

時	月	火	水	木	金	時	土	日	時
3						3			3
4						4	52 オープニング	00 テレビショッピング【通販】	4
12						12	07 オープニング	15 テレビショッピング【通販】	12
20						20	15 テレビショッピング【通販】	30 テレビショッピング【通販】	20
50						50	45 テレビショッピング【通販】	00 テレビショッピング【通販】	50
5						5	15 テレビショッピング【通販】	30 テレビショッピング【通販】	5
20						20	45 JNNニュース【報道】	00 日本のチカラ【教育】【教養】	20
6						6	00 テレビショッピング【通販】	30 一度は訪れてみたい感動の世界遺産【教育】【教養】	6
7						7	30 いろはに千鳥【教育】【教養】	45 JNNニュース【報道】	7
8						8	00 健康カプセル!ゲンキの時間【教育】【教養】【娯楽】	00 サタデープラス【報道】【教育】【教養】【娯楽】	8
9						9	30 がっちりマンデー!!【教育】【教養】【娯楽】	00 サンデーモーニング【報道】【教育】【教養】	9
10						10	25 じゃじゃじゃTV【教育】【教養】【娯楽】	54 みciao!【その他】	10
25						25	00 テレビショッピング【通販】	00 サンデージャポン【報道】【教育】【娯楽】	25
55						55	IBC時代劇 水戸黄門【教育】【教養】【娯楽】	25 テレビショッピング【通販】	55
11						11	55 金曜情報館【報道】【娯楽】	24 みciao!【その他】	11
20						20	3分クッキング【教養】	30 3分クッキング【教養】	20
30						30	ひるおび!(JNNニュース)【報道】	40 素敵生活+【その他】	30
12						12	ひるおび!【報道】【教育】【教養】【娯楽】	45 JNNニュース【報道】	12
13						13	00 ありえへん∞世界スペシャル【教育】【娯楽】	45 アッコにおまかせ!【報道】【教育】【娯楽】	13
14						14	54 みciao!【その他】	00 所さんの学校では教えてくれないそこんトコロ!【教育】【教養】【娯楽】	14
15						15	00 ゴゴスマ~GOGO! Smile!~【報道】【教育】【教養】【娯楽】	54 レベテな人、見つけた【教育】【娯楽】	15
40						40	岩手日報IBCニュース【報道】	43 ぶらりニッポン!金カグルメ旅【教育】【娯楽】	40
43						43	天気予報【報道】	00 日曜スペシャル	43
48						48	みciao!【その他】	00 水曜日のダウンタウン【娯楽】	48
49						49	Nスタ【報道】【教育】【教養】	54 情報イーハートブ【その他】	49
50						50	00 アイ・アム・冒険少年【教育】【教養】【娯楽】	57 みciao!【その他】	50
16						16	00 オトラクション【教育】【教養】【娯楽】	00 炎の体育金TV【教育】【教養】【娯楽】	16
17						17	00 パナナサンド【教育】【教養】【娯楽】	00 所さんお届けモノです!【教育】【娯楽】	17
50						50	54 フラッシュニュース【報道】	30 報道特集【報道】【教育】【娯楽】	50
18						18	57 マツコの知らない世界【教育】【教養】【娯楽】	30 Nスタ【報道】【教育】【娯楽】	18
15						15	00 CDTVライブ!ライブ!【教育】【娯楽】	00 THE世界遺産【教育】【娯楽】	15
55						55	IBCニュースエコー【報道】	30 週刊さんまとマツコ【教育】【娯楽】	55
55						55	みciao!【その他】	50 天気予報【報道】	55
19						19	00 アイ・アム・冒険少年【教育】【教養】【娯楽】	54 とうきん情報アシスト!4【教育】【娯楽】	19
20						20	00 クイズ!THE違和感【教育】【教養】【娯楽】	00 炎の体育金TV【教育】【教養】【娯楽】	20
57						57	フラッシュニュース【報道】	00 板土&指原のつぶれない店【教育】【教養】【娯楽】	57
21						21	00 CDTVライブ!ライブ!【教育】【娯楽】	00 ジョブチューン〜アノ職業のヒミツぶっちゃけます!【教育】【教養】【娯楽】	21
22						22	00 100%!アピルちゃん【教育】【教養】【娯楽】	00 世界ふしぎ発見!【教育】【教養】【娯楽】	22
57						57	みciao!【その他】	54 岩手日報IBCニュース【報道】	57
23						23	news23【報道】【教育】【娯楽】	56 天気予報【報道】	23
56						56	霜降りミキXIT【教育】【娯楽】	00 情報7daysニュースキャスター【報道】【教育】【娯楽】【娯楽】	56
24						24	56 ハバジャニWEST【教育】【教養】【娯楽】	00 日曜劇場「日本沈没」【教育】【教養】【娯楽】	24
40						40	この初恋はフィクションです【教育】【教養】【娯楽】	54 岩手日報IBCニュース【報道】	40
55						55	みciao!【その他】	56 天気予報【報道】	55
56						56	黄金寄合いネタバトルソウドリ〜SOUNDOR!〜【娯楽】	00 情報7daysニュースキャスター【報道】【教育】【娯楽】【娯楽】	56
25						25	58 アメージバング!【教育】【娯楽】	00 日曜劇場「日本沈没」【教育】【教養】【娯楽】	25
28						28	28 東京リベンジャーズ【教育】【娯楽】	54 岩手日報IBCニュース【報道】	28
58						58	テレビショッピング【通販】	56 天気予報【報道】	58
26						26	テレビショッピング【通販】	00 情報7daysニュースキャスター【報道】【教育】【娯楽】【娯楽】	26
58						58	ミッドナイトシャッフル【教育】【娯楽】	00 情報7daysニュースキャスター【報道】【教育】【娯楽】【娯楽】	58
27						27	14 クロージング	00 情報7daysニュースキャスター【報道】【教育】【娯楽】【娯楽】	27
28						28	クロージング	57 岩手日報IBCニュース【報道】	28
30						30		58 天気予報【報道】	30