番組表（コミュニティチャンネル）

アクトオンTV	ミュージック・ジャパンTV	釣りビジョン
寄席ch	ミステリー	

月曜日

	2	9	16	23	30
5:00	立川平林	三遊亭わん丈	三遊亭全楽	金原亭馬生	三遊亭圓雀
5:30					
6:00	TVS特別番組				
6:30					
7:00	スポットインサセボ　日曜日号（第5回）				
8:00	TVS特別番組				
8:30					
9:00	すごかぜ九州	チヌ道一直線	磯を駆ける	関西発！海釣り派	伝心伝承
9:30					
10:00	5分で本格的な着物	東ちづるの世界一周	クルマでカヌー	IKURAバイク1	空間マジックの家
10:30	はじめてのMac	天ぷらと茹で揚げ煮	知って得する樹脂窓	IKURAバイク2	レブスピード67
11:00	スポットインサセボ　日曜日号（第6回）				
12:00	ミュージックジャパンTV				
12:30					
13:00	辻調たこ柔らか煮	辻調～モンブラン	南インド映画ダンス	天ぷらと茹で揚げ煮	自転車で姫路岡山1
13:30	スマホで地図アプリ	クルマ買います2	5分で本格的な着物	東＆丘みつ子の船旅	自転車で姫路岡山2
14:00	TVS特別番組				
14:30					
15:00	スポットインサセボ　日曜日号（最終回）				
16:00	お買い物情報				
16:30	伊勢美し国から	ながさき水中散歩	神保シェフと茨城をたべよう	てけてけおじゃマップ	ちょい旅総集編
17:00	お出かけデコ弁	F1カーを作ろう1	静岡ホビーショー	RCカーを作ろう！	タミヤRCカー39
17:30	RCカーを作ろう！	F1カーを作ろう2	IKURAバイク1	クルマ買います2	辻調たこ柔らか煮
18:00	TVS特別番組				
18:30					
18:55					
19:00	スポットインサセボ 月曜日号（初回放送）				
20:00	AFN Newsbreaks	佐世保だヨ！全員集合	AFN Newsbreaks	佐世保だヨ！全員集合	AFN Newsbreaks
20:30	伊勢美し国から	ながさき水中散歩	神保シェフと茨城をたべよう	てけてけおじゃマップ	ちょい旅総集編
21:00	スポットインサセボ　月曜日号（第2回）				
22:00	ミュージックジャパンTV				
22:30					
23:00	スポットインサセボ　月曜日号（第3回）				
0:00	情報アラカルト		秋田 竿燈まつり	吉田の火祭り	家政婦は見た！
0:30	戦後最大の誘拐 吉展ちゃん事件	松本清張 夜光の階段			
1:00			マクガイバーシーズン3		
1:30					
2:00			はじめてのMac	新車ベンツCLS	古澤巌～カルテット
2:30	早川書房 ブックリエ				
3:00	スポットインサセボ　月曜日号（第4回）				
4:00	三遊亭圓雀	春風亭柳好	古今亭志ん彌	三遊亭圓雀	神保町昭和歌謡倶楽部
4:30					ちょい旅総集編

火曜日

	3	10	17	24
5:00	桂竹千代	立川平林	神田蘭	古今亭志ん彌
5:30				
6:00	伊勢美し国から	ながさき水中散歩	神保シェフと茨城をたべよう	てけてけおじゃマップ
6:30	気軽に太極拳2	鶏の濃厚スープ鍋	鮭ご飯と味噌汁	なりきりジェンヌ
7:00	スポットインサセボ　月曜日号（第5回）			
8:00	伊勢美し国から	ながさき水中散歩	神保シェフと茨城をたべよう	てけてけおじゃマップ
8:30	エクセル応用テク	ワードで写真活用1	格安スマホの使い方	スマホで地図アプリ
9:00	こちら東海です。	沖釣りギャラリー	大漁！関東沖釣り爆釣会	大漁！関東沖釣り爆釣会
9:30				
10:00	超速本格男メシ2	ウィンドウズ8．1	古澤巌～カルテット	中古で理想の住宅
10:30	Mac活用術	カクテルレシピ3		ファイル管理と操作
11:00	スポットインサセボ　月曜日号（第6回）			
12:00	ミュージックジャパンTV			
12:30				
13:00	なめらか3色プリン	辻調たこ柔らか煮	北インド映画ダンス	ワードで写真活用1
13:30	東ちづるの世界一周	ペン習字～手紙	愛犬お出かけマナー	牛肉のサラダ仕立て
14:00	知って得する樹脂窓	自転車で長崎2	野草はごちそう2	自転車で鹿児島1
14:30	伊勢美し国から	ながさき水中散歩	神保シェフと茨城をたべよう	てけてけおじゃマップ
15:00	スポットインサセボ 月曜日号（最終回）			
16:00	お買い物情報			
16:30	伊勢美し国から	ながさき水中散歩	神保シェフと茨城をたべよう	てけてけおじゃマップ
17:00	ミュージックジャパンTV			
17:30				
18:00	秋田 竿燈まつり	ながさき水中散歩	神保シェフと茨城をたべよう	てけてけおじゃマップ
18:30		自転車で姫路岡山2	クルマ買います2	ブッシュクラフト
18:55				
19:00	スポットインサセボ 火曜日号（初回放送）			
20:00	あいラブせんりゅう	ラグビーワールドカップ2019ナビ	神保町昭和歌謡倶楽部	筑紫物語
20:30	5分で本格的な着物	中古で理想の住宅	気軽に太極拳2	IKURAバイク1
21:00	スポットインサセボ　火曜日号（第2回）			
22:00	ミュージックジャパンTV			
22:30				
23:00	スポットインサセボ　火曜日号（第3回）			
0:00	情報アラカルト		世界ピカイチ☆ツアー	家政婦は見た！
0:30	松本清張 老春	松本清張 黒い樹海	ミステリーの味を召し上がれ	
1:00			シャーロック・ホームズの真実 名探偵のモデルは2人いた!?	
1:30				
2:00	F1カーを作ろう3	Mac活用術	神保町昭和歌謡倶楽部	F1カーを作ろう1
2:30	あいラブせんりゅう	ラグビーワールドカップ2019ナビ	金沢の宝物 加賀蒹発祥300年	筑紫物語
3:00	スポットインサセボ　火曜日号（第4回）			
4:00	瀧川鯉昇	三遊亭遊雀	三遊亭圓雀	瀧川鯉昇
4:30				

水曜日

	4	11	18	25
5:00	三遊亭全楽	桂竹千代	柳家わさび	三遊亭遊雀
5:30				
6:00	あいラブせんりゅう	ラグビーワールドカップ2019ナビ	神保町昭和歌謡倶楽部	筑紫物語
6:30	キャンピングカー4	気軽に太極拳1	牙狼＜GARO＞	iPad基礎編
7:00	スポットインサセボ　水曜日号（第5回）			
8:00	あいラブせんりゅう	ラグビーワールドカップ2019ナビ	神保町昭和歌謡倶楽部	筑紫物語
8:30	ワード応用テク	ワードで写真活用2	はじめてのLINE	スマホで位置ゲー
9:00	オフショアレボリューションNEXT	ドラゴン8	チヌ道一直線	なるほど！沖釣りマスター
9:30				
10:00	東＆丘みつ子の船旅	鶏のトマト煮込み	自転車で鹿児島1	新車AUTECH
10:30	はじめてのLINE	カクテルレシピ4	新車AUTECH	自然素材でつくる家
11:00	スポットインサセボ　水曜日号（第6回）			
12:00	ミュージックジャパンTV			
12:30				
13:00	キッチンリフォーム	天ぷらと茹で揚げ煮	自転車で姫路岡山1	ワードで写真活用2
13:30	焼きチーズケーキ	東ちづるの世界一周	愛犬が喜ぶサービス	辻調たこ柔らか煮
14:00	ワードで写真活用1	5分で本格的な着物	お出かけデコ弁	自転車で鹿児島2
14:30	あいラブせんりゅう	ラグビーワールドカップ2019ナビ	神保町昭和歌謡倶楽部	筑紫物語
15:00	スポットインサセボ　水曜日号（最終回）			
16:00	お買い物情報			
16:30	あいラブせんりゅう	ラグビーワールドカップ2019ナビ	神保町昭和歌謡倶楽部	筑紫物語
17:00	気軽に太極拳1	F1カーを作ろう5	RCカーを作ろう！	南インド映画ダンス
17:30	三遊亭王楽	桂雀々	三遊亭圓馬	柳家さん喬
18:00				
18:30	自転車で金沢能登1	ラグビーワールドカップ2019ナビ	美姿勢ウォーク	ブッシュクラフト2
18:55				
19:00	スポットインサセボ 水曜日号（初回放送）			
20:00	ボウリングアカデミー83・84	町山智浩のVIDEO SHOP UFO	音楽人	ふるさと生き物図鑑 総集編
20:30	カクテルレシピ4	クルマ買います2	東＆丘みつ子の船旅	IKURAバイク2
21:00	スポットインサセボ　水曜日号（第2回）			
22:00	ミュージックジャパンTV			
22:30				
23:00	スポットインサセボ　水曜日号（第3回）			
0:00	情報アラカルト		家政婦は見た！	
0:30	松本清張 薄化粧の男	松本清張 一年半待て		
1:00				
1:30				
2:00	F1カーを作ろう6	美姿勢ウォーク	愛犬お出かけマナー	F1カーを作ろう3
2:30	ボウリングアカデミー83・84	町山智浩のVIDEO SHOP UFO	音楽人	ふるさと生き物図鑑 総集編
3:00	スポットインサセボ　水曜日号（第4回）			
4:00	立川左談次	立川談幸	金原亭馬生	立川左談次
4:30				

木曜日

	5	12	19	26
5:00	春風亭正太郎	三遊亭全楽	三遊亭わん丈	春風亭柳好
5:30				
6:00	ボウリングアカデミー83・84	町山智浩のVIDEO SHOP UFO	音楽人	ふるさと生き物図鑑 総集編
6:30	キャンピングカー5	気軽に太極拳2	気軽に太極拳1	iPad活用編
7:00	スポットインサセボ　木曜日号（第5回）			
8:00	ボウリングアカデミー83・84	町山智浩のVIDEO SHOP UFO	音楽人	ふるさと生き物図鑑 総集編
8:30	iPad基礎編	はじめてのMac	インターネット入門	エクセル応用テク
9:00	楽釣楽磯宣言	伝心伝承	オフショアレボリューションNEXT	こちら東海です。
9:30				
10:00	格安スマホの始め方	古澤巌～カルテット	自転車で鹿児島2	焼きチーズケーキ
10:30	北大路板前料理12		クルマでキャンプ	東ちづるの世界一周
11:00	スポットインサセボ　水曜日号（第6回）			
12:00	アンコールアワー			
12:30				
13:00	南インド映画ダンス	SHIHOヨガ1	自転車で姫路岡山2	板春雨のからし和え
13:30	自転車で鹿児島1	キッチンリフォーム	音楽人	自転車で北海道1
14:00	ワードで写真活用2	東＆丘みつ子の船旅	中古で理想の住宅	デジカメ術撮影編
14:30	ボウリングアカデミー83・84	町山智浩のVIDEO SHOP UFO	音楽人	ふるさと生き物図鑑 総集編
15:00	スポットインサセボ　水曜日号（最終回）			
16:00	お買い物情報			
16:30	ボウリングアカデミー83・84	町山智浩のVIDEO SHOP UFO	音楽人	ふるさと生き物図鑑 総集編
17:00	気軽に太極拳2	南インド映画ダンス	タミヤRCカー39	自転車で姫路岡山1
17:30	春風亭百栄	入船亭扇好	春風亭柳之助	桂 文治
18:00				
18:30	自転車で金沢能登2	北大路板前料理12	なりきりジェンヌ	RCカーを作ろう！
18:55				
19:00	スポットインサセボ 木曜日号（初回放送）			
20:00	長野県ご当地〇〇対決！	金沢の宝物 加賀蒹発祥300年	レッツゴー！まちっぷちゃん	女子プロ野球スタジアム＃12
20:30		自転車で鹿児島1	カクテルレシピ3	カクテルレシピ3
21:00	スポットインサセボ　木曜日号（第2回）			
22:00	ミュージックジャパンTV			
22:30				
23:00	スポットインサセボ　木曜日号（第3回）			
0:00	松本清張 地方紙を買う女	情報アラカルト	家政婦は見た！	
0:30		松本清張 やさしい地方		
1:00				
1:30				
2:00	長野県ご当地〇〇対決！	なりきりジェンヌ	愛犬が喜ぶサービス	F1カーを作ろう5
2:30		金沢の宝物 加賀蒹発祥300年	レッツゴー！まちっぷちゃん	女子プロ野球スタジアム＃12
3:00	スポットインサセボ　木曜日号（第4回）			
4:00	春風亭柳好	桂 文治	春風亭柳好	金原亭馬生
4:30				

金曜日

	6	13	20	27
5:00	神田蘭	三遊亭わん丈	三遊亭歌太郎	立川談幸
5:30				
6:00	長野県ご当地〇〇対決！	金沢の宝物 加賀蒹発祥300年	レッツゴー！まちっぷちゃん	女子プロ野球スタジアム＃12
6:30		メガーヌエステート	気軽に太極拳2	海の幸ソーセージ風
7:00	スポットインサセボ　金曜日号（第5回）			
8:00	長野県ご当地〇〇対決！	金沢の宝物 加賀蒹発祥300年	レッツゴー！まちっぷちゃん	女子プロ野球スタジアム＃12
8:30		Mac活用術	ファイル管理と操作	ワード応用テク
9:00	関西発！海釣り派	魚種格闘技戦！	魚種格闘技戦！	オフショアレボリューションNEXT
9:30				
10:00	格安スマホの使い方	インターネット入門	東ちづるの世界一周	超速本格男メシ2
10:30	鶏のトマト煮込み	レブスピード67	ウィンドウズ8．1	カクテルレシピ4
11:00	スポットインサセボ　金曜日号（第6回）			
12:00	アンコールアワー			
12:30				
13:00	北インド映画ダンス	SHIHOヨガ2	自然素材でつくる家	IKURAバイク1
13:30	自転車で鹿児島2	古澤巌～カルテット	北大路板前料理12	自転車で北海道2
14:00	長野県ご当地〇〇対決！		DIY紙ランプ傘	スマホで地図アプリ
14:30		金沢の宝物 加賀蒹発祥300年	レッツゴー！まちっぷちゃん	女子プロ野球スタジアム＃12
15:00	スポットインサセボ　金曜日号（最終回）			
16:00	お買い物情報			
16:30	MVセレクション	金沢の宝物 加賀蒹発祥300年	レッツゴー！まちっぷちゃん	女子プロ野球スタジアム＃12
17:00	ミュージックジャパンTV			
17:30				
18:00				
18:30				
18:55				
19:00	スポットインサセボ 金曜日号（初回放送）			
20:00	アンコールアワー 55分～ルーツを歩こう			
20:30				
21:00	スポットインサセボ　金曜日号（第2回）			
22:00	MVセレクション		MVセレクション	ミュージックジャパンTV
22:30				
23:00	スポットインサセボ　金曜日号（第3回）			
0:00	アンコールアワー			
0:30				
1:00	クルマでカヌー	牙狼＜GARO＞	IKURAバイク1	静岡ホビーショー
1:30	気軽に太極拳1	レブスピード77	IKURAバイク2	タミヤRCカー39
2:00	ニューJAZZ4	ブッシュクラフト	古澤巌～カルテット	自転車で鹿児島1
2:30	北京風あんかけ麺	ブッシュクラフト2		自転車で鹿児島2
3:00	スポットインサセボ　金曜日号（第4回）			
4:00	アンコールアワー			
4:30				

土曜日

	7	14	21	28
5:00	柳家わさび	立川平林	桂夏丸	瀧川鯉昇
5:30				
6:00	アンコールアワー			
6:30				
7:00	スポットインサセボ　金曜日号（第5回）			
8:00	アンコールアワー			
8:30				
9:00	磯を駆ける	参るぞ狼	チヌ道一直線	参るぞ狼
9:30				
10:00	レブスピード77	クルマでカヌー	新車AUTECH	片山右京の車談3
10:30	ジーブ　チェロキー	クルマでキャンプ	新車AudiA5	レブスピード78
11:00	スポットインサセボ　金曜日号（第6回）			
12:00	アンコールアワー			
12:30				
13:00	自転車で姫路岡山1	南インド映画ダンス	辻調たこ柔らか煮	IKURAバイク2
13:30	5分で本格的な着物	知って得する樹脂窓	東＆丘みつ子の船旅	ちょい旅総集編
14:00	バトル360空母エンタープライズの戦い	自転車で姫路岡山1	知って得する樹脂窓	スマホで位置ゲー
14:30		自転車で姫路岡山2	天ぷらと茹で揚げ煮	クルマでカヌー
15:00	スポットインサセボ　金曜日号（最終回）			
16:00	お買い物情報			
16:30	MVセレクション	神保町昭和歌謡倶楽部	町山智浩のVIDEO SHOP UFO	音楽人
17:00	ミュージックジャパンTV	MVセレクション	ミュージックジャパンTV	
17:30	気になるふたり会	笑わせnight！	笑わせnight！	鳴呼、成金の壁
18:00				
18:30	南インド映画ダンス	レブスピード78	北インド映画ダンス	東ちづるの世界一周
18:55				
19:00	スポットインサセボ 土曜日号（初回放送）			
20:00	ギュギュっと 1週間			
20:30	映画HOT情報 57分～ ルーツを歩こう			
21:00	スポットインサセボ　土曜日号（第2回）			
22:00	ミュージックジャパンTV			
22:30				
23:00	スポットインサセボ　土曜日号（第3回）			
0:00	ギュギュっと 1週間			
0:30	映画HOT情報			
1:00	RCカーを作ろう！	F1カーを作ろう1	F1カーを作ろう3	F1カーを作ろう5
1:30	気軽に太極拳2	ヒロシとキャンプ1	牙狼＜GARO＞	デジカメ術撮影編
2:00	ブッシュクラフト	静岡ホビーショー	レブスピード78	SHIHOヨガ1
2:30	ブッシュクラフト2	バランスボール1	鶏の濃厚スープ鍋	絵手紙～魚介を描く
3:00	スポットインサセボ　土曜日号（第4回）			
4:00	ギュギュっと 1週間			
4:30	映画HOT情報			

日曜日

	1	8	15	22	29
5:00	三遊亭金時	三遊亭歌太郎	桂竹千代	立川平林	古今亭志ん彌
5:30					
6:00	映画HOT情報				
6:30	自転車で北海道2	北京風あんかけ麺	キャンピングカー6	海の幸ソーセージ風	気軽に太極拳2
7:00	スポットインサセボ　土曜日号（第5回）				
8:00	ギュギュっと 1週間				
8:30	AFN Newsbreaks	佐世保だヨ！全員集合	AFN Newsbreaks	佐世保だヨ！全員集合	
9:00	BBブラザーズ	関西発！海釣り派	魚種格闘技戦！	釣りたガール！	ハイパーエキスパート
9:30					
10:00	バトル360空母エンタープライズの戦い	レブスピード78	IKURAバイク1	クルマ買います2	ジーブ　チェロキー
10:30		新車ベンツCLS	IKURAバイク2	メガーヌエステート	レブスピード77
11:00	スポットインサセボ　土曜日号（第6回）				
12:00	ギュギュっと 1週間				
12:30	【生中継】アメリカンフェスティバル	映画HOT情報			
13:00		自転車で姫路岡山2	北インド映画ダンス	バトル360空母エンタープライズの戦い	辻調たこ柔らか煮
13:30		東＆丘みつ子の船旅	天ぷらと茹で揚げ煮		東ちづるの世界一周
14:00	DIY紙ランプ傘	バトル360空母エンタープライズの戦い	憧れのワインセラー	クルマでカヌー	知って得する樹脂窓
14:30	5分で本格的な着物		デジカメ術撮影編	南インド映画ダンス	SHIHOヨガ1
15:00	スポットインサセボ　土曜日号（最終回）				
16:00	お買い物情報				
16:30	ギュギュっと 1週間				
17:00	神保町昭和歌謡倶楽部	町山智浩のVIDEO SHOP UFO	金沢の宝物 加賀蒹発祥300年	バトル360空母エンタープライズの戦い	秋田 竿燈まつり
17:30	MVセレクション	ラグビーワールドカップ2019ナビ	音楽人		
18:00	映画HOT情報				
18:30	30分～県政情報　45分～ルーツを歩こう				
18:55	市政だより				
19:00	スポットインサセボ 日曜日号（初回放送）				
20:00	TVS特別番組 57分～ ルーツを歩こう				
20:30					
21:00	スポットインサセボ　日曜日号（第2回）				
22:00	バトル360空母エンタープライズの戦い	ミュージックジャパンTV			
22:30					
23:00	スポットインサセボ　日曜日号（第3回）				
0:00	MVセレクション	北大路板前料理12	MVセレクション	静岡ホビーショー	MVセレクション
0:30	癒し・世界百景5	癒し・情景散歩1	癒し・世界百景5	東京夜景ドライブ	癒し・動物散歩2
1:00	バイク模型8／8	静岡ホビーショー	F1カーを作ろう2	F1カーを作ろう4	F1カーを作ろう6
1:30	ジーブ　チェロキー	自転車で金沢能登1	古澤巌～カルテット	タミヤRCカー39	板春雨のからし和え
2:00	TVS特別番組				
2:30					
3:00	スポットインサセボ　日曜日号（第4回）				
4:00	TVS特別番組				
4:30					