

2020/10/25(日)	18:00	30	世界遺産			15	15							30
2020/10/25(日)	18:30	144	バナナマンのせっかくグルメ!!SP			28	48	68						144
2020/10/25(日)	20:54	6	フラッシュニュース	6										6
2020/10/25(日)	21:00	54	日曜劇場			15	15	24						54
2020/10/25(日)	21:54	2	岩手日報IBCニュース	2										2
2020/10/25(日)	21:56	4	天気予報	4										4
2020/10/25(日)	22:00	54	林先生の初耳学			24	15	15						54
2020/10/25(日)	22:54	6	☆ガイド6							6				6
2020/10/25(日)	23:00	30	情熱大陸			10	10	10						30
2020/10/25(日)	23:30	30	B A C K S T A G E			10	10	10						30
2020/10/25(日)	24:00:00	50	S☆1	35		15								50
2020/10/25(日)	24:50:00	7	郷土の地元メシ!			7								7
2020/10/25(日)	24:57:00	3	みciao!*1							3				3
2020/10/25(日)	25:00:00	55	マーフィーの愛の法則			10	10	35						55
2020/10/25(日)	25:55:00	30	オーケロンテレビショッピング							30				30
2020/10/25(日)	26:25:00	30	ミッドナイトシャッフル			5	25							30
2020/10/25(日)	26:55:00	2	クロージング							2				2

2021/01/24(日)	3:48	12	オープニング							12		12	
2021/01/24(日)	4:00	30	トライステージテレビショッピング							30			30
2021/01/24(日)	4:30	30	ジャパネットたかたテレビショッピング							30			30
2021/01/24(日)	5:00	30	オークローンテレビショッピング							30			30
2021/01/24(日)	5:30	30	ディー・クリエイトテレビショッピング							30			30
2021/01/24(日)	6:00	30	日本のチカラ			15	15						30
2021/01/24(日)	6:30	15	皇室アルバム				15						15
2021/01/24(日)	6:45	15	JNNニュース			15							15
2021/01/24(日)	7:00	30	健康カブセル!ゲンキの時間			10	15	5					30
2021/01/24(日)	7:30	30	がっちりマンデー!!			8	14	8					30
2021/01/24(日)	8:00	114	サンデーモーニング			80	14	20					114
2021/01/24(日)	9:54	6	☆ガイド6							6		6	
2021/01/24(日)	10:00	84	サンデージャポン			36	25	23					84
2021/01/24(日)	11:24	6	☆ガイド6							6		6	
2021/01/24(日)	11:30	10	JNNニュース			10							10
2021/01/24(日)	11:40	5	きょうの天気(日)			5						5	
2021/01/24(日)	11:45	69	アッコにおまかせ!			10	29	30					69
2021/01/24(日)	12:54	6	☆ガイド6							6		6	
2021/01/24(日)	13:00	54	たけしのニッポンのミカタ				27	27					54
2021/01/24(日)	13:54	54	たけしのニッポンのミカタ				27	27					54
2021/01/24(日)	14:48	12	YAMATOの元気めしキッチン! Round 3				12						12
2021/01/24(日)	15:00	54	ガンダイニング総集編			54							54
2021/01/24(日)	15:54	6	みciao!*3-A							6		6	
2021/01/24(日)	16:00	54	岩手っこー輝け芸術の光ー				54						54
2021/01/24(日)	16:54	6	6ちゃんクッキング				6					6	
2021/01/24(日)	17:00	30	所さんお届けモノです!			5	5	20					30
2021/01/24(日)	17:30	30	Nスタ			30							30
2021/01/24(日)	18:00	30	世界遺産			15	15						30
2021/01/24(日)	18:30	150	坂上&指原のつぶれない店SP				60	90					150
2021/01/24(日)	21:00	69	日曜劇場			19	19	31					69
2021/01/24(日)	22:09	2	岩手日報IBCニュース			2						2	
2021/01/24(日)	22:11	4	天気予報			4						4	
2021/01/24(日)	22:15	54	林先生の初耳学			24	15	15					54
2021/01/24(日)	23:09	6	☆ガイド6							6		6	
2021/01/24(日)	23:15	30	情熱大陸			10	10	10					30
2021/01/24(日)	23:45	30	BACKSTAGE			10	10	10					30
2021/01/24(日)	24:15:00	50	S☆1			35	15						50
2021/01/24(日)	25:05:00	7	日本よいとこ 美味いとこ				7						7
2021/01/24(日)	25:12:00	3	みciao!*1							3		3	
2021/01/24(日)	25:15:00	55	悪との距離			15	20	20					55
2021/01/24(日)	26:10:00	30	オークローンテレビショッピング							30			30
2021/01/24(日)	26:40:00	30	トライステージテレビショッピング							30			30
2021/01/24(日)	27:10:00	30	ミッドナイトシャッフル				5	25				30	
2021/01/24(日)	27:40:00	2	クロージング							2		2	

2021/02/21(日)	14:00	84	東北全力応援！幸せここだけフード		14	20	50					84
2021/02/21(日)	15:24	6	☆ガイド6							6		6
2021/02/21(日)	15:30	84	千原ジュニアのタクシー乗り継ぎ旅 長野・霧ヶ峰～新潟・マリンドリーム能生		10	20	54					84
2021/02/21(日)	16:54	6	情熱イーハトーブ							6		6
2021/02/21(日)	17:00	30	所さんお届けモノです！			5	5	20				30
2021/02/21(日)	17:30	30	Nスタ	30								30
2021/02/21(日)	18:00	30	世界遺産			15	15					30
2021/02/21(日)	18:30	90	坂上&指原のつぶれない店			16	33	41				90
2021/02/21(日)	20:00	54	バナマンのせっかくグルメ！！				10	44				54
2021/02/21(日)	20:54	6	フレッシュニュース	6								6
2021/02/21(日)	21:00	54	日曜劇場			15	15	24				54
2021/02/21(日)	21:54	2	岩手日報IBCニュース	2								2
2021/02/21(日)	21:56	4	天気予報	4								4
2021/02/21(日)	22:00	54	林先生の初耳学			24	15	15				54
2021/02/21(日)	22:54	6	☆ガイド6							6		6
2021/02/21(日)	23:00	30	情熱大陸			10	10	10				30
2021/02/21(日)	23:30	30	BACKSTAGE			10	10	10				30
2021/02/21(日)	24:00:00	50	S☆1									50
2021/02/21(日)	24:50:00	7	日本よいとこ 美味いとこ	35			15					7
2021/02/21(日)	24:57:00	3	みえ！あそび！				7					7
2021/02/21(日)	25:00:00	55	おんなの幸せマニュアル 俗女養成記			15	20	20		3		55
2021/02/21(日)	25:55:00	30	オーケロンテレビショッピング							30		30
2021/02/21(日)	26:25:00	30	トライステージテレビショッピング							30		30
2021/02/21(日)	26:55:00	30	ミッドナイトジャッパル				5	25				30
2021/02/21(日)	27:25:00	2	クロージング							2		2

2021/03/21(日)	18:30	150	坂上&指原のつづれない店SP			60	90					150
2021/03/21(日)	21:00	69	日曜劇場		19	19	31					69
2021/03/21(日)	22:09	2	岩手日報IBCニュース	2								2
2021/03/21(日)	22:11	4	天気予報	4								4
2021/03/21(日)	22:15	54	林先生の初耳学		24	15	15					54
2021/03/21(日)	23:09	6	☆ガイド6						6			6
2021/03/21(日)	23:15	30	情熱大陸		10	10	10					30
2021/03/21(日)	23:45	30	BACKSTAGE		10	10	10					30
2021/03/21(日)	24:15:00	50	S☆1	35		15						50
2021/03/21(日)	25:05:00	7	日本よいところ 美味しいところ			7						7
2021/03/21(日)	25:12:00	3	みえi a o! *1						3			3
2021/03/21(日)	25:15:00	2	クロージング						2			2