

	4月第1週						
	4月1日 月	4月2日 火	4月3日 水	4月4日 木	4月5日 金	4月6日 土	4月7日 日
5:00	Cook!AYT 朝に野菜を食べよう#15【初回】	ぼたぼたむーぶ#12	スポコンチャンネル#134	皇學館大学 大学生テレビ局#36	5:00 桐原冬夜の生録大自然の旅4～信越自然郷の一年を追う～ #4 5:15 八百万の神#35	5:00 この坂のぼれば#97	5:00 釣りバカZ#73
5:15	原田侑子の 風と気ままに#59						
5:30	体操でおうち時間#11(再放送)	5:30 体操でおうち時間#12(再放送)	5:30 体操でおうち時間#1(再放送)	5:30 体操でおうち時間#2(再放送)	5:30 ワイワイ釣り三昧#72	5:30 ユネスコエコパーク紀行#25	5:30 東京ホテイソンの発掘！ほっけえもん#7
5:45	手話で話そう#569・#570【初回】	5:45 お花ダイスキ！ #13【初回】	5:45 手話で話そう#569・#570	5:45 気軽にフィットネス#93			
6:00	ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#20	6:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#21	6:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#22	6:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#23	6:00 令和6年 鏡開き式・武道始め	6:00 トラウトギャラリーー 2019年中禅寺湖解禁	6:00 四万十うおっちゃん#675
6:15	ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#27	6:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#28	6:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#29	6:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#30			6:15 八百万の神#35
6:30	ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#1	6:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#2	6:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#3	6:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#4	6:30 みんなのテレビ#97【初回】		6:30 みさお体操 with JCC GIRLS#5(再放送)
6:45	みさお体操 with JCC GIRLS#1(再放送)	6:45 みさお体操 with JCC GIRLS#2(再放送)	6:45 みさお体操 with JCC GIRLS#3(再放送)	6:45 みさお体操 with JCC GIRLS#4(再放送)			6:45 気軽にフィットネス#94
7:00	お役立ち生活情報もしくはその他番組	7:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	7:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	7:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	7:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	7:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	7:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組
7:30	桐原冬夜の生録大自然の旅4～信越自然郷の一年を追う～ #3 7:45 宮坂七郎のいいとこ巡り#31	7:30 伊勢 美し国から#37【初回】 7:45 八百万の神#35【初回】	7:30 ユネスコエコパーク紀行#25【初回】	7:30 この坂のぼれば#97【初回】	7:30 皇學館大学 大学生テレビ局#37【初回】	7:30 Cook!AYT 朝に野菜を食べよう#15 7:45 気軽にフィットネス#94【初回】	7:30 スポコンチャンネル#135【初回】
8:00	とんと昔があったげな2第1話・第2話	8:00 とんと昔があったげな2第3話・第4話	8:00 とんと昔があったげな2第5話・第6話	8:00 とんと昔があったげな2第7話・第8話	8:00 とんと昔があったげな2第9話・第10話	8:00 第60回全日本書初め大発表会【初回】	8:00 KART on TV #10
8:30	お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
9:00	企業のチカラ(ICC) #5【初回】	9:00 神保シェフと茨城をたべようSEASON9 #7	9:00 四万十うおっちゃん#675【初回】	9:00 お花ダイスキ！ #13	9:00 手話で話そう#569・#570	9:00 Hina Trip～ひなとりつぷ～ #13	9:00 俺たちスイーツ部 #13
9:15	お役立ち生活情報もしくはその他番組	9:15 お役立ち生活情報もしくはその他番組	9:15 お役立ち生活情報もしくはその他番組	9:15 お役立ち生活情報もしくはその他番組	9:15 お役立ち生活情報もしくはその他番組	9:15 お役立ち生活情報もしくはその他番組	9:15 お役立ち生活情報もしくはその他番組
9:45	四万十うおっちゃん#674	9:45 うら・ら(栃木版)#672	9:45 うら・ら(茨城版)#243	9:45 桐原冬夜の生録大自然の旅4～信越自然郷の一年を追う～ #4【初回】	9:45 原田侑子の 風と気ままに#60【初回】	9:45 伊勢 美し国から#37	9:45 宮坂七郎のいいとこ巡り#32【初回】
10:00	E3探検隊2！小諸ふるさと遺産めぐり#1【初回】	10:00 激闘！第14期オセロ王座戦！(再放送)	10:00 令和6年 鏡開き式・武道始め	10:00 出雲のほそ道#61【初回】	10:00 信越トライウォーク #463	10:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#91	10:00 Hina Trip～ひなとりつぷ～ #13 10:15 うら・ら(群馬版) #26
10:30	お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
11:00	うら・ら(栃木版)#672	11:00 ジュニアとえいごではなそ！ #25・#26【初回】	11:00 お花ダイスキ！ #13	11:00 HYPER DASH基地#185・186	11:00 企業のチカラ(NCT) #70【初回】	11:00 劇場映画予告編#405	11:00 仙台発！地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #178【初回】
11:15	うら・ら(茨城版)#243	11:15 うら・ら(群馬版) #26	11:15 ジュニアとえいごではなそ！ #25・#26	11:15 企業のチカラ(ICC) #5		11:15 HYPER DASH基地#185・186	
11:30	お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
12:00	ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection
13:00	チャンネル700オリジナル英会話アーカイブス(Menkoiガールズ英語で格言①)	13:00 チャンネル700オリジナル英会話アーカイブス(Menkoiガールズ英語で格言②)	13:00 チャンネル700オリジナル英会話アーカイブス(JCC GIRLS おたすけ英会話)	13:00 チャンネル700オリジナル英会話アーカイブス(井手ちゃん英会話)	13:00 チャンネル700オリジナル英会話アーカイブス(井手ちゃん英会話)	13:00 たべものがたり 元木食堂Season2#1#2【初回】	13:00 たべものがたり 元木食堂Season2#1#2
13:30	お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
14:00	ダムダムおじさんお宝探検隊#82【初回】	14:00 素でどうでしょう#87【初回】	14:00 ずゑひろがりずのあっぱれふるさと珍道中(道の駅やちよ) #34【初回】	14:00 沖繩よんな街歩き こんにちは！ベンビーです。 #120【初回】	14:00 Kochi on TV！ #488【初回】	14:00 たべものがたり 元木食堂Season1ー拳放送(#1 #8)	14:00 笑福亭へ瓶のイドバツ！ #3(再放送)
14:30	絶景滝見物 落差1000RE#41【初回】	14:30 地域を元気に！無茶さんぼ#67	14:30 Hina Trip～ひなとりつぷ～ #13【初回】	14:30 ハンモンジャーの面百歴史図鑑～歴史を彩る武将達の知られざる生きざま～ #1【初回】			14:30 いいやま雪まつり【初回】
15:00	伊藤さとりと映画な仲間たち#91	15:00 KART on TV #9	15:00 笑福亭へ瓶のイドバツ！ #3(再放送)	15:00 爆笑道中記#72【初回】	15:00 あまくま歩人#257【初回】		
15:30	劇場映画予告編#405【初回】	15:30 時をかけるアメマ！寛平さんぼ #13【初回】	15:30 信越トライウォーク #463【初回】	15:30 レッツゴー！まちっぷちゃん #155			
15:45	神保シェフと茨城をたべようSEASON9 #7【初回】						
16:00	街ナカ情報発信！てけてけおじゃマップ#98【初回】	16:00 あらぶんちゃん散歩#96【初回】	16:00 長野県ご当地〇〇対決！ #49【初回】	16:00 ぶらたま#12【初回】	16:00 うら・ら(栃木版)#673【初回】	16:00 KART on TV #10【初回】	16:00 SL日和#2(再放送)
16:30	ベイ！ちゃんの潮風キッチン！ #5【初回】	16:30 令和6年 鏡開き式・武道始め		16:30 ぼたぼたむーぶ #13【初回】	16:15 うら・ら(茨城版)#244【初回】	16:30 増刊！ハトル☆メン#1	16:30 女子プロレス超嬢血戦 #1
17:00	神保町歌謡POPS倶楽部#23	17:00 気仙沼めつけ #50(再放送)	17:00 SL日和#1(再放送)	17:00 東京ホテイソンの発掘！ほっけえもん#7【初回】	17:00 東京WORLDぐるぐるぐるめ #1(再放送)	17:00 熱弁！ヤマコウの場外乱トーク #1	17:00 真弓 & 勝成のExpert GOLF #13(松山進次郎①)
17:15	HYPER DASH基地#185・186【初回】				17:15 うら・ら(群馬版) #26		
17:30	お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
18:00	釣りバカZ#73【初回】	18:00 増刊！ハトル☆メン#1【初回】	18:00 伊藤さとりと映画な仲間たち#91	18:00 神保町歌謡POPS倶楽部#23	18:00 列車で旅する歌謡曲～TRAIN and RAILWAY MUSIC #1	18:00 ZERO1アーカイブス#1	18:00 爆笑道中記#72
18:30	ワイワイ釣り三昧#72【初回】	18:30 東京ホテイソンの発掘！ほっけえもん #6(再放送)	18:30 劇場映画予告編#405	18:30 ジュニアとえいごではなそ！ #25・#26			18:30 ずゑひろがりずのあっぱれふるさと珍道中(道の駅やちよ) #34
18:45		18:45 気仙沼めつけ #50(再放送)		18:45 俺たちスイーツ部 #13【初回】			
19:00	トラウトギャラリーー 2019年中禅寺湖解禁【初回】	19:00 あまくま歩人 #256		19:00 ダムダムおじさんお宝探検隊#82	19:00 Kochi on TV！ #488	19:00 神保町歌謡POPS倶楽部#24【初回】	19:00 第61回なまげ柴灯まつりダイジェスト【初回】
19:30				19:30 時をかけるアメマ！寛平さんぼ #13		19:30 伊藤さとりと映画な仲間たち#91	
20:00	～音楽ヒーロー～ヒロイン～ 奏デンジャーⅢ #5 #6【初回】	20:00 ～音楽ヒーロー～ヒロイン～ 奏デンジャーⅢ #5 #6	20:00 ～音楽ヒーロー～ヒロイン～ 奏デンジャーⅢ #5 #6	20:00 列車で旅する歌謡曲～TRAIN and RAILWAY MUSIC #1【初回】	20:00 笑福亭へ瓶「ベベコ」東京2023前編(再放送)	20:00 たべものがたり 元木食堂Season2#1#2	20:00 恋する鳥羽 season 3 #7#8【初回】
20:30	THE RAMPEGE+THE RAMPEGE #1【初回】	20:30 THE RAMPEGE+THE RAMPEGE#1	20:30 THE RAMPEGE+THE RAMPEGE#1			20:30 女子プロレス超嬢血戦 #1【初回】	20:30 増刊！ハトル☆メン #1
21:00	ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#20	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#21	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#22	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#23	21:00 怪談好きが集まるBAR REQUIEM 第貳章 #3	21:00 激闘！第14期オセロ王座戦！(再放送)	21:00 2024Toyota AFL Premiership Season-オーストラリアンフットボール 2024シーズン-
21:15	ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#27	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#28	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#29	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#30			
21:30	ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#1	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#2	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#3	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#4			21:30 ベイ！ちゃんの潮風キッチン！ #5
21:45	つばたdeサイエンスSeason6 #1【初回】	21:45 これが未来の新常識！教えてスタートアップ！ #15 #16【初回】	21:45 つばたdeサイエンスSeason6 #1 #16【初回】	21:45 これが未来の新常識！教えてスタートアップ！ #15 #16【初回】			
22:00	松下昇平のお～のみキャンプ #1#2	22:00 松下昇平のお～のみキャンプ #3#4	22:00 松下昇平のお～のみキャンプ #5#6	22:00 あまくま歩人#256	22:00 長野県ご当地〇〇対決！ #49	22:00 俺たちスイーツ部 #13	22:15 夜の街情報番組 イチゲンさんどうでしょう#60【初回】
22:30						22:30 地域を元気に！無茶さんぼ#67	
23:00	夜の街情報番組 イチゲンさんどうでしょう#59	23:00 出雲のほそ道#60	23:00 真弓 & 勝成のExpert GOLF #13(松山進次郎①)	23:00 KART on TV #9	23:00 熱弁！ヤマコウの場外乱トーク #1【初回】	23:00 仙台発！地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #177	
23:15	京見新々～きょうみんしん～#35(再放送)						
23:30	レッツゴー！まちっぷちゃん #155	23:30 八局麻雀2#1【初回】	23:30 爆笑道中記#71	23:30 笑福亭へ瓶のイドバツ！ #3(再放送)	23:30 ぶらたま #12	23:30 信越トライウォーク #463	23:30 企業のチカラ(NCT) #70
0:00	沖繩よんな街歩き こんにちは！ベンビーです。 #119		0:00 あらぶんちゃん散歩#96	0:00 絶景滝見物 落差1000RE#41	0:00 美女たちの密談 モテるの法則X シーズン2 #1	0:00 怪談好きが集まるBAR REQUIEM 第貳章 #3	0:00 長野県ご当地〇〇対決！ #49
0:30	爆笑道中記#71		0:30 素でどうでしょう#87	0:30 街ナカ情報発信！てけてけおじゃマップ#98			
1:00	TVSMONDE(ドキュメンタリー)【字幕】	1:00 TVSMONDE(ドキュメンタリー)【字幕】	1:00 TVSMONDE(ドキュメンタリー)【字幕】	1:00 TVSMONDE(ドキュメンタリー)【字幕】	1:00 TVSMONDE(ドキュメンタリー)【字幕】	1:00 Kochi on TV！ #489	1:00 笑福亭へ瓶「ベベコ」東京2023前編(再放送)
2:00	Kochi on TV！ #488	2:00 ZERO1アーカイブス#1【初回】	2:00 美女たちの密談 モテるの法則X シーズン2 #1【初回】	2:00 怪談好きが集まるBAR REQUIEM 第貳章 #3【初回】	2:00 あまくま歩人#257	2:00 東京いろいろの演芸劇場#18(再放送)	2:00 八局麻雀2 #1
2:30						2:30 恋する鳥羽 season 3 #5#6	
3:00	ABC Australia	3:00 ABC Australia	3:00 癒されたい美女たち #1【初回】	3:00 ABC Australia	3:00 癒された美女たち #1	3:00 美女たちの密談 モテるの法則X シーズン2 #1	3:30 信越トライウォーク #463
4:00	放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止
4:30	みんなのテレビ#96	4:30 沖繩よんな街歩き こんにちは！ベンビーです。 #119	4:30 絶景滝見物 落差1000RE#41	4:30 チキチキジョニーの拝見！ほっこり一品 #8	4:30 出雲のほそ道#61	4:30 ダムダムおじさんお宝探検隊#82	4:30 時をかけるアメマ！寛平さんぼ #13

4月15日 月	4月16日 火	4月17日 水	4月第3週 4月18日 木	4月19日 金	4月20日 土	4月21日 日
5:00 Cook!AYT 朝に野菜を食べよう#15	5:00 ぼたぼたむーぶ #13	5:00 スポコンチャンネル#135	5:00 皇學館大学 大学生テレビ局#37	5:00 桐原冬夜の生録大自然の旅4～信越自然郷の一年を遡る～ #5 5:15 八百万の神#36 5:30 ワイワイ釣り三昧#72	5:00 この坂のぼれば#97	5:00 釣りバカZ#73
5:15 原田侑子の 風と気ままに#60						
5:30 体操でおうち時間#7(再放送)	5:30 体操でおうち時間#8(再放送)	5:30 体操でおうち時間#9(再放送)	5:30 体操でおうち時間#10(再放送)		5:30 ユネスコエコパーク紀行#25	5:30 東京ホテイソンの発掘！ほっけえもん #7
5:45 手話で話そう#571・#572【初回】	5:45 お花ダイスキ！ #13	5:45 手話で話そう#571・#572	5:45 気軽にフィットネス#94			
6:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#28	6:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#29	6:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#30	6:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#31	6:00 第60回全日本書初め大展覧会	6:00 トラウトギャラリー 2019年中禅寺湖解禁	6:00 四方十うおっちゃん#677
6:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#35	6:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#36	6:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#37	6:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#38			6:15 八百万の神#36
6:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#9	6:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#10	6:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#11	6:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#12	6:30 みんなのテレビ#97		6:30 みさお体操 with JCC GIRLS #3(再放送)
6:45 みさお体操 with JCC GIRLS #11(再放送)	6:45 みさお体操 with JCC GIRLS #12(再放送)	6:45 みさお体操 with JCC GIRLS #1(再放送)	6:45 みさお体操 with JCC GIRLS #2(再放送)			6:45 気軽にフィットネス#94
7:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	7:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	7:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	7:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	7:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	7:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	7:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組
7:30 桐原冬夜の生録大自然の旅4～信越自然郷の一年を遡る～ #4	7:30 伊勢 美し国から#37	7:30 ユネスコエコパーク紀行#25	7:30 この坂のぼれば#97	7:30 皇學館大学 大学生テレビ局#37	7:30 Cook!AYT 朝に野菜を食べよう#15	7:30 スポコンチャンネル#135
7:45 宮坂七郎のいいとこ巡り#32	7:45 八百万の神#36【初回】				7:45 気軽にフィットネス#94	
8:00 とんと昔があったげな2第21話・第22話	8:00 とんと昔があったげな2第23話・第24話	8:00 とんと昔があったげな2第1話・第2話	8:00 とんと昔があったげな2第3話・第4話	8:00 とんと昔があったげな2第5話・第6話	8:00 第60回全日本書初め大展覧会	8:00 KART on TV #10
8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
9:00 企業のチカラ(ICC) #5	9:00 神保シェフと茨城をたべようSEASON9 #7	9:00 四方十うおっちゃん#677【初回】	9:00 お花ダイスキ！ #13	9:00 手話で話そう#571・#572	9:00 Hina Trip～ひなとりつぐ～ #13	9:00 俺たちスイーツ部 #13
9:15 お役立ち生活情報もしくはその他番組	9:15 お役立ち生活情報もしくはその他番組	9:15 お役立ち生活情報もしくはその他番組	9:15 お役立ち生活情報もしくはその他番組	9:15 お役立ち生活情報もしくはその他番組	9:15 お役立ち生活情報もしくはその他番組	9:15 お役立ち生活情報もしくはその他番組
9:45 四方十うおっちゃん#676	9:45 う・ら・ら(栃木版)#674	9:45 う・ら・ら(茨城版)#245	9:45 桐原冬夜の生録大自然の旅4～信越自然郷の一年を遡る～ #5【初回】	9:45 原田侑子の 風と気ままに#60	9:45 伊勢 美し国から#37	9:45 宮坂七郎のいいとこ巡り#32
10:00 E3探検隊2！小諸ふるさと遺産めぐり#1	10:00 激闘！第48回全日本オセロ選手権(再放送)	10:00 第60回全日本書初め大展覧会	10:00 出雲のほそ道#61	10:00 信越トライウォーク #464	10:00 ハンモンジャーの面白歴史図鑑～歴史を彩る武将達の知られざる生きざま～ #1	10:00 Hina Trip～ひなとりつぐ～ #13 10:15 う・ら・ら(群馬版)#28
10:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
11:00 う・ら・ら(栃木版)#674	11:00 ジェニファーとえいごではなそ！ #25・#26	11:00 お花ダイスキ！ #13	11:00 HYPER DASH基地#187・188	11:00 企業のチカラ(NCT) #70	11:00 劇場映画予告編#406	11:00 仙台発！地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #178
11:15 う・ら・ら(茨城版)#245	11:15 う・ら・ら(群馬版)#28【初回】	11:15 ジェニファーとえいごではなそ！ #25・#26	11:15 企業のチカラ(ICC) #5		11:15 HYPER DASH基地#187・188	
11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection
13:00 チャンネル700オリジナル英会話アーカイブス(JCC GIRLS おたすけ英会話)	13:00 チャンネル700オリジナル英会話アーカイブス(井手ちゃん英会話)	13:00 チャンネル700オリジナル英会話アーカイブス(Menkoiガールズ英語で格言①)	13:00 チャンネル700オリジナル英会話アーカイブス(Menkoiガールズ英語で格言②)	13:00 チャンネル700オリジナル英会話アーカイブス(JCC GIRLS おたすけ英会話)	13:00 たべものがたり 元木食堂Season2#1#2	13:00 たべものがたり 元木食堂Season2#1#2
13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
14:00 ダムダムおじさんお宝探検隊 #83【初回】	14:00 素でどうでしょう#87	14:00 すゑひろがりずのあっぱれふるさと珍道中(道の駅やちよ) #34	14:00 沖縄よんなな「街歩き こんにちは！ペンビーです。」 #121【初回】	14:00 Kochi on TV！ #491【初回】	14:00 たべものがたり 元木食堂Season1 一挙放送 (#1#8)	14:00 笑福亭べ瓶のイドバタツ！～宇都宮～ #4
14:30 絶景滝見物 落差1000RE#42【初回】	14:30 地域を元気に！無茶さんほ#68	14:30 Hina Trip～ひなとりつぐ～ #13 14:45 京見新々～きょうみんしん～#35(再放送)	14:30 ハンモンジャーの面白歴史図鑑～歴史を彩る武将達の知られざる生きざま～ #1			14:30 いいやま雪まつり
15:00 激闘！第48回全日本オセロ選手権(再放送)	15:00 KART on TV #10	15:00 笑福亭べ瓶のイドバタツ！～宇都宮～ #4	15:00 燦旅道中記#73【初回】	15:00 あまくま歩人#259【初回】		
15:30 劇場映画予告編#406【初回】	15:30 時をかけるアメマ！寛平さんほ#13	15:30 信越トライウォーク #464【初回】	15:30 レッツゴー！まっちゃん #156			
15:45 神保シェフと茨城をたべようSEASON9 #7						
16:00 街ナカ情報発信！てけてけおじゃマップ#98	16:00 あらぶんちよ散歩#96	16:00 長野県ご当地○○対決！ #49	16:00 ぶらたま#12	16:00 う・ら・ら(栃木版)#675【初回】 16:15 う・ら・ら(茨城版)#246【初回】	16:00 KART on TV #10	16:00 SL日和#6(再放送)
16:30 ベイ！ちゃんの潮風キッチン！ #5	16:30 第60回全日本書初め大展覧会		16:30 ぼたぼたむーぶ #13	16:30 E3探検隊2！小諸ふるさと遺産めぐり#1	16:30 増刊！ハトル☆メン #2	16:30 女子プロレス超嬢血戦 #1
17:00 神保町歌謡POPS倶楽部#24	17:00 気仙沼めつけ #50(再放送) 17:15 HYPER DASH基地#187・188【初回】	17:00 SL日和#5(再放送)	17:00 東京ホテイソンの発掘！ほっけえもん #7	17:00 東京WORLDぐるぐるぐるめ #3(再放送) 17:15 う・ら・ら(群馬版) #28	17:00 熱弁！ヤマコウの場外乱トーク #1	17:00 真弓 & 勝成のExpert GOLF #13(松山進次郎①)
17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
18:00 釣りバカZ#73	18:00 増刊！ハトル☆メン #2【初回】	18:00 チキチキジョニーの拝見！ほっこり一品 #9【初回】	18:00 神保町歌謡POPS倶楽部#24	18:00 列車で旅する歌謡曲～TRAIN and RAILWAY MUSIC #1	18:00 ZERO1アーカイブス #1	18:00 燦旅道中記#73
18:30 ワイワイ釣り三昧#72	18:30 東京ホテイソンの発掘！ほっけえもん #7 18:45 気仙沼めつけ #50(再放送)	18:30 劇場映画予告編#406 18:45 俺たちスイーツ部 #13	18:30 ジェニファーとえいごではなそ！ #25・#26 18:45 俺たちスイーツ部 #13			18:30 すゑひろがりずのあっぱれふるさと珍道中(道の駅やちよ) #34
19:00 トラウトギャラリー 2019年中禅寺湖解禁	19:00 あまくま歩人#258	19:00 Kochi on TV！ #490	19:00 ダムダムおじさんお宝探検隊 #83	19:00 神保町歌謡POPS倶楽部#24	19:00 第61回なまはげ栄灯まつりダイジェスト	19:00 令和ロマンの街話#4
20:00 ～音楽ヒーロー・ヒロイン～ 奏デンジャーⅢ #7 #8【初回】	20:00 ～音楽ヒーロー・ヒロイン～ 奏デンジャーⅢ #7 #8	20:00 ～音楽ヒーロー・ヒロイン～ 奏デンジャーⅢ #7 #8	20:00 列車で旅する歌謡曲～TRAIN and RAILWAY MUSIC #1	20:00 笑福亭べ瓶「ベベコレ東京2023」前編(再放送)	20:00 たべものがたり 元木食堂Season2#1#2	20:00 恋する鳥羽 season 3 #7#8
20:30 THE RAMPEGE+THE RAMPEGE#1	20:30 THE RAMPEGE+THE RAMPEGE#2【初回】	20:30 THE RAMPEGE+THE RAMPEGE#2			20:30 女子プロレス超嬢血戦 #1	20:30 増刊！ハトル☆メン #2
21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#28	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#29	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#30	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#31	21:00 怪談好きが集まるBAR REQUIEM 第75章 #4	21:00 激闘！第48回全日本オセロ選手権(再放送)	21:00 2024 Toyota AFL Premiership Season-オーストラリアンフットボール 2024シーズン-
21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#35	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#36	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#37	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#38			
21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#9	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#10	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#11	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#12			
21:45 つばたdeサイエンスSeason6 #1	21:45 これが未来の新常識！教えてスタートアップ！ #15 #16	21:45 つばたdeサイエンスSeason6 #1	21:45 これが未来の新常識！教えてスタートアップ！ #15 #16			21:30 ベイ！ちゃんの潮風キッチン！ #5
22:00 松下昇平のお～のみキャンプ #13#14	22:00 松下昇平のお～のみキャンプ #15#16	22:00 松下昇平のお～のみキャンプ #17#18	22:00 あまくま歩人#258	22:00 長野県ご当地○○対決！ #49	22:00 俺たちスイーツ部 #13 22:15 夜の街情報番組 イチゲンさんどうでしょう#60 22:30 地域を元気に！無茶さんほ#68	
23:00 夜の街情報番組 イチゲンさんどうでしょう#60 23:15 京見新々～きょうみんしん～#35(再放送)	23:00 出雲のほそ道#61	23:00 真弓 & 勝成のExpert GOLF #13(松山進次郎①)	23:00 KART on TV #10	23:00 熱弁！ヤマコウの場外乱トーク #1	23:00 仙台発！地域密着・音楽情報番組 BONBON-TV #178	
23:30 レッツゴー！まっちゃん #156	23:30 八局麻雀2 #1	23:30 燦旅道中記#72	23:30 笑福亭べ瓶のイドバタツ！～宇都宮～ #4	23:30 ぶらたま#12	23:30 信越トライウォーク #464	23:30 企業のチカラ(NCT) #70
0:00 沖縄よんなな「街歩き こんにちは！ペンビーです。」 #120		0:00 あらぶんちよ散歩#96	0:00 絶景滝見物 落差1000RE#42	0:00 美女たちの密談 モテるの法則X シーズン2 #2	0:00 怪談好きが集まるBAR REQUIEM 第75章 #4	0:00 長野県ご当地○○対決！ #49
0:30 燦旅道中記#72	0:30 素でどうでしょう#87	0:30 街ナカ情報発信！てけてけおじゃマップ#98				
1:00 TV5MONDE(ドキュメンタリー)[字幕]	1:00 TV5MONDE(ドキュメンタリー)[字幕]	1:00 TV5MONDE(ドキュメンタリー)[字幕]	1:00 TV5MONDE(ドキュメンタリー)[字幕]	1:00 TV5MONDE(ドキュメンタリー)[字幕]	1:00 Kochi on TV！ #491	1:00 笑福亭べ瓶「ベベコレ東京2023」前編(再放送)
2:00 Kochi on TV！ #490	2:00 ZERO1アーカイブス #1	2:00 美女たちの密談 モテるの法則X シーズン2 #2【初回】	2:00 怪談好きが集まるBAR REQUIEM 第75章 #4【初回】	2:00 あまくま歩人#259	2:00 東京いろもの演芸劇場#2(再放送)	2:00 八局麻雀2 #1
3:00 ABC Australia	3:00 ABC Australia	3:00 癒されたい美女たち #2【初回】	3:00 ABC Australia	3:00 癒されたい美女たち #2	3:00 美女たちの密談 モテるの法則X シーズン2 #2	
						3:30 信越トライウォーク #464
4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止	4:00 放送休止
4:30 みんなのテレビ#97	4:30 沖縄よんなな「街歩き こんにちは！ペンビーです。」 #120	4:30 絶景滝見物 落差1000RE#42	4:30 チキチキジョニーの拝見！ほっこり一品 #9	4:30 出雲のほそ道#61	4:30 ダムダムおじさんお宝探検隊 #83	4:30 時をかけるアメマ！寛平さんほ #13

4月第4週	
4月29日 月	4月30日 火
5:00 Cook!AYT 朝に野菜を食べよう#15	5:00 ぼたぼたむーぶ#13
5:15 原田侑子の 風と気ままに#60	
5:30 体操でおうち時間#3(再放送)	5:30 体操でおうち時間#4(再放送)
5:45 手話で話そう#571・#572	5:45 お花ダイスキ! #13
6:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#36	6:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#37
6:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#3	6:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#4
6:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#17	6:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#18
6:45 みさお体操 with JCC GIRLS#9(再放送)	6:45 みさお体操 with JCC GIRLS#10(再放送)
7:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組	7:00 お役立ち生活情報もしくはその他番組
7:30 桐原冬夜の生録大自然の旅4～信越自然郷の一年を遡る～ #5	7:30 伊勢 美し国から#37
7:45 宮坂七郎のいいとこ巡り#32	7:45 八百万の神#36
8:00 とんと昔があっただけな2第17話・第18話	8:00 とんと昔があっただけな2第19話・第20話
8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	8:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
9:00 企業のチカラ(ICC) #5	9:00 神保シェフと茨城をたべようSEASON9 #7
9:15 お役立ち生活情報もしくはその他番組	9:15 お役立ち生活情報もしくはその他番組
9:45 四万十うおっちゃん#678	9:45 う・ら・ら(栃木版)#676
10:00 E3探検隊2! 小諸ふるさと遺産めぐり#1	10:00 激闘! 第43期オセロ名人戦(再放送)
10:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	10:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
11:00 う・ら・ら(栃木版)#676	11:00 ジェニファーとえいごではなそ! #25・#26
11:15 う・ら・ら(茨城版)#247	11:15 う・ら・ら(群馬版)#30【初回】
11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	11:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection	12:00 ミュージック・ジャパンTV ティータイム Collection
13:00 チャンネル700オリジナル英会話アーカイブス (Menkoiガールズ英語で格言①)	13:00 チャンネル700オリジナル英会話アーカイブス (Menkoiガールズ英語で格言②)
13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	13:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
14:00 ダムダムおじさんお宝探検隊 #83	14:00 素でどうでしょう#87
14:30 絶景滝見物 落差1000RE#42	14:30 地域を元気に! 無茶さんぼ#68
15:00 激闘! 第43期オセロ名人戦(再放送)	15:00 KART on TV #10
15:30 劇場映画予告編#406	15:30 時をかけるアメマ! 寛平さんぼ#13
15:45 神保シェフと茨城をたべようSEASON9 #7	
16:00 街ナカ情報発信! てけてけおじゃマップ#98	16:00 あらぶんちよ散歩#96
16:30 ベイ! ちゃんの潮風キッチン! #5	16:30 第60回全日本書初め大展覧会
17:00 神保町歌謡POPS倶楽部#24	17:00 気仙沼めつけ#50(再放送)
	17:15 HYPER DASH基地#187・188
17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組	17:30 お役立ち生活情報もしくはその他番組
18:00 釣りバカZ#73	18:00 増刊! バトル☆メン#2
18:30 ワイワイ釣り三昧#72	18:30 東京ホテイソンの発掘! ほっけえもん#7
19:00 トラウトギャラリー 2019年中禅寺湖解禁	19:00 あまくま歩人#260
20:00 ～音楽ヒーロー・ヒロイン～ 奏デンジャーⅢ #7#8	20:00 ～音楽ヒーロー・ヒロイン～ 奏デンジャーⅢ #7#8
20:30 THE RAMPEGE+THE RAMPEGE #2	20:30 THE RAMPEGE+THE RAMPEGE #2
21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#36	21:00 ケーブルテレビ熱血教室～中1数学～#37
21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#3	21:15 ケーブルテレビ熱血教室～中2数学～#4
21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#17	21:30 ケーブルテレビ熱血教室～中3数学～#18
21:45 つばたdeサイエンスSeason6 #1	21:45 これが未来の新常識! 教えてスタートアップ! #15 #16
22:00 松下昇平のお～のみキャンプ#24#25	22:00 松下昇平のお～のみキャンプ#24#25
23:00 夜の街情報番組 イチゲンさんどうでしょう#60	23:00 出雲のほそ道#61
23:15 京見新々～きょうみんしん～#35(再放送)	
23:30 レッツゴー! まちっぶちゃん #156	23:30 八局麻雀2#1
0:00 沖繩よんな”街歩き こんには! ベンビーです。 #121	
0:30 爆旅道中記#73	
1:00 TV5MONDE (ドキュメンタリー)【字幕】	1:00 TV5MONDE (ドキュメンタリー)【字幕】
2:00 Kochi on TV! #492	2:00 ZERO1アーカイブス#1
3:00 ABC Australia	3:00 ABC Australia
4:00 放送休止	4:00 放送休止
4:30 みんなのテレビ#97	4:30 沖繩よんな”街歩き こんには! ベンビーです。 #121