

日	月	火	水	木	金	土	日
3							00 あさ天一番! 報道 05 テレビショッピング 通販
4							24 あさ天一番! 報道 29 テレビショッピング 通販 35 テレビショッピング 通販
5							05 ふれあいテレビ信州 その他 15 それいけ!アンパンマン 教育 娯楽 45 しまじろうのわお! 教育 娯楽
6							15 NNNニュース・サタデー 報道 教育 娯楽 30 遠くへ行きたい 教育 娯楽
7							00 所さんの目がテン! 教育 30 シュイチ 報道 教育 娯楽
8							00 ウェークアップ 報道 教育 娯楽 25 ありえへん00世界 教育 娯楽
9							25 ニノさん 娯楽
10							25 マイチャン。テレポルト その他 30 テレビショッピング 通販 30 テレビショッピング 通販
11							25 NNN・TSB ストレイトニュース 報道 30 NNN・TSB ストレイトニュース 報道 教育 娯楽 40 医師会だより 教育 40 テレビショッピング 通販
12							50 マイチャン。テレポルト その他 55 開運!なんでも鑑定団 教育 娯楽
13							25 グット!地球便 教育 娯楽 30 遠く離れた大切な人へ 教育 娯楽
14							30 開運!なんでも鑑定団 教育 娯楽 30 土曜スペシャル 教育 娯楽
15							00 日曜スペシャル 教育 娯楽
16							25 ナゼそこ? 教育 娯楽
17							25 天気予報 報道 30 ラブオールプレー 娯楽 00 名探偵コナン 娯楽 30 満天☆青空レストラン 娯楽
18							00 真相報道 ハンギンヤ! 報道 教育 娯楽 55 博士は今日も頑張る 人生が楽しくなる最新テクノロジー 教育 娯楽
19							00 有吉ゼミ 娯楽 00 ヒューマンゲムメンタリー オモウマイ店 娯楽 00 有吉の壁 娯楽 00 THE突破ファイル 娯楽 00 クイズ!あなたは小学5年生より賢いの? 教育 娯楽 00 嗚呼・みんなの動物園 教育 娯楽
20							00 世界まる見え!テレビ特捜部 教育 娯楽 00 踊る!さんま御殿!! 娯楽 00 1億人の大質問!? 笑ってコラえて! 教育 娯楽 00 ぐるぐるナインティナイン 娯楽 54 TSBニュース・天気 報道 56 沸騰ワード10 娯楽 56 世界一受けたい授業 教育 娯楽 58 世界の果てまでイッテQ! 教育 娯楽
21							00 しゃべくり007 娯楽 00 ザ!世界仰天ニュース 娯楽 00 上田と女が吠える夜 娯楽 00 秘密のケンミンSHOW 娯楽 00 金曜ロードショー 娯楽 00 1億3000万人のSHOWチャンネル 娯楽 00 行列のできる相談所 娯楽
22							54 天気予報 報道 00 月曜から夜ふかし 娯楽 00 スポーツ ジェネレーション 報道 娯楽 00 一撃解明バラエティ ひと目でわかる・ 教育 娯楽 00 悪女(わる) ~働くのがカッコ悪いなんて誰が言った?~ 娯楽 00 ダウンタウンDX 娯楽 54 天気予報 報道 00 バンドラの果実 ~科学犯罪捜査ファイル~ 娯楽 00 おしゃれクリップ 娯楽 30 金田一少年の事件簿 娯楽
23							00 news zero 報道 教育 娯楽 00 MUSIC BLOOD 報道 教育 娯楽 30 news zero 報道 教育 娯楽 00 マッコ会議 娯楽 25 ダウンタウンのガキの使いやあらへんで! 報道 教育 娯楽 55 Going! Sports&News 娯楽 55 Going! Sports&News 娯楽
24							59 午前0時の森 娯楽 59 午前0時の森 娯楽 59 それって・実際どうなの課 娯楽 59 木曜ドラマ「探偵が早すぎる ~春のトリック返し祭り~」 娯楽 54 ネクフラ その他 55 マイチャン。テレポルト その他 55 NNNドキュメント'22 報道 教育 娯楽
25							59 オードリーさん、ぜひ会ってほしい人がいるんです。 娯楽 59 浜ちゃんが! 娯楽 59 にけつ!! 娯楽 59 素敵にコンシェルジュ 娯楽 14 東野・岡村の旅猿21 娯楽 29 テレビショッピング 通販 29 二軒目どうする? ~ツマミのハナシ~ 教育 娯楽 29 太田上田 娯楽 44 転生したらスライムだった件 娯楽 59 テレビショッピング 通販 00 テレビショッピング 通販 00 テレビショッピング 通販
26							04 お天気最終版 報道 29 お天気最終版 報道 34 お天気最終版 報道 14 ポウリング革命 P★LEAGUE 娯楽 29 テレビショッピング 通販 30 テレビショッピング 通販 30 テレビショッピング 通販 35 お天気最終版 報道
27							59 お天気最終版 報道 04 お天気最終版 報道