

※この編成表はレギュラー番組です。  
その他の特別番組の放送時間は電子番組表(EPG)を参照ください。

	月 2・9・16・23・30	火 3・10・17・24・31	水 4・11・18・25	木 5・12・19・26	金 6・13・20・27	土 7・14・21・28	日 1・8・15・22・29	
7	00 LIVEマルチ情報館	00 ジモト応援!東京つながるNews ~中野・杉並~【再】				00 ジモト応援!東京つながるNews ~中野・杉並~【再】	00 LIVEマルチ情報館	
	30	空から紀行(BGV 空撮) インフォメーション				30 空から紀行(BGV 空撮) インフォメーション		
	45	13㊟前7:30- ほか ~夢の祭典裏番~ 太っ腹プレゼント大作戦!				45		
8	00 横浜ミストリー	00 杉並人図鑑	00 FC東京ビバパラダイス	00 長々と散歩	00 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	00 横浜ミストリー	00 杉並人図鑑	
	30 杉並人図鑑	30 FC東京ビバパラダイス	30 長々と散歩	30 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	30 横浜ミストリー	30 杉並人図鑑	30 FC東京ビバパラダイス	
9	00	すぎなみスタイル インフォメーション				00	すぎなみスタイル インフォメーション	
	10	新素適音楽館				10	15 Dramatic Home ~幸せの家探し~ 15 新素適音楽館	
	15	2㊟前9:55- ケーブルテレビ 夏の高校野球 東・西東京大会 決勝 生中継				30	テレビショッピング	
	30	テレビショッピング				30	テレビショッピング	
10	00 長々と散歩	00 ジモト応援!東京つながるNews ~中野・杉並~【再】				00 ジモト応援!東京つながるNews ~中野・杉並~【再】	00 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	
	30 FC東京ビバパラダイス	30 長々と散歩	30 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	30 横浜ミストリー	30 杉並人図鑑	30	テレビショッピング	
11	00	LIVEマルチ情報館				00	Dramatic Home ~幸せの家探し~	
	30	テレビショッピング				30	15 LIVEマルチ情報館	
0	00	すぎなみスタイル インフォメーション				00	すぎなみスタイル インフォメーション	
	10	新素適音楽館				10	新素適音楽館	
	15	30 長々と散歩				30	30 ジモト応援!東京つながるNews ~中野・杉並~【再】	
	30	30 ジモト応援!東京つながるNews ~中野・杉並~【再】				30	30 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	
1	00	インフォメーション				00	インフォメーション	
	55	ショップチャンネル				55	ショップチャンネル	
2	00 FC東京ビバパラダイス	00 長々と散歩	00 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	00 横浜ミストリー	00 杉並人図鑑	00 FC東京ビバパラダイス	00 長々と散歩	
	30	テレビショッピング				30	テレビショッピング	
3	00 おとなの歩き方	00 新素適音楽館				00	新素適音楽館	
	15	インフォメーション				15	インフォメーション	
	30	テレビショッピング				30	テレビショッピング	
4	00 長々と散歩	00 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	00 横浜ミストリー	00 杉並人図鑑	00 FC東京ビバパラダイス	00 長々と散歩	00 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	
	30	テレビショッピング				30	テレビショッピング	
5	00 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	00 横浜ミストリー	00 杉並人図鑑	00 FC東京ビバパラダイス	00 長々と散歩	00 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	00 横浜ミストリー	
	30 横浜ミストリー	30 杉並人図鑑	30 FC東京ビバパラダイス	30 長々と散歩	30 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	30 横浜ミストリー	30 杉並人図鑑	
6	00	ジモト応援!東京つながるNews ~中野・杉並~【生放送】				00	杉並人図鑑	
	30 FC東京ビバパラダイス	30 長々と散歩	30 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	30 横浜ミストリー	30 杉並人図鑑	30 FC東京ビバパラダイス	30 長々と散歩	
7	00	テレビショッピング				00	泉秀樹の歴史を歩く 前編	
	30	テレビショッピング				30	泉秀樹の歴史を歩く 後編	
8	00	すぎなみスタイル インフォメーション				00	すぎなみスタイル インフォメーション	
	10	新素適音楽館				10	15 新素適音楽館	
	15	2㊟後9:00- 【生】ケーブルテレビ 夏の高校野球 東・西東京大会 ダイジェスト				15	15 新素適音楽館	
	30	インフォメーション				30	30 インフォメーション	
	45	Dramatic Home ~幸せの家探し~				45	45 Dramatic Home ~幸せの家探し~	
9	00	ジモト応援!東京つながるNews ~中野・杉並~【再】				00	泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ 28㊟日芸アワー(-後10:00)	
	30 横浜ミストリー	30 杉並人図鑑	30 FC東京ビバパラダイス	30 長々と散歩	30 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	30 横浜ミストリー	30 杉並人図鑑	
	45	Dramatic Home ~幸せの家探し~				45	Dramatic Home ~幸せの家探し~	
10	00 杉並人図鑑	00 FC東京ビバパラダイス	00 長々と散歩	00 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	00 横浜ミストリー	00 杉並人図鑑	00 FC東京ビバパラダイス	
	30	新素適音楽館				30	30 新素適音楽館 22㊟知の回廊(-後11:00)	
	45	インフォメーション				45	45 インフォメーション	
11	00	ジモト応援!東京つながるNews ~中野・杉並~【再】				00	新素適音楽館	
	30	すぎなみスタイル(アーカイブ) インフォメーション				30	30 空から紀行(BGV 空撮) 00 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	
	40	インフォメーション				40	40 すぎなみスタイル(アーカイブ) インフォメーション	
0	00	ショップチャンネル(-翌前7:00)				00	ショップチャンネル(-翌前7:00)	

1㊟前9:55- ケーブルテレビ 夏の高校野球 東・西東京大会 準決勝 生中継

1㊟後9:00- 【生】ケーブルテレビ 夏の高校野球 東・西東京大会 ダイジェスト

地域チャンネル

※サービス品質保持のため、緊急でメンテナンスを実施する場合があります。詳細はWeb(www.jcom.co.jp)をご覧ください。  
※放送スケジュールおよび内容は予告なく変更の可能性があります。最新の情報は電子番組表(EPG)にてご確認ください。