっこVはらぺこ
9:30 ちびっこV美鷲保育園①	10:15 体操◇25部活	10:15 体操◇25いなねこ	11:00 無茶さんぼ	10:00 それいけ部活	9:30 NAGANO綺麗V長野	10:15 名湯◇20とよバンゴ	10:00 すまほのじかん
10:00 すまほ◇10教室	10:40 社会見学◇55inaコレ	10:40 社会見学◇55マルギン	11:30 ちびっこV美鷲保育園①	10:15 ビデオクラブ作品集	10:00 すまほ◇10ふるさと便り	11:30 健康◇45アーカイブス	10:10 今週の教室
10:15 体操◇25ふるさと便り	11:00 JA◇20とよバンゴ	11:00 JA◇20とよバンゴ	11:30 ちびっこV美鷲保育園①	11:00 Nダイジェスト	10:30 すまいるone	11:55 マルギン	10:15 がんばらない体操
10:45 大人の、社会見学	11:30 まるごと信州情報ネット	11:45 アーカイブス◇55マルギン	0:00 まるごと信州情報ネット	11:30 ちびっこV美鷲保育園②	11:00 総合学習発表会 午後の部	0:00 素顔◇15もみじ	10:25 上伊那ふるさと便り
11:00 総合学習発表会 午前の部	0:30 すまいるone	0:00 いなねこ◇15長ぐつ	1:00 ○○対決V冬スポーツ	0:00 ○○対決V冬スポーツ	1:50 工房信州の家へ	0:30 い～な◇50工房信州	10:45 大人の、社会見学
1:50 工房信州の家へ	1:00 みんなのラーメン	0:30 みんなのラーメン	2:00 伊那市小学生総合的な学習発表交流会 午後の部	1:00 素顔◇15もみじ	2:00 すまほ◇10体操	1:00 大人の、社会見学	11:00 総合学習発表会 午後の部
2:00 ちびっこV美鷲保育園①	2:00 すまほ◇10体操	1:00 信毎文字N	4:50 工房信州の家へ	1:30 い～な◇50工房信州	2:20 とよバンゴ◇30戦争	1:15 信毎N◇30インフォ	1:50 工房信州の家へ
2:30 戦争体験をきく	2:20 とよバンゴ◇30戦争	2:00 ちびっこV美鷲保育園②	5:00 いなねこのとおり道	2:00 まるごと信州情報ネット	2:45 手話◇50アーカイブス	2:00 けーふるV吉田の火祭り	2:00 ちびっこVはらぺこ
2:45 手話◇50アーカイブス	2:45 手話◇50アーカイブス	2:30 戦争◇45手話	5:15 いなテレ1 2 N	3:00 トクFine	3:00 ビデオクラブ◇45文化財	2:30 戦争体験をきく	2:30 戦争体験をきく
3:00 JA◇20健康	3:00 ラーメン◇30ふくし	2:50 アーカイブス	5:35 部活◇50教室	4:00 NAGANO綺麗V北信	4:00 信毎文字N	2:45 手話◇50アーカイブス	2:45 手話◇50アーカイブス
3:35 県広報◇45長ぐつ	3:35 県広報◇45健康レポート	3:00 トクFine	5:55 運動あそびGOGO	4:30 イチゲン◇45手話	5:00 とよバンゴ◇10inaコレ	3:00 ○○対決◇4:00信毎N	3:00 JA◇20健康
4:00 信毎文字N	4:00 すまいるone	4:00 信毎文字N	6:00 いなテレ1 2 N	4:50 がんばらない体操	5:15 いなテレ1 2 N	5:00 アーカイブス◇10手話	3:35 県広報◇45文化財
5:00 とよバンゴ◇10inaコレ	5:00 アーカイブス◇10手話	5:00 とよバンゴ◇10inaコレ	6:25 手話で話そう	5:00 いなテレ1 2 N	5:35 すまほ◇45手話	5:15 いなテレ1 2 N	4:00 信毎文字N
5:15 いなテレ1 2 N	5:15 いなテレ1 2 N	5:15 いなテレ1 2 N	6:30 Nダイジェスト	5:10 工房信州の家へ	5:50 教室V西春北小4年	5:35 戦争◇50教室	5:00 とよバンゴ◇10inaコレ
5:35 すまほ◇45手話	5:35 戦争◇50教室	5:35 すまほ◇45手話	7:00 い～なチャンネル	5:20 すまほのじかん	5:55 運動あそびGOGO	5:55 運動あそびGOGO	5:15 いなテレ1 2 N
5:50 教室◇55運動あそび	5:55 運動あそびGOGO	5:50 教室◇55あがりて	7:20 工房信州の家へ	5:30 Nダイジェスト	6:00 いなテレ1 2 N	6:00 いなテレ1 2 N	5:35 すまほ◇45手話
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	7:30 N◇55運動あそび	6:00 N◇10手話	6:25 無茶さんぼ	6:25 ハローちびっこ	5:50 教室◇55運動あそび
6:25 体操◇35県広報	6:25 ちびっこV美鷲保育園②	6:25 NAGANO綺麗V北信	8:00 Nダイジェスト	6:15 戦争体験をきく	6:55 教室◇7:00いなねこ	7:15 文化財◇30N	6:00 いなテレ1 2 N
6:45 体操◇55教室	6:55 今週の教室	6:55 成美のおあがりて	8:30 素顔が美しい南箕輪	6:30 素顔が美しい南箕輪	7:55 い～なチャンネル	7:55 い～なチャンネル	6:25 体操◇35県広報
7:00 イチゲン◇15いなねこ	7:00 JA◇20工房信州	7:00 いなねこ◇15文化財	8:45 もみじチャンネル	6:45 もみじチャンネル	8:15 名湯◇25運動あそび	8:15 名湯◇25運動あそび	6:45 体操◇55教室
7:30 N◇55い～な	7:30 N◇55ちびっこV美鷲②	7:30 N◇55い～な	9:00 いなテレ1 2 N	7:00 い～なチャンネル	8:30 戦争◇45アーカイブス	8:30 戦争◇45アーカイブス	7:00 素でどうでしょう
8:15 名湯◇25運動あそび	8:25 運動◇30戦争	8:15 名湯◇25運動あそび	9:25 きらきら☆ふくし	7:20 工房信州の家へ	9:00 N◇25ふくし	9:00 N◇25ふくし	7:30 N◇55い～な
8:30 戦争◇45アーカイブス	8:45 とよバンゴ◇55手話	8:30 戦争◇45アーカイブス	10:30 ○○対決V冬スポーツ	7:30 N◇40運動あそび	9:30 部活◇45いなねこ	8:45 とよバンゴ◇55手話	8:15 名湯◇25運動あそび
9:00 N◇25ふくし	9:00 N◇25ふくし	9:00 N◇25ふくし	10:30 い～な◇50工房信州	7:45 ビデオクラブ作品集	9:30 無茶さんぼ◇30名湯	9:00 N◇25ふくし	8:30 戦争◇45アーカイブス
9:30 部活◇45すまいる	9:30 NAGANO綺麗V北信	9:30 NAGANO綺麗V北信	11:00 N◇25マルギン	8:30 Nダイジェスト	10:40 inaコレ◇45イチゲンさん	9:30 ○○対決V冬スポーツ	9:00 N◇25ふくし
10:15 とよバンゴ◇30無茶さんぼ	10:00 みんなのラーメン	10:00 ビデオクラブ◇45文化財	11:30 素顔が美しい南箕輪	9:00 いなテレ1 2 N	11:00 N◇25すまいるone	10:30 けーふるV山梨・吉田の火祭り	9:30 部活◇45すまいる
11:00 N◇25イチゲン	11:00 N◇25い～な	11:00 N◇25マルギン	11:30 素顔が美しい南箕輪	9:10 伊那市小学生総合的な学習発表交流会 午後の部	11:55 inaコレファッション	11:00 N◇25い～な	10:15 とよバンゴ◇30無茶さんぼ
11:40 いなねこ◇55inaコレ	11:45 MSAドコかde談話	11:30 素でどうでしょう	11:45 もみじチャンネル	0:00 ショップ◇2:00信毎文字N	0:00 ショップ◇2:00信毎文字N	11:45 MSAドコかde談話	11:00 N◇25素でどうでしょう
0:00 ショップ◇2:00MSA	0:00 ショップ◇2:00信毎文字N	0:00 ショップ◇2:00MSA	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◇1:00信毎文字N	0:00 ショップ◇2:00MSA

25 (木)	26 (金)	27 (土)	28 (日)	29 (月)	30 (火)	31 (水)
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◇10健康	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	5:30 戦争体験をさく	5:30 戦争体験をさく	5:30 戦争体験をさく	5:25 マルギン◇30戦争	5:30 戦争体験をさく	5:30 戦争体験をさく
5:45 体操◇55運動	5:45 体操◇55運動	5:45 体操◇55運動	5:45 がんばらない体操	5:45 体操◇55運動	5:45 体操◇55運動	5:45 体操◇55運動
6:00 N◇25今週の教室	6:00 N◇25今週の教室	6:00 N◇25教室	5:55 運動あそびGOGO	6:00 N◇10県広報	6:00 N◇25教室	6:00 N◇25教室
6:30 ふくし◇35戦争	6:30 ふくし◇35戦争	6:30 工房信州◇40 J A	6:00 N◇25ふくし	6:20 ふくし◇25工房信州	6:30 ふくし◇35戦争	6:30 ふくし◇35戦争
7:00 N◇25県広報	6:50 がんばらない体操	7:00 N◇25ふくし	6:40 J A広報～ちる	6:35 戦争◇50体操	6:50 がんばらない体操	7:00 N◇25県広報
7:35 文化財◇50体操	7:00 N◇25県広報	7:30 ふるさと便り	7:00 いなテレ1 2 N	7:00 N◇10ふくし	7:00 N◇25県広報	7:35 文化財◇50体操
8:00 いなねこ◇15部活	7:35 文化財◇50体操	7:50 名湯の条件	7:25 ふくし◇30ふるさと	7:15 手話◇20運動あそび	7:35 文化財◇50体操	8:00 ちびっこ▽緑ヶ丘幼稚園
8:30 健康◇45工房信州	8:00 ちびっこ▽敬愛幼稚園	8:00 トクFine	7:50 工房信州の家へ	7:25 県広報◇35文化財	8:00 ○○対決▽冬スポーツ	8:30 上伊那ふるさと便り
8:55 inaコシ◇9:00戦争	8:30 J A◇50名湯	9:00 まるごと信州情報ネット	8:00 素颜◇15もみじ	7:50 がんばらない体操	9:00 戦争◇15手話	8:50 名湯の条件
9:15 手話◇20アーカイブス	9:00 戦争◇15手話	10:00 すまほのじかん	8:30 い～な◇50工房信州	8:00 ビデオクラブ◇45部活	9:20 アーカイブス◇30けーぶる	9:00 戦争◇15手話
9:30 工房信州◇40健康	9:30 ちびっこ▽敬愛幼稚園	10:10 今週の教室	9:00 とよバンゴ◇10健康	9:00 戦争◇15手話	10:00 すまほ◇10教室	9:20 アーカイブス
10:00 すまほ◇10教室	10:00 すまほ◇10教室	10:15 ふくし◇20工房信州	9:25 ふくし◇30素でどう	9:20 アーカイブス	10:15 体操◇25ビデオクラブ	9:30 ちびっこ▽緑ヶ丘幼稚園
10:15 体操◇25部活	10:15 体操◇25いなねこ	10:30 けーぶるにっぽん	10:00 それいけ部活	9:30 NAGANO綺麗▽長野	11:10 名湯◇20とよバンゴ	10:00 すまほのじかん
10:40 社会見学◇55inaコシ	10:40 社会見学◇55マルギン	▽高知・大綱引き	10:15 ビデオクラブ作品集	10:00 すまほ◇10ふるさと便り	11:30 健康◇45アーカイブス	10:10 今週の教室
11:00 J A◇20とよバンゴ	11:00 J A◇20とよバンゴ	11:00 無茶さんぽ	11:00 Nダイジェスト	10:30 すまいるone	11:55 マルギン	10:15 がんばらない体操
11:30 まるごと信州情報ネット	11:45 アーカイブス◇55マルギン	11:30 ちびっこ▽はらべこ	11:30 ちびっこ▽敬愛幼稚園	11:00 い～な音楽祭2017①	0:00 素颜◇15もみじ	10:25 上伊那ふるさと便り
0:30 すまいるone	0:00 いなねこ◇15文化財	0:00 まるごと信州情報ネット	0:00 ○○対決▽冬スポーツ	1:50 工房信州の家へ	0:30 い～な◇50工房信州	10:45 大人の、社会見学
1:00 それいけ爆約中	0:30 それいけ爆約中	1:00 ○○対決▽冬スポーツ	1:00 素颜◇15もみじ	2:00 すまほ◇10体操	1:00 大人の、社会見学	11:00 い～な音楽祭2017①
2:00 すまほ◇10体操	1:00 信每文字N	2:00 い～な音楽祭2017①	1:30 い～な◇50工房信州	2:20 とよバンゴ◇30戦争	1:15 信每N◇30インフォ	1:50 工房信州の家へ
2:20 とよバンゴ◇30戦争	2:00 ちびっこ▽敬愛幼稚園	4:50 工房信州の家へ	2:00 まるごと信州情報ネット	2:45 手話◇50アーカイブス	2:00 けーぶる▽大綱引き	2:00 ちびっこ▽緑ヶ丘幼稚園
2:45 手話◇50アーカイブス	2:30 戦争◇45手話	5:00 いなねこのとおり道	3:00 トクFine	3:00 ビデオクラブ◇45文化財	2:30 戦争体験をさく	2:30 戦争体験をさく
3:00 爆約中◇30ふくし	2:50 アーカイブス	5:15 いなテレ1 2 N	4:00 NAGANO綺麗▽長野	4:00 信每文字N	2:45 手話◇50アーカイブス	2:45 手話◇50アーカイブス
3:35 県広報◇45健康レポート	3:00 トクFine	5:35 部活◇50教室	4:30 イチゲン◇45手話	5:00 とよバンゴ◇10inaコシ	3:00 ○○対決◇4:00信每N	3:00 J A◇20健康
4:00 すまいるone	4:00 信每文字N	5:55 運動あそびGOGO	4:50 がんばらない体操	5:15 いなテレ1 2 N	5:00 アーカイブス◇10手話	3:35 県広報◇45文化財
5:00 アーカイブス◇10手話	5:00 とよバンゴ◇10inaコシ	6:00 いなテレ1 2 N	5:00 いなテレ1 2 N	5:35 すまほ◇45手話	5:15 いなテレ1 2 N	4:00 信每文字N
5:15 いなテレ1 2 N	5:15 いなテレ1 2 N	6:25 手話で話そう	5:10 工房信州の家へ	5:50 教室▽伊那西小5年	5:35 戦争◇50教室	5:00 とよバンゴ◇10inaコシ
5:35 戦争◇50教室	5:35 すまほ◇45手話	6:30 Nダイジェスト	5:20 すまほのじかん	5:55 運動あそびGOGO	5:55 運動あそびGOGO	5:15 いなテレ1 2 N
5:55 運動あそびGOGO	5:50 教室◇55あがりて	7:00 い～なチャンネル	5:30 Nダイジェスト	6:00 いなテレ1 2 N	6:00 いなテレ1 2 N	5:35 すまほ◇45手話
6:00 いなテレ1 2 N	6:00 いなテレ1 2 N	7:20 工房信州の家へ	6:00 いなテレ1 2 N	6:25 無茶さんぽ	6:25 ハローちびっこ	5:50 教室◇55運動あそび
6:25 ちびっこ▽敬愛幼稚園	6:25 NAGANO綺麗▽長野	7:30 N◇55運動あそび	6:10 手話で話そう	6:55 教室▽7:00いなねこ	▽伊那緑ヶ丘幼稚園	6:00 いなテレ1 2 N
6:55 今週の教室	6:55 成美のおおがりて	8:00 Nダイジェスト	6:15 戦争体験をさく	7:15 文化財◇30N	6:55 教室▽伊那西小5年	6:25 体操◇35県広報
7:00 J A◇20工房信州	7:00 いなねこ◇15文化財	8:30 素颜が美しい南箕輪	6:30 素颜が美しい南箕輪	7:55 い～なチャンネル	7:00 すまほ◇10ふるさと便り	6:45 体操◇55教室
7:30 N◇55ちびっこ▽敬愛	7:30 N◇55い～な	8:45 もみじチャンネル	6:45 もみじチャンネル	8:15 名湯◇25運動あそび	7:30 N◇55ちびっこ▽緑ヶ丘幼稚園	7:00 素でどうでしょう
8:25 運動◇30戦争	8:15 名湯◇25運動あそび	9:00 いなテレ1 2 N	7:00 い～なチャンネル	8:30 戦争◇45アーカイブス	8:25 運動◇30戦争	7:30 N◇55い～な
8:45 とよバンゴ◇55手話	8:30 戦争◇45アーカイブス	9:25 きらきら☆ふくし	7:20 工房信州の家へ	9:00 N◇25ふくし	8:45 とよバンゴ◇55手話	8:15 名湯◇25運動あそび
9:00 N◇25ふくし	9:00 N◇25ふくし	9:30 ○○対決▽冬スポーツ	7:30 N◇40運動あそび	9:30 部活◇45いなねこ	9:00 N◇25ふくし	8:30 戦争◇45アーカイブス
9:30 NAGANO綺麗▽長野	9:30 NAGANO綺麗▽長野	10:30 い～な◇50工房信州	7:45 ビデオクラブ作品集	10:00 無茶さんぽ◇30名湯	9:30 ○○対決▽冬スポーツ	9:00 N◇25ふくし
10:00 爆約中◇30素でどう	10:00 ビデオクラブ◇45文化財	11:00 N◇25マルギン	8:30 Nダイジェスト	10:40 inaコシ◇45イチゲンさん	9:30 けーぶる▽大綱引き	9:30 部活◇45すまいる
11:00 N◇25い～な	11:00 N◇25マルギン	11:30 素颜が美しい南箕輪	9:00 いなテレ1 2 N	11:00 N◇25すまいる	11:00 N◇25い～な	10:15 とよバンゴ◇30無茶さんぽ
11:45 MS Aドコかde談話	11:30 素でどうでしょう	11:45 もみじチャンネル	9:10 い～な音楽祭2017①	11:55 inaコシファッション	11:45 MS Aドコかde談話	11:00 N◇25素でどうでしょう
0:00 ショップ◇2:00信每文字N	0:00 ショップ◇2:00MS A	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	0:00 ショップ◇2:00信每文字N	0:00 ショップ◇2:00MS A