



	23[土]	24[日]	25[月]	26[火]	27[水]	28[木]	29[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 / みよしの四季を詠う	6:30-6:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	6:30-6:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	6:30-6:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	6:30-6:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	6:30-6:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	6:30-6:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う
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 エンジョイあすたむ
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 エンジョイあすたむ	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 / テイクアウト情報
11	8:30-8:50 阿波踊り体操 / 正しい手の洗い方	8:30-8:50 阿波踊り体操 / 正しい手の洗い方	8:30-8:50 阿波踊り体操 / 正しい手の洗い方	8:30-8:50 阿波踊り体操 / 正しい手の洗い方	8:30-8:50 阿波踊り体操 / 正しい手の洗い方	8:30-8:50 阿波踊り体操 / 正しい手の洗い方	8:30-8:50 阿波踊り体操 / 正しい手の洗い方
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 輝け！徳島「わくわくトーク」	9:00-9:45 fish! おふ	9:00-9:20 エンジョイあすたむ	9:00-9:20 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 / みよしの四季を詠う	9:30-9:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	9:30-9:50 我ら海遊人	10:00-10:40 介護予防体操	9:30-9:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	10:00-10:40 介護予防体操	9:30-9:50 我ら海遊人
14	10:00-10:40 介護予防体操	10:00-10:40 介護予防体操	10:00-10:40 介護予防体操	10:00-10:40 介護予防体操	10:00-10:40 介護予防体操	10:00-10:40 介護予防体操	10:00-10:40 介護予防体操
15	10:40-11:00 定額給付金の特殊詐欺について	10:40-11:00 定額給付金の特殊詐欺について	10:40-11:00 定額給付金の特殊詐欺について	10:40-11:00 定額給付金の特殊詐欺について	10:40-11:00 定額給付金の特殊詐欺について	10:40-11:00 定額給付金の特殊詐欺について	10:40-11:00 定額給付金の特殊詐欺について
16	11:00-11:20 ごっつおう！やまびこキッチン	11:00-11:20 えかとか4～四国サイクル！ 激アツリズム～	11:00-11:20 おいしいお店いただきま～す / テイクアウト情報	11:00-11:20 ごっつおう！やまびこキッチン	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	11:00-11:20 シネマ☆クロス
17	11:30-11:50 輝け！徳島「わくわくトーク」	12:00-12:20 へそっこニュース	11:30-11:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	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/ 句感あわだより	11:30-11:50 おいしいお店いただきま～す / テイクアウト情報
18	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	12:00-12:20 へそっこニュース
19	12:30-12:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	12:30-12:50 RIDE 音 MUSIC	12:30-12:50 Happy Birthday/ 句感あわだより	12:30-12:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	12:30-12:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	12:30-12:50 WAKUWAKU ステーション / テイクアウト情報	12:30-12:50 輝け！徳島「わくわくトーク」
20	13:00-13:20 知っ得 総集編	13:00-13:20 輝け！徳島「わくわくトーク」	13:00-13:20 多度津クエスト / テイクアウト情報	13:00-13:20 インフォメーション	13:00-13:20 知っ得 総集編	13:00-13:20 インフォメーション	13:00-13:20 RIDE 音 MUSIC
21	13:30-13:50 Happy Birthday/ 句感！あわだより	13:30-13:50 ごっつおう！やまびこキッチン	13:30-13:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	13:30-13:50 Happy Birthday/ 句感！あわだより	13:30-13:50 Happy Birthday/ 句感！あわだより	13:30-13:50 Happy Birthday/ 句感！あわだより	13:30-13:50 Happy Birthday/ 句感！あわだより
22	14:00-14:30 へそっこニュース	14:00-14:30 へそっこニュース	14:00-15:00 いきいき百歳体操	14:00-15:00 いきいき百歳体操	14:00-15:00 いきいき百歳体操	14:00-15:00 いきいき百歳体操	14:00-15:00 いきいき百歳体操
23	14:30-15:00 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	14:30-15:00 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	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	15:00-15:20 へそっこニュース	15:00-15:20 へそっこニュース
24	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	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	15:00-15:20 たかまつハッピーデイズ
25	15:30-15:50 阿波踊り体操 / 正しい手の洗い方	15:30-15:50 阿波踊り体操 / 正しい手の洗い方	15:30-15:50 阿波踊り体操 / 正しい手の洗い方	15:30-15:50 阿波踊り体操 / 正しい手の洗い方	15:30-15:50 阿波踊り体操 / 正しい手の洗い方	15:30-15:50 阿波踊り体操 / 正しい手の洗い方	15:30-15:50 阿波踊り体操 / 正しい手の洗い方
26	16:00-16:20 ごっつおう！やまびこキッチン	16:00-16:20 我ら海遊人	16:00-16:20 へそっこニュース	16:00-16:20 Kochi on TV	16:00-16:20 ごっつおう！やまびこキッチン	16:00-16:20 Go！Go！ヴォルティス / テイクアウト情報	16:00-16:20 エンジョイあすたむ
27	16:30-16:50 我ら海遊人	16:30-16:50 WAKUWAKU ステーション / テイクアウト情報	16:30-16:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	16:30-16:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	16:30-16:50 我ら海遊人	16:30-16:50 我ら海遊人	16:30-16:50 Go！Go！ヴォルティス / テイクアウト情報
28	17:00-17:20 WAKUWAKU ステーション / テイクアウト情報	17:00-17:20 Go！Go！ヴォルティス / テイクアウト情報	17:00-17:20 シネマ☆クロス	17:00-17:20 多度津クエスト / テイクアウト情報	17:00-17:20 多度津クエスト / テイクアウト情報	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 / テイクアウト情報
29	17:30-17:50 Go！Go！ヴォルティス / テイクアウト情報	17:30-17:50 ごっつおう！やまびこキッチン	17:30-17:50 Go！Go！ヴォルティス / テイクアウト情報	17:30-17:50 エンジョイあすたむ	17:30-17:50 多度津クエスト / テイクアウト情報	17:30-17:50 ごっつおう！やまびこキッチン	17:30-17:50 Kochi on TV
30	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	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	18:00-18:20 へそっこニュース
31	18:30-18:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	18:30-18:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	18:30-18:50 WAKUWAKU ステーション / テイクアウト情報	18:30-18:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	18:30-18:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	18:30-18:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	18:30-18:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う
32	19:00-19:20 へそっこニュース	19:00-19:20 インフォメーション	19:00-19:20 Happy Birthday/ 句感！あわだより	19:00-19:20 たかまつハッピーデイズ	19:00-19:20 Kochi on TV	19:00-19:20 多度津クエスト / テイクアウト情報	19:00-19:20 えかとか4～四国サイクル！ 激アツリズム～
33	19:30-19:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	19:30-19:50 多度津クエスト / テイクアウト情報	19:30-19:50 知っ得 総集編	19:30-19:50 おいしいお店いただきま～す / テイクアウト情報	20:00-20:20 多度津クエスト / テイクアウト情報	20:00-20:20 たかまつハッピーデイズ	20:00-20:20 へそっこニュース
34	20:00-20:20 へそっこニュース	20:00-20:20 へそっこニュース	20:00-20:20 へそっこニュース	20:00-20:20 インフォメーション	20:00-20:20 多度津クエスト / テイクアウト情報	20:00-20:20 多度津クエスト / テイクアウト情報	20:00-20:20 へそっこニュース
35	20:30-20:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	20:30-20:50 Happy Birthday/ 句感！あわだより	20:30-20:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	20:30-20:50 四国まんなかニュース	20:30-20:50 Happy Birthday/ 句感！あわだより	20:30-20:50 Happy Birthday/ 句感！あわだより	20:30-20:50 Happy Birthday/ 句感！あわだより
36	21:00-21:20 RIDE 音 MUSIC	21:00-21:20 へそっこニュース	21:00-21:20 へそっこニュース	21:00-21:20 RIDE 音 MUSIC	21:00-21:20 へそっこニュース	21:00-21:20 WAKUWAKU ステーション / テイクアウト情報	21:00-21:20 多度津クエスト / テイクアウト情報
37	21:30-21:50 Happy Birthday/ 句感！あわだより	21:30-21:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	21:30-21:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	21:30-21:50 Happy Birthday/ 句感！あわだより	21:30-21:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	21:30-21:50 四国まんなかニュース	21:30-21:50 WAKUWAKU ステーション / テイクアウト情報
38	22:00-22:20 えかとか4～四国サイクル！ 激アツリズム～	22:00-22:20 へそっこニュース	22:00-22:45 fish! おふ	22:00-22:20 WAKUWAKU ステーション / テイクアウト情報	22:00-22:45 えかとか4～四国サイクル！ 激アツリズム～	22:00-22:20 へそっこニュース	22:00-22:20 今日は釣り吉
39	23:00-23:20 ごっつおう！やまびこキッチン	23:00-23:20 WAKUWAKU ステーション / テイクアウト情報	23:00-23:20 多度津クエスト / テイクアウト情報	23:00-23:20 今日は釣り吉	23:00-23:20 ごっつおう！やまびこキッチン	23:00-23:20 多度津クエスト / テイクアウト情報	23:00-23:20 ごっつおう！やまびこキッチン
40	23:30-23:50 WAKUWAKU ステーション / テイクアウト情報	23:30-23:50 ごっつおう！やまびこキッチン	23:30-23:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	23:30-23:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	23:30-23:50 日常の風景の中で / みよしの四季を詠う	23:30-23:50 たかまつハッピーデイズ	23:30-23:50 四国まんなかニュース
41	24:00-24:20 へそっこニュース	24:00-24:20 へそっこニュース	24:00-24:20 へそっこニュース	24:00-24:20 へそっこニュース	24:00-24:20 へそっこニュース	24:00-24:20 へそっこニュース	24:00-24:20 へそっこニュース
42	24:30-24:50 へそっこニュース	24:30-24:50 へそっこニュース	24:30-24:50 へそっこニュース	24:30-24:50 へそっこニュース	24:30-24:50 へそっこニュース	24:30-24:50 へそっこニュース	24:30-24:50 へそっこニュース
43	25:00-25:20 へそっこニュース	25:00-25:20 へそっこニュース	25:00-25:20 へそっこニュース	25:00-25:20 へそっこニュース	25:00-25:20 へそっこニュース	25:00-25:20 へそっこニュース	25:00-25:20 へそっこニュース
44	25:30-25:50 へそっこニュース	25:30-25:50 へそっこニュース	25:30-25:50 へそっこニュース	25:30-25:50 へそっこニュース	25:30-25:50 へそっこニュース	25:30-25:50 へそっこニュース	25:30-25:50 へそっこニュース