

1 (日)	2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)	7 (土)	8 (日)
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	5:00 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	5:25 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	5:30 戦争体験をさく	5:45 体操◇55運動	5:30 戦争体験をさく	5:30 戦争◇45体操
5:55 運動あそびGOGO	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	6:00 N◇25今週の教室	5:45 体操◇55運動	5:55 運動あそびGOGO
6:00 N◇25長ぐつ	6:00 N◇10県広報	6:00 N◇25教室	6:00 N◇25教室	6:00 N◇25今週の教室	6:30 ふくし◇35戦争	6:00 N◇25教室	6:00 N◇25長ぐつ
6:40 JA広報～らる	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	6:30 ふくし◇35戦争	6:50 がんばらない体操	6:30 工房信州◇40JA	6:40 JA広報～らる
7:00 いなテレ1 2N	6:35 戦争◇50体操	6:50 がんばらない体操	6:50 がんばらない体操	7:00 N◇25県広報	7:00 N◇25県広報	7:00 N◇25ふくし	7:00 いなテレ1 2N
7:25 ふくし◇30ふるさと	7:00 N◇10ふくし	7:00 N◇25県広報	7:00 N◇25県広報	7:35 長ぐつ◇50体操	7:35 長ぐつ◇50体操	7:30 ふるさと◇50名湯	7:25 ふくし◇30ふるさと
7:50 工房信州の家へ	7:15 手話◇20運動あそび	7:35 長ぐつ先生◇50体操	7:35 長ぐつ先生◇50体操	8:00 戦争◇15部活	8:00 フェンシングの町みのわ	8:00 まるごと信州情報ネット	7:50 工房信州の家へ
8:00 素顔◇15もみじ	7:25 県広報◇35長ぐつ	8:00 月刊ワイドNゲツ生	8:00 フェンシングの町みのわ	8:30 健康◇45工房信州	8:30 JA◇50名湯	8:30 トクFine	8:00 素顔◇15もみじ
8:30 い～な◇50工房信州	7:50 がんばらない体操	9:00 戦争◇15手話	8:30 ふるさと便り◇50名湯	8:55 inaコレ◇9:00戦争	9:00 手良小◇15東春近小	9:00 南箕輪小◇15南部小	8:30 い～な◇50工房信州
9:00 とよパング◇10健康	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	9:15 手話◇20アーカイブス	9:30 西箕輪小◇45西春近小	9:30 高遠小◇45高遠北小	9:00 伊那小◇15伊那東小
9:25 きらきら☆ふくし	9:00 戦争◇15手話	10:00 すまほ◇10教室	9:20 アーカイブス◇30すまいる	9:30 インフォ◇10:00すまほ	10:00 西春近南小◇15長谷小	10:00 箕輪中部小◇15箕輪北小	9:30 伊那北小◇45伊那西小
9:30 イチゲン◇45いなねこ	9:20 アーカイブス	10:15 体操◇25ビデオクラブ	10:00 すまほ◇10教室	10:10 教室◇15体操	10:30 箕輪南小学校入学式	10:30 箕輪東小◇45箕輪南小	10:00 富県小◇15新山小
10:00 部活◇15ビデオクラブ	9:30 インフォメーション	11:10 名湯◇20とよパング	10:15 体操◇25ふるさと便り	10:25 部活◇40社会見学	10:45 アーカイブス◇55マルギン	11:00 箕輪西小◇15南箕輪小	10:30 美篤小◇45手良小
11:00 Nダイジェスト	10:00 すまほ◇10ふるさと便り	11:30 健康◇45アーカイブス	10:45 大人の、社会見学	10:55 inaコレ◇11:00JA	11:00 JA◇20とよパング	11:30 南部小◇45長谷小	11:00 Nダイジェスト
11:30 NAGANO綺麗▽春	10:30 教えてガチャさん	11:55 マルギン	11:00 2018信州総文祭 弁論部門プレ大会	11:20 とよパング◇30まるごと信州	11:45 アーカイブス◇55マルギン	0:00 まるごと信州◇30トクFine	11:30 東春近小◇45西箕輪小
0:00 ○○対決	11:00 2018信州総文祭 弁論部門プレ大会	0:00 素顔◇15もみじ	1:50 工房信州の家へ	0:00 NAGANO◇30すまいる	0:00 箕輪西小◇15伊那小	1:00 月刊ワイドNゲツ生	0:00 月刊ワイドNゲツ生
1:00 素顔◇15もみじ	1:50 工房信州の家へ	0:30 い～な◇50工房信州	2:00 インフォメーション	1:00 インフォ◇30あいらびせんりゅう	0:30 伊那東小◇45伊那北小	2:00 伊那小◇15伊那東小	1:00 素顔◇15もみじ
1:30 い～なチャンネル	2:00 すまほ◇10体操	1:00 大人の、社会見学	2:30 戦争体験をさく	2:00 すまほ◇10体操	1:00 インフォメーション	2:30 伊那北小◇45伊那西小	1:30 い～な◇50工房信州
1:50 工房信州の家へ	2:20 とよパング◇30戦争	1:15 信毎N	2:45 手話◇50アーカイブス	2:20 とよパング◇30戦争	2:00 伊那西小◇15富県小	3:00 富県小◇15新山小	2:00 西春近北小◇15西春近南小
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 インフォメーション	2:30 戦争体験をさく	2:45 手話◇50アーカイブス	2:30 新山小◇45美篤小	3:30 美篤小◇45手良小	2:30 高遠小◇45高遠北小
3:00 トクFine	3:00 ビデオクラブ◇45長ぐつ	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	3:00 東春近小◇15西箕輪小	4:00 東春近小◇15西箕輪小	2:30 長谷小◇15箕輪中部小
4:00 NAGANO綺麗▽春	4:00 インフォ◇30信毎N	3:00 月刊ワイドNゲツ生	3:00 県広報◇45長ぐつ先生	3:35 県広報◇45健康リポート	4:00 インフォ◇30箕輪中部小	4:30 西春近北小◇45西春近南小	3:00 箕輪北小◇45箕輪東小
4:30 イチゲン◇45手話	4:45 inaコレ◇55い～な	5:00 アーカイブス◇10手話	4:00 インフォ◇30信毎N	4:00 インフォ◇30信毎N	4:45 箕輪北小◇5:00箕輪東小	5:00 とよパング◇10inaコレ	4:00 箕輪南小◇15箕輪西小
4:50 がんばらない体操	5:15 いなテレ1 2N	5:15 いなテレ1 2N	5:00 とよパング◇10inaコレ	5:00 アーカイブス◇10手話	5:15 いなテレ1 2N	5:15 いなテレ1 2N	4:30 南箕輪小◇45南部小
5:00 いなテレ1 2N	5:35 すまほ◇45手話	5:35 戦争◇50教室	5:15 いなテレ1 2N	5:35 すまほ◇45手話	5:35 すまほ◇45手話	5:35 部活◇50教室	5:00 いなテレ1 2N
5:10 工房信州の家へ	5:50 教室▽入学式準備	5:55 運動あそびGOGO	5:35 すまほ◇45手話	5:50 教室◇55運動あそび	5:50 教室◇55おあがりて	5:55 運動あそびGOGO	5:10 工房信州の家へ
5:20 すまほのじかん	5:55 運動あそびGOGO	6:00 いなテレ1 2N	5:50 教室◇55運動あそび	5:55 運動あそびGOGO	6:00 いなテレ1 2N	6:00 いなテレ1 2N	5:20 すまほのじかん
5:30 Nダイジェスト	6:00 N◇10手話	6:00 いなテレ1 2N	6:00 いなテレ1 2N	6:00 いなテレ1 2N	6:25 エリアマ三峰川総合開発	6:25 エリアマ三峰川総合開発	5:30 Nダイジェスト
6:00 N◇10手話	6:00 N◇25無茶さんぽ	6:25 フェンシングの町みのわ	6:25 高遠小学校入学式	6:25 伊那小◇40伊那東小	6:55 成美のおあがりて	6:25 手話で話そう	6:00 N◇10手話
6:15 戦争体験をさく	6:55 教室▽入学式準備	6:55 教室▽入学式準備	6:40 高遠北小学校入学式	6:55 伊那北小◇7:10伊那西小	7:00 手良小◇15東春近小	6:30 Nダイジェスト	6:15 戦争体験をさく
6:30 素顔がいの南箕輪	7:00 戦争◇15長ぐつ	7:00 すまほ◇10ふるさと便り	6:55 教室◇7:00イチゲン	7:25 運動あそびGOGO	7:30 N◇55西箕輪小	7:00 い～なチャンネル	6:30 素顔◇45もみじ
6:45 もみじチャンネル	7:30 いなテレ1 2N	7:30 いなテレ1 2N	7:30 N◇55い～な	7:30 N◇55富県小	8:10 西春近北小◇25西春近南小	7:20 工房信州の家へ	7:00 い～なチャンネル
7:00 い～なチャンネル	7:55 月刊ワイドNゲツ生	7:55 フェンシングの町みのわ	8:15 名湯◇25運動あそび	8:10 新山小◇25美篤小	8:40 長谷小◇55おあがりて	7:30 N◇55運動あそび	7:20 工房信州の家へ
7:20 工房信州の家へ	8:55 手話で話そう	8:25 運動あそびGOGO	8:30 戦争◇45アーカイブス	8:40 箕輪中部小◇55手話	9:00 N◇25ふくし	8:00 Nダイジェスト	7:30 いなテレ1 2N
7:30 N◇40運動あそび	9:00 N◇25ふくし	8:30 インフォメーション	8:55 手話で話そう	9:00 N◇25ふくし	9:30 エリアマ三峰川総合開発	8:30 素顔がいの南箕輪	7:40 運動あそびGOGO
7:45 ビデオクラブ作品集	9:30 イチゲン◇45いなねこ	9:00 N◇25ふくし	9:00 N◇25ふくし	9:30 箕輪北小◇45箕輪東小	10:00 箕輪南小◇15箕輪西小	8:45 もみじチャンネル	7:45 ビデオクラブ作品集
8:30 Nダイジェスト	10:00 無茶さんぽ◇30名湯	9:30 月刊ワイドNゲツ生	9:30 部活◇45すまいるone	10:00 南箕輪小◇15南部小	10:30 高遠小◇45高遠北小	9:00 N◇25ふくし	8:30 Nダイジェスト
9:00 いなテレ1 2N	10:40 inaコレ◇45イチゲン	10:30 フェンシングの町みのわ	10:15 とよパング◇30無茶さんぽ	10:30 イチゲン◇45いなねこ	11:00 N◇25マルギン	9:30 月刊ワイドNゲツ生	9:00 い～な◇50工房信州の家へ
9:10 春の高校伊那駅伝 2018	11:00 N◇25ガチャさん	11:00 N◇25い～な	11:00 N◇25イチゲン	11:00 N◇25い～な	11:30 イチゲンさんどうでしょう	11:00 N◇25マルギン	9:10 2018信州総文祭 弁論部門プレ大会
0:00 ショップ◇2:00信毎文字N	11:55 inaコレ	11:45 MSAドコかde談話	11:55 inaコレファッション	11:45 MSAドコかde談話	11:45 いなねこのとおり道	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◇2:00MSA	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

9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (金)	14 (土)	15 (日)	16 (月)
5:00 N ◇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	5:00 N ◇20ふくし
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	5:30 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
5:45 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	5:45 体操◇55運動	5:45 体操◇55運動	5:45 体操◇55運動
6:00 N ◇10県広報	6:00 N ◇25教室	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 いなテレ12 N
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	6:30 ふくし◇35戦争	6:30 ふくし◇35戦争	6:30 工房信州◇40JA	6:30 工房信州◇40JA	6:20 ふくし◇25工房信州
6:35 戦争◇50体操	6:50 がんばらない体操	6:50 がんばらない体操	6:50 がんばらない体操	6:50 がんばらない体操	7:00 N ◇25ふくし	6:40 JA広報報～らる	6:35 戦争◇50体操
7:00 N ◇10ふくし	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12 N	7:00 いなテレ12 N
7:15 手話◇20運動あそび	7:35 長ぐつ◇50体操	7:35 長ぐつ◇50体操	8:00 戦争◇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	7:20 運動あそびGOGO
7:25 県広報◇35長ぐつ	8:00 月刊ワイド N ゲツ生	8:00 すまいるone	8:30 健康◇45工房信州	8:00 みんなのラーメン	8:00 まるごと信州情報ネット	7:50 工房信州の家へ	7:25 県広報◇35長ぐつ
7:50 がんばらない体操	9:00 伊那小◇15伊那東小	8:30 上伊那ふるさと便り	8:55 inaコレ	8:30 JA◇50名湯	8:30 トクFine	8:00 素颜◇15もみじ	7:50 がんばらない体操
8:00 ビデオクラブ◇45部活	9:30 伊那北小◇45伊那西小	8:50 名湯の条件	9:00 南箕輪小◇15南部小	9:00 伊那小◇15伊那東小	9:00 エリア◇30インフォ	8:30 い～な◇50工房信州	8:00 ビデオクラブ◇45部活
9:00 東春近小◇15西箕輪小	10:00 富県小◇15新山小	9:00 東春近小◇15西箕輪小	9:30 箕輪中部小◇45箕輪北小	9:30 伊那北小◇45伊那西小	10:00 すまほ◇10教室	9:00 とよバング◇10健康	9:00 戦争◇15手話
9:30 西春近北小◇45西春近南小	10:30 美郷小◇45手良小	9:30 西春近北小◇45西春近南小	10:00 箕輪東小◇15健康	10:00 富県小◇15新山小	10:15 ふくし◇20工房信州	9:25 ふくし◇30インフォ	9:20 アーカイブ◇30インフォ
10:00 高遠小◇15高遠北小	11:00 アーカイブ◇10名湯	10:00 高遠小◇15高遠北小	10:30 県広報 信州のチカラ	10:30 すまほ◇40社会見学	10:30 けーぶるマ取り追う祭り	10:00 それいけ部活	10:00 すまほ◇10ふるさと便り
10:30 長谷小◇45箕輪中部小	11:20 とよバング◇30健康	10:30 長谷小◇45社会見学	10:40 社会見学◇55inaコレ	10:55 マルギン	11:00 無茶さんぼ	10:15 ビデオクラブ作品集	10:30 教えてガチャさん
11:00 箕輪北小◇15箕輪東小	11:45 アーカイブ◇55マルギン	11:00 2018信州総文祭 弁論部門プレ大会	11:00 JA◇20とよバング	11:00 JA◇20とよバング	11:30 教えてガチャさん	11:00 N ダイジェスト	11:00 伊那の近現代史を学ぶ ⑤伊那の金融業の歩み
11:30 箕輪南小◇45箕輪西小	0:00 素颜◇15もみじ		11:30 まるごと信州情報ネット	11:45 アーカイブ◇55マルギン	0:00 まるごと信州情報ネット	11:30 みんなのラーメン	11:45 ⑥二四事件と関係者
0:00 南箕輪小◇15南部小	0:30 い～な◇50工房信州	1:50 工房信州の家へ	0:00 箕輪南小◇15箕輪西小	0:00 戦争◇15長ぐつ	0:30 トクFine	0:00 月刊ワイド N ゲツ生	1:30 インフォメーション
0:30 伊那小◇45伊那東小	1:00 社会見学◇15信毎 N	2:00 箕輪中部小◇15箕輪北小	0:30 すまいるone	0:30 美郷小◇45手良小	1:00 月刊ワイド N ゲツ生	1:00 素颜◇15もみじ	2:00 すまほのじかん
1:00 伊那北小◇15伊那西小	2:00 東春近小◇15西箕輪小	2:30 箕輪東小◇45箕輪南小	1:00 インフォ◇30ラーメン	1:00 インフォメーション	2:00 伊那の近現代史を学ぶ ⑤伊那の金融業の歩み	1:30 い～な◇50工房信州	2:10 がんばらない体操
1:30 富県小◇45新山小	2:30 西春近北小◇45西春近南小	3:00 JA◇20健康	2:00 伊那小◇15伊那東小	2:00 東春近小◇15西箕輪小	2:45 ⑥二四事件と関係者	2:00 まるごと信州◇30トクFine	2:10 20とよバング◇30戦争
2:00 美郷小◇15手良小	3:00 高遠小◇15高遠北小	3:35 県広報◇45長ぐつ	2:30 伊那北小◇45伊那西小	2:30 西春近北小◇45西春近南小	4:30 信毎 N ◇50工房信州	3:00 みんなのラーメン	2:45 手話◇50アーカイブ
2:30 インフォメーション	3:30 長谷小◇45手話	4:00 箕輪西小◇15南箕輪小	3:00 富県小◇15新山小	3:00 トクFine◇30い～な	5:00 とよバング◇10inaコレ	3:30 すまいるone	3:00 ビデオクラブ◇45長ぐつ
3:00 ビデオクラブ◇45長ぐつ	3:50 アーカイブ	4:30 南部小学校入学式	3:30 美郷小◇45手良小	4:00 インフォメーション	5:15 いなテレ12 N	4:00 エリアマ三峰川総合開発	4:00 インフォ◇30信毎 N
4:00 インフォ◇30信毎 N	4:00 インフォ◇30信毎 N	5:00 とよバング◇10inaコレ	4:00 インフォ◇30すまいるone	4:30 高遠小◇45高遠北小	5:35 部活◇50教室	4:30 イチゲン◇45手話	4:45 inaコレ
4:45 inaコレ◇55い～な	5:00 アーカイブ◇10手話	5:15 いなテレ12 N	5:00 アーカイブ◇10手話	5:00 長谷小学校入学式	5:55 運動あそびGOGO	4:50 がんばらない体操	4:55 い～なチャンネル
5:15 いなテレ12 N	5:15 いなテレ12 N	5:35 伊那小学校入学式	5:15 いなテレ12 N	5:15 いなテレ12 N		5:10 工房信州の家へ	5:15 いなテレ12 N
5:35 すまほ◇45手話	5:35 箕輪中部小学校入学式	5:50 教室◇55運動あそび	5:35 東春近小◇50教室	5:35 箕輪中部小学校入学式	6:00 N ◇25手話	5:20 すまほのじかん	5:15 いなテレ12 N
5:50 教室マ新山小1年生	5:50 教室◇55運動	6:00 いなテレ12 N	5:55 運動あそびGOGO	5:50 教室◇55おあがりて	6:30 N ダイジェスト	5:30 N ダイジェスト	5:35 すまほ◇45手話
5:55 運動あそびGOGO	6:00 N ◇25箕輪北小	6:25 伊那東小◇40伊那北小	6:00 いなテレ12 N	6:00 いなテレ12 N	7:00 い～なチャンネル	6:00 いなテレ12 N	5:50 教室◇55運動
6:00 N ◇25無茶さんぼ	6:40 箕輪東小◇55箕輪南小	6:55 伊那西小学校入学式	6:25 西箕輪小◇40西春近北小	6:25 箕輪北小◇40箕輪東小	7:20 工房信州の家へ	6:20 手話で話そう	6:00 N ◇25無茶
6:55 教室◇7:00戦争	7:10 箕輪西小学校入学式	7:10 富県小◇25運動あそび	6:55 今週の教室	6:55 成美のおあがりて	7:30 N ◇55運動あそび	6:30 素颜◇45もみじ	6:55 教室◇7:00戦争
7:15 長ぐつ◇30 N	7:25 運動あそびGOGO	7:30 N ◇55い～な	7:00 JA◇20工房信州	7:00 箕輪南小◇15箕輪西小	8:00 N ダイジェスト	7:00 い～な◇20工房信州	7:15 長ぐつ◇30 N
7:55 月刊ワイド N ゲツ生	7:30 いなテレ12 N	8:15 新山小◇30美郷小	7:30 N ◇55西春近南小	7:30 N ◇55南箕輪小	8:30 素颜がよい南箕輪	7:30 N ◇50戦争	7:55 OO対決マインスタ映え
8:55 手話で話そう	7:55 南箕輪小◇8:10南部小	8:45 手良小学校入学式	8:10 高遠小◇25高遠北小	8:10 南部小◇25運動あそび	8:45 もみじチャンネル	8:05 アーカイブ◇15とよバング	8:55 手話で話そう
9:00 N ◇25ふくし	8:25 運動◇30インフォ	9:00 N ◇25ふくし	8:40 長谷小◇55手話	8:30 戦争◇45とよバング	9:00 N ◇25ふくし	8:30 N ダイジェスト	9:00 N ◇25ふくし
9:30 イチゲン◇45部活	9:00 N ◇25ふくし	9:30 部活◇45すまいる	9:00 N ◇25ふくし	9:00 N ◇25ふくし	9:30 月刊ワイド N ゲツ生	9:00 いなテレ12 N	9:30 イチゲン◇45部活
10:00 無茶さんぼ◇30名湯	9:30 月刊ワイド N ゲツ生	10:15 とよバング◇25手話	9:30 エリアマ三峰川総合開発	9:30 エリアマ三峰川総合開発	10:30 い～な◇50工房信州	9:20 伊那の近現代史を学ぶ ⑥伊那の金融業の歩み	10:00 無茶さんぼ◇30名湯
10:40 inaコレ◇45イチゲンさん	10:30 けーぶるマ取り追う祭り	11:00 無茶さんぼ	10:00 ラーメン◇30イチゲン	10:00 ビデオクラブ◇45長ぐつ	11:00 N ◇25マルギン	11:00 ⑥二四事件と関係者	10:40 inaコレ◇45イチゲンさん
11:00 N ◇25ガチャさん	11:00 N ◇25い～な	11:00 N ◇25イチゲン	11:00 N ◇25い～な	11:00 N ◇25マルギン	11:30 素颜がよい南箕輪	11:05 ⑥二四事件と関係者	11:00 N ◇25ガチャさん
11:55 inaコレファッション	11:45 MSAドコかde談話	11:55 inaコレファッション	11:45 MSAドコかde談話	11:30 イチゲン◇45部活	11:45 もみじチャンネル	11:50 信毎文字 N	11:55 inaコレファッション
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◇2:00MSA	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

17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)	21 (土)	22 (日)	23 (月)	24 (火)
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	5:00 アーカイブス◇10健康	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	5:30 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
5:45 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	5:45 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 アーカイブス◇10県広報	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 ふくし◇35戦争	6:30 ふくし◇35戦争	6:00 N◇25長ぐつ	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	7:00 N◇25県広報	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広報る〜らる	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 長ぐつ◇50体操	7:35 長ぐつ◇50体操	7:00 N◇25県広報	7:30 ふるさと◇50名湯	7:00 いなテレ12N	7:00 アーカイブス◇10ふくし	7:00 N◇25県広報
7:35 長ぐつ◇50体操	8:00 すまいるone◇30ふるさと	8:00 戦争◇15部活	7:35 長ぐつ◇50体操	8:00 まるごと信州情報ネット	7:25 ふくし◇30ふるさと	7:15 手話◇20運動あそび	7:35 長ぐつ◇50体操
8:00 OO対決マインスタ映え	8:50 名湯の条件	8:30 健康◇45工房信州	8:00 みんなのラーメン	8:30 トクFine	7:50 工房信州の家へ	7:25 県広報◇35長ぐつ	8:00 OO対決マインスタ映え
9:00 戦争◇15手話	9:00 戦争◇15手話	8:55 inaコレ◇9:00戦争	8:30 JA◇50名湯	9:00 エリア◇30インフォ	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
9:20 アーカイブス◇30インフォ	9:20 アーカイブス◇30インフォ	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インフォ
10:00 すまほ◇10教室	10:00 すまほ◇10教室	9:30 インフォメーション	9:30 戦争◇15手話	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
10:15 体操◇25ビデオクラブ	10:15 体操◇25ふるさと便り	10:00 すまほ◇10教室	9:30 インフォメーション	10:30 けーぶるにっぽん	9:25 ふくし◇30インフォ	9:20 アーカイブス◇30インフォ	10:15 体操◇25ビデオクラブ
11:10 名湯◇20とよバンゴ	10:45 大人の、社会見学	10:15 体操◇25部活	10:00 すまほ◇10教室	10:15 体操◇25部活	10:00 それいけ部活	10:00 すまほ◇10ふるさと便り	11:10 名湯◇20とよバンゴ
11:30 健康◇45アーカイブス	11:00 伊那の近現代史を学ぶ	10:40 社会見学◇55inaコレ	10:40 社会見学◇55マルギン	11:00 無茶さんぽ	10:15 ビデオクラブ作品集	10:30 教えてガチャさん	11:30 健康◇45アーカイブス
11:55 マルギン	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 教えてガチャさん	11:00 Nダイジェスト	11:00 伊那の近現代史を学ぶ	11:55 マルギン
0:00 素顔◇15もみじ	11:45 ⑥二四事件と関係者	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◇30TokFine	11:30 みんなのラーメン	⑤伊那の金融業の歩み	0:00 素顔◇15もみじ
0:30 い〜な◇50工房信州	1:30 インフォメーション	0:00 エリア◇30すまいる	0:00 戦争◇15長ぐつ	1:00 OO対決マインスタ映え	0:00 OO対決マインスタ映え	11:45 ⑥二四事件と関係者	0:30 い〜な◇50工房信州
1:00 大人の、社会見学	2:00 すまいるone	1:00 インフォ◇30ラーメン	0:30 みんなのラーメン	2:00 伊那の近現代史を学ぶ	1:00 素顔◇15もみじ	1:30 インフォメーション	1:00 大人の、社会見学
1:15 信毎N◇30インフォ	2:30 戦争体験をさく	2:00 すまほ◇10体操	1:00 インフォメーション	⑤伊那の金融業の歩み	1:30 い〜な◇50工房信州	2:00 すまほ◇10体操	1:15 信毎N◇30インフォ
2:00 けーぶる▽取り追う祭り	2:45 手話◇50アーカイブス	2:20 とよバンゴ◇30戦争	2:00 みんなのラーメン	⑥二四事件と関係者	2:00 まるごと◇30TokFine	2:20 とよバンゴ◇30戦争	2:00 けーぶる▽取り追う祭り
2:30 戦争体験をさく	3:00 JA◇20健康	2:45 手話◇50アーカイブス	2:30 戦争◇45手話	4:30 信每文字N	3:00 みんなのラーメン	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	3:35 県広報◇45長ぐつ	3:00 みんなのラーメン	2:50 アーカイブス	5:00 とよバンゴ◇10inaコレ	3:35 県広報◇45健康レポート	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 OO対決◇4:00インフォ	4:00 インフォ◇30信毎N	3:35 県広報◇45健康レポート	3:00 トクFine◇30い〜な	5:15 いなテレ12N	4:00 インフォ◇30信毎N	4:00 インフォメーション	3:00 OO対決◇4:00インフォ
5:00 アーカイブス◇10手話	5:00 とよバンゴ◇10inaコレ	4:00 インフォ◇30信毎N	4:00 インフォ◇30信毎N	5:35 部活◇50教室	5:00 とよバンゴ◇10inaコレ	4:45 inaコレ◇55い〜な	5:00 アーカイブス◇10手話
5:15 いなテレ12N	5:15 いなテレ12N	5:00 アーカイブス◇10手話	5:00 とよバンゴ◇10inaコレ	5:55 運動あそびGOGO	5:15 いなテレ12N	5:15 いなテレ12N	5:15 いなテレ12N
5:35 戦争◇50教室	5:35 すまほ◇45手話	5:15 いなテレ12N	5:15 いなテレ12N	6:00 いなテレ12N	5:35 戦争◇50教室	5:35 すまほ◇45手話	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	5:55 戦争◇50教室	5:55 すまほ◇45手話	6:25 手話で話そう	5:55 運動あそびGOGO	5:50 教室◇55運動あそび	5:55 運動あそびGOGO
6:00 いなテレ12N	6:00 いなテレ12N	5:55 運動あそびGOGO	5:50 教室◇55おかりて	6:30 Nダイジェスト	5:00 いなテレアーカイブス	5:55 運動あそびGOGO	6:00 いなテレ12N
6:25 すまいるone	6:25 インフォメーション	6:00 いなテレ12N	6:00 いなテレ12N	7:00 い〜なチャンネル	5:10 工房信州の家へ	6:00 N◇25無茶	6:25 すまいるone
6:55 教室▽新山小1年生	6:55 今週の教室	6:25 みんなのラーメン	6:25 エリアマ三峰川総合開発	7:20 工房信州の家へ	5:20 すまほのじかん	6:55 教室◇7:00戦争	6:55 教室▽箕輪東小①
7:00 すまほ◇10ふるさと便り	7:00 イチゲン◇15部活	6:55 今週の教室	6:55 成美のおおがりて	7:30 N◇55運動あそび	5:30 Nダイジェスト	7:15 長ぐつ◇30N	7:00 すまほ◇10ふるさと便り
7:30 いなテレ12N	7:30 N◇55い〜な	7:00 JA◇20工房信州	7:00 部活◇15長ぐつ	8:00 Nダイジェスト	6:00 アーカイブス	7:55 OO対決マインスタ映え	7:30 いなテレ12N
7:55 インフォメーション	8:15 名湯◇25運動あそび	7:30 N◇55インフォメーション	7:30 N◇55ふるさと	8:30 素顔がよい南箕輪	6:10 手話で話そう	8:55 手話で話そう	7:55 インフォメーション
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	8:45 もみじチャンネル	6:15 戦争体験をさく	9:00 いなテレ12N	8:25 運動◇30戦争
8:45 とよバンゴ◇55手話	9:00 N◇25ふくし	8:45 とよバンゴ◇55手話	8:30 戦争◇45アーカイブス	9:00 N◇25ふくし	6:30 素顔◇45もみじ	9:25 きらきら☆ふくし	8:45 とよバンゴ◇55手話
9:00 N◇25ふくし	9:30 部活◇45すまいる	9:00 N◇25ふくし	9:00 N◇25ふくし	9:30 OO対決マインスタ映え	7:00 い〜なチャンネル	9:30 素でどうでしょう	9:00 N◇25ふくし
9:30 OO対決マインスタ映え	10:15 とよバンゴ◇25手話	9:30 エリアマ三峰川総合開発	9:30 エリアマ三峰川総合開発	10:30 い〜な◇50工房信州	7:20 工房信州の家へ	10:00 無茶さんぽ◇30名湯	9:30 OO対決マインスタ映え
10:30 けーぶる▽取り追う祭り	10:30 無茶さんぽ	10:00 ラーメン◇30イチゲン	10:00 ビデオクラブ◇45長ぐつ	11:00 N◇25マルギン	7:30 ビデオクラブ作品集	10:40 inaコレ◇45イチゲンさん	10:30 けーぶる▽取り追う祭り
11:00 N◇25い〜な	11:00 N◇25イチゲンさん	11:00 N◇25い〜な	11:00 N◇25マルギン	11:30 素顔がよい南箕輪	8:15 Nダイジェスト	11:00 N◇25ガチャさん	11:00 N◇25い〜な
11:45 MSAドコかde談話	11:40 部活◇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	8:45 伊那市長選挙	11:55 inaコレファッショ	11:45 MSAドコかde談話
0:00 ショップ◇2:00信每文字N	0:00 ショップ◇2:00MSA	0:00 ショップ◇2:00信每文字N	0:00 ショップ◇2:00MSA	0:00 ショップ◇2:00信每文字N	伊那市議会議員選挙 開票速報生中継	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

25 (水)	26 (木)	27 (金)	28 (土)	29 (日)	30 (月)
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
5:30 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	5:25 マルギン◇30戦争
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
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
6:30 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	6:00 N◇25長ぐつ	6:20 ふくし◇25工房信州
7:00 N◇25県広報	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広報る〜らる	6:35 戦争◇50体操
7:35 長ぐつ◇50体操	7:35 長ぐつ◇50体操	7:00 N◇25県広報	7:30 ふるさと◇50名湯	7:00 いなテレ1 2N	7:00 N◇10ふくし
8:00 すまいるone	8:00 戦争◇15部活	7:35 長ぐつ◇50体操	8:00 まるごとと信州情報ネット	7:25 ふくし◇30ふるさと	7:15 手話◇20運動あそび
8:30 ふるさと◇50名湯	8:30 健康◇45工房信州	8:00 NAGANO綺麗▽食	8:30 トクFine	7:50 工房信州の家へ	7:25 県広報◇35長ぐつ
9:00 戦争◇15手話	8:55 inaコレ◇9:00戦争	8:30 JA◇50名湯	9:00 エリア◇30インフォ	8:00 素顔◇15もみじ	7:50 がんばらない体操
9:20 アーカイブス◇30インフォ	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
10:00 すまほ◇10教室	9:30 インフォメーション	9:30 インフォメーション	10:15 ふくし◇20工房信州	9:00 とよパング◇10健康	9:00 戦争◇15手話
10:15 体操◇25ふるさと便り	10:00 すまほ◇10教室	10:00 すまほ◇10教室	10:30 けーぶるにっぽん	9:25 ふくし◇30インフォ	9:20 アーカイブス◇30インフォ
10:45 大人の、社会見学	10:15 体操◇25部活	10:15 体操◇25部活	▽長崎・取り道う祭り	10:00 それいけ部活	10:00 すまほ◇10ふるさと便り
11:00 伊那の近現代史を学ぶ ⑤伊那の金融業の歩み	10:40 社会見学◇55inaコレ	10:40 社会見学◇55マルギン	11:00 無茶さんぽ	10:15 ビデオクラブ作品集	10:30 教えてガチャさん
11:45 ⑥二四事件と関係者	11:00 JA◇20とよパング	11:00 JA◇20とよパング	11:30 教えてガチャさん	11:00 Nダイジェスト	11:00 伊那の近現代史を学ぶ ⑤伊那の金融業の歩み
	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 NAGANO綺麗▽食	11:45 ⑥二四事件と関係者
1:30 インフォメーション	0:00 エリア◇30すまいるone	0:00 戦争◇15長ぐつ	0:00 まるごと信州◇30トクFine	0:00 ○○対決マインスタ映え	
2:00 すまいるone	1:00 インフォメーション	0:30 NAGANO綺麗▽食	1:00 ○○対決マインスタ映え	1:00 素顔◇15もみじ	1:30 インフォメーション
2:30 戦争体験をさく	1:30 NAGANO綺麗▽食	1:00 インフォメーション	2:00 伊那の近現代史を学ぶ ⑤伊那の金融業の歩み	1:30 い〜な◇50工房信州	2:00 すまほ◇10体操
2:45 手話◇50アーカイブス	2:00 すまほ◇10体操	2:00 NAGANO綺麗▽食	2:45 ⑥二四事件と関係者	2:00 まるごと信州◇30トクFine	2:20 とよパング◇30戦争
3:00 JA◇20健康	2:20 とよパング◇30戦争	2:30 戦争◇45手話	4:50 工房信州の家へ	3:00 NAGANO綺麗◇30すまいる	2:45 手話◇50アーカイブス
3:35 県広報◇45長ぐつ	2:45 手話◇50アーカイブス	2:50 アーカイブス	5:00 とよパング◇10inaコレ	4:00 エリアマ三峰川総合開発	3:00 ビデオクラブ◇45長ぐつ
4:00 インフォ◇30信毎N	3:00 NAGANO▽食◇30ふくし	3:00 トクFine◇30い〜な	5:15 いなテレ1 2N	4:30 イチゲン◇45手話	4:00 インフォメーション
5:00 とよパング◇10inaコレ	3:35 県広報◇45健康レポート	4:00 インフォ◇30信毎N	5:35 部活◇50教室	4:50 がんばらない体操	4:45 inaコレ◇55い〜な
5:15 いなテレ1 2N	4:00 インフォ◇30信毎N	5:00 とよパング◇10inaコレ	5:55 運動あそびGOGO	5:00 いなテレ1 2N	5:15 南アルプスPV
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1 2N	6:00 いなテレ1 2N	5:10 工房信州の家へ	5:35 すまほ◇45手話
5:50 教室◇55運動あそび	5:15 いなテレ1 2N	5:35 すまほ◇45手話	6:25 手話で話そう	5:20 すまほのじかん	5:50 教室▽箕輪東小②
6:00 いなテレ1 2N	5:35 戦争◇50教室	5:50 教室◇55おあがりて	6:30 Nダイジェスト	5:30 Nダイジェスト	5:55 運動あそびGOGO
6:25 インフォメーション	5:55 運動あそびGOGO	6:00 いなテレ1 2N	7:00 い〜なチャンネル	6:00 N◇10手話	6:00 南アPV◇25無茶
6:55 今週の教室	6:00 いなテレ1 2N	6:25 エリアマ三峰川総合開発	7:20 工房信州の家へ	6:15 戦争体験をさく	6:55 教室◇7:00戦争
7:00 素でどうでしょう	6:25 NAGANO▽食◇55教室	6:55 成美のおあがりて	7:30 N◇55運動あそび	6:30 素顔◇45もみじ	7:15 長ぐつ◇30南アPV
7:30 N◇55い〜な	7:00 JA◇20工房信州	7:00 部活◇15長ぐつ	8:00 Nダイジェスト	7:00 い〜な◇20工房信州	7:55 ○○対決マインスタ映え
8:15 名湯◇25運動あそび	7:30 N◇55インフォメーション	7:30 N◇55ふるさと	8:30 素顔がよい南箕輪	7:30 N◇40運動あそび	8:55 手話で話そう
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	8:45 もみじチャンネル	7:45 ビデオクラブ作品集	9:00 南アルプスPV
9:00 N◇25ふくし	8:45 とよパング◇55手話	8:30 戦争◇45アーカイブス	9:00 N◇25ふくし	8:30 Nダイジェスト	9:25 きらきら☆ふくし
9:30 部活◇45すまいる	9:00 N◇25ふくし	9:00 N◇25ふくし	9:30 ○○対決マインスタ映え	9:00 いなテレ1 2N	9:30 素でどうでしょう
10:15 とよパング◇25手話	9:30 エリアマ三峰川総合開発	9:30 エリアマ三峰川総合開発	10:30 い〜な◇50工房信州	9:10 伊那の近現代史を学ぶ ⑤伊那の金融業の歩み	10:00 無茶さんぽ◇30名湯
10:30 無茶さんぽ	10:00 NAGANO◇30素でどう	10:00 ビデオクラブ◇45長ぐつ	11:00 N◇25マルギン	9:55 ⑥二四事件と関係者	10:40 inaコレ◇45イチゲンさん
11:00 N◇25素でどうでしょう	11:00 N◇25い〜な	11:00 N◇25マルギン	11:30 素顔がよい南箕輪	11:40 信毎文字N	11:00 南アPV◇25ガチャさん
11:55 ina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	11:55 inaコレファッション
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