



| | 31 [土] | 1 [日] | 2 [月] | 3 [火] | 4 [水] | 5 [木] | 6 [金] | |
|-----------|--|--|--|---------------------------------|--|--|-----------------------------------|--|
| 6 | 6:00-6:20 へそっこニュース | 6:00-6:20 へそっこニュース | 6:00-6:20 へそっこニュース | 6:00-6:20 へそっこニュース | 6:00-6:20 へそっこニュース | 6:00-6:20 へそっこニュース | 6:00-6:20 へそっこニュース | |
| 7 | 6:30-6:50 日常の風景の中で | 6:30-6:50 日常の風景の中で | 6:30-6:50 日常の風景の中で | 6:30-6:50 日常の風景の中で | 6:30-6:50 日常の風景の中で | 6:30-6:50 日常の風景の中で | 6:30-6:50 日常の風景の中で | |
| 8 | 7:00-7:20 へそっこニュース | 7:00-7:20 へそっこニュース | 7:00-7:20 へそっこニュース | 7:00-7:20 四国まんなかニュース | 7:00-7:20 へそっこニュース | 7:00-7:20 四国まんなかニュース | 7:00-7:20 消費者トラブル寸劇 | |
| 9 | 7:30-7:50 阿波踊り体操 | 7:30-7:50 阿波踊り体操 | 7:30-7:50 阿波踊り体操 | 7:30-7:50 阿波踊り体操 | 7:30-7:50 阿波踊り体操 | 7:30-7:50 阿波踊り体操 | 7:30-7:50 阿波踊り体操 | |
| 10 | 8:00-8:20 へそっこニュース | 8:00-8:20 消費者トラブル寸劇 | 8:00-8:20 四国まんなかニュース | 8:00-8:20 へそっこニュース | 8:00-8:20 四国まんなかニュース | 8:00-8:20 たかまつハッピーデイズ | 8:00-8:20 WAKUWAKU ステーション | |
| 11 | 8:30-8:50 阿波踊り体操 | 8:30-8:50 阿波踊り体操 | 8:30-8:50 阿波踊り体操 | 8:30-8:50 阿波踊り体操 | 8:30-8:50 阿波踊り体操 | 8:30-8:50 阿波踊り体操 | 8:30-8:50 阿波踊り体操 | |
| 12 | 9:00-9:20 へそっこニュース | 9:00-9:20 シネマ☆クロス | 9:00-9:20 へそっこニュース | 9:00-9:45 fish! おふ | 9:00-9:20 消費者トラブル寸劇 | 9:00-9:59 Kochi on TV ! | 9:00-9:20 四国まんなかニュース | |
| 13 | 9:30-9:50 日常の風景の中で | 9:30-9:50 日常の風景の中で | 9:30-9:50 我ら海遊人 | 10:00-10:50 介護予防体操 | 9:30-9:50 日常の風景の中で | 10:00-10:50 介護予防体操 | 9:30-9:50 我ら海遊人 | |
| 14 | 10:00-10:50 介護予防体操 | 10:00-10:50 介護予防体操 | 10:00-17:00 三好市議会 議会（開会）議案説明 | 10:00-10:50 介護予防体操 | 10:00-10:50 介護予防体操 | 10:00-10:50 介護予防体操 | 10:00-17:00 三好市議会 決算審査特別委員会 | |
| 15 | 11:00-11:20 行ってみ四い国 | 11:00-11:20 Happy Birthday/ 旬感! あわだより | 17:00-17:20 シネマ☆クロス | 11:00-11:20 行ってみ四い国 | 11:00-11:20 輝け! 徳島「わくわくトーク」 | 11:00-11:20 今日は釣り吉 | 17:00-17:59 Kochi on TV ! | |
| 16 | 11:30-11:50 輝け! 徳島「わくわくトーク」 | 11:30-11:50 おいしいお店いただきま〜す | | 11:30-11:50 輝け! 徳島「わくわくトーク」 | 11:30-11:50 インフォメーション | 11:30-11:50 Happy Birthday/ 旬感! あわだより | | 11:30-11:50 Happy Birthday/ 旬感! あわだより |
| 17 | 12:00-12:20 へそっこニュース | 12:00-12:20 へそっこニュース | | 12:00-12:20 へそっこニュース | 12:00-12:20 へそっこニュース | 12:00-12:20 へそっこニュース | | 12:00-12:20 へそっこニュース |
| 18 | 12:30-12:50 日常の風景の中で | 12:30-12:50 へそスポ 総集編 | | 12:30-12:50 日常の風景の中で | 12:30-12:50 日常の風景の中で | 12:30-12:50 おいしいお店いただきま〜す | | 12:30-12:50 WAKUWAKU ステーション |
| 19 | 13:00-14:00 阿波の国 新冒険記 | 13:00-13:20 輝け! 徳島「わくわくトーク」 | | 13:30-13:50 行ってみ四い国 | 13:00-13:20 インフォメーション | 13:00-13:20 へそスポ 総集編 | | 13:00-13:20 インフォメーション |
| 20 | 14:00-15:00 第2 1回須崎市 ドラゴンカヌー大会 | 14:00-14:20 へそっこニュース | | 14:30-14:50 日常の風景の中で | 13:30-13:50 Happy Birthday/ 旬感! あわだより | 13:30-13:50 Happy Birthday/ 旬感! あわだより | | 13:30-13:50 輝け! 徳島「わくわくトーク」 |
| 21 | 15:00-15:20 へそっこニュース | 15:00-15:20 へそっこニュース | | 15:00-15:20 へそっこニュース | 14:00-14:20 消費者トラブル寸劇 | 14:00-14:20 へそっこニュース | | 14:00-14:20 へそっこニュース |
| 22 | 15:30-15:50 阿波踊り体操 | 15:30-15:50 阿波踊り体操 | | 15:30-15:50 阿波踊り体操 | 14:30-14:50 日常の風景の中で | 14:30-14:50 日常の風景の中で | | 14:30-14:50 日常の風景の中で |
| 23 | 16:00-16:20 行ってみ四い国 | 16:00-16:20 我ら海遊人 | | 16:00-16:59 Kochi on TV ! | 15:00-15:20 へそっこニュース | 15:00-15:20 へそっこニュース | | 15:00-15:20 四国まんなかニュース |
| 24 | 16:30-16:50 我ら海遊人 | 16:30-16:50 WAKUWAKU ステーション | | 17:00-17:20 シネマ☆クロス | 15:30-15:50 阿波踊り体操 | 15:30-15:50 阿波踊り体操 | | 15:30-15:50 阿波踊り体操 |
| 25 | 17:00-17:20 WAKUWAKU ステーション | 17:00-17:20 Go ! Go ! ヴォルティス | 17:30-17:50 Go ! Go ! ヴォルティス | 16:00-16:20 行ってみ四い国 | 16:00-16:20 行ってみ四い国 | 16:00-16:20 Go ! Go ! ヴォルティス | | |
| 26 | 17:30-17:50 Go ! Go ! ヴォルティス | 17:30-17:50 行ってみ四い国 | 17:30-17:50 Go ! Go ! ヴォルティス | 16:30-16:50 我ら海遊人 | 16:30-16:50 我ら海遊人 | 16:30-16:50 我ら海遊人 | | |
| 27 | 18:00-18:20 へそっこニュース | 18:00-18:20 へそっこニュース | 18:00-18:20 へそっこニュース | 17:00-17:20 多度津クエスト | 17:00-17:20 たかまつハッピーデイズ | 17:00-17:20 おいしいお店いただきま〜す | | |
| 28 | 18:30-18:50 日常の風景の中で | 18:30-18:50 日常の風景の中で | 18:30-18:50 WAKUWAKU ステーション | 17:30-17:50 消費者トラブル寸劇 | 17:30-17:50 多度津クエスト | 17:30-17:50 行ってみ四い国 | | |
| 29 | 19:00-19:20 へそっこニュース | 19:00-20:00 第2 1回須崎市 ドラゴンカヌー大会 | 19:00-19:20 Happy Birthday/ 旬感! あわだより | 18:00-18:20 へそっこニュース | 18:00-18:20 へそっこニュース | 18:00-18:20 へそっこニュース | | |
| 30 | 19:30-19:50 日常の風景の中で | 20:00-20:20 へそっこニュース | 19:30-19:50 へそスポ 総集編 | 18:30-18:50 日常の風景の中で | 18:30-18:50 日常の風景の中で | 18:30-18:50 日常の風景の中で | | |
| 31 | 20:00-20:20 へそっこニュース | 20:30-20:50 Happy Birthday/ 旬感! あわだより | 20:00-20:20 へそっこニュース | 19:00-19:20 たかまつハッピーデイズ | 19:00-19:59 Kochi on TV ! | 19:00-19:20 多度津クエスト | | |
| 1 | 20:30-20:50 日常の風景の中で | 21:00-23:00 熱踊! よさこい2019 (1日目) | 20:30-20:50 日常の風景の中で | 19:30-19:50 おいしいお店いただきま〜す | 20:00-20:20 第2 1回須崎市 ドラゴンカヌー大会 | 19:30-19:50 Happy Birthday/ 旬感! あわだより | | |
| 2 | 21:00-23:00 熱踊! よさこい2019 (2日目) | 21:00-23:00 熱踊! よさこい2019 (2日目) | 21:00-23:00 第2 2回今治市民のまつり 「おんまく」ダイジェスト | 20:00-20:20 インフォメーション | 20:30-20:50 四国まんなかニュース | 20:00-20:20 たかまつハッピーデイズ | | |
| 3 | 21:30-21:50 Happy Birthday/ 旬感! あわだより | 21:30-21:50 日常の風景の中で | 21:00-21:20 へそスポ 総集編 | 20:30-20:50 四国まんなかニュース | 21:00-21:20 へそっこニュース | 20:30-20:50 おいしいお店いただきま〜す | | |
| 4 | 22:00-22:20 WAKUWAKU ステーション | 22:00-22:45 fish! おふ | 21:30-21:50 Happy Birthday/ 旬感! あわだより | 21:00-21:20 へそっこニュース | 21:30-21:50 日常の風景の中で | 21:00-21:20 WAKUWAKU ステーション | | |
| 5 | 22:30-22:50 Go! Go! ヴォルティス | 22:30-22:50 日常の風景の中で | 22:00-22:20 WAKUWAKU ステーション | 21:30-21:50 日常の風景の中で | 22:00-22:45 fish! おふ | 21:30-21:50 四国まんなかニュース | | |
| 6 | 23:00-23:20 今日は釣り吉 | 23:00-23:20 多度津クエスト | 22:30-22:50 Go! Go! ヴォルティス | 22:00-22:20 fish! おふ | 23:00-23:20 行ってみ四い国 | 22:00-22:20 今日は釣り吉 | | |
| 7 | 23:30-23:50 日常の風景の中で | 23:30-23:50 四国まんなかニュース | 23:00-23:20 今日は釣り吉 | 22:30-22:50 Go! Go! ヴォルティス | 23:30-23:50 Go ! Go ! ヴォルティス | 22:30-22:50 Go ! Go ! ヴォルティス | | |
| 8 | 24:00-24:20 へそっこニュース | 24:00-24:20 へそっこニュース | 23:30-23:50 日常の風景の中で | 23:00-23:20 行ってみ四い国 | 23:30-23:50 たかまつハッピーデイズ | 23:00-23:20 多度津クエスト | | |
| 9 | 24:30-24:50 へそっこニュース | 24:30-24:50 へそっこニュース | 24:00-24:20 へそっこニュース | 23:30-23:50 Go ! Go ! ヴォルティス | 24:00-24:20 へそっこニュース | 23:30-23:50 四国まんなかニュース | | |
| 10 | 25:00- 放送休止 | 25:00- 放送休止 | 24:30-24:50 へそっこニュース | 24:00-24:20 へそっこニュース | 24:30-24:50 へそっこニュース | 24:00-24:20 へそっこニュース | | |
| 11 | | | 25:00- 放送休止 | 24:30-24:50 へそっこニュース | 25:00- 放送休止 | 24:30-24:50 へそっこニュース | | |
| 12 | | | | 25:00- 放送休止 | 25:00- 放送休止 | 25:00- 放送休止 | | |