

※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 7・14・21・28	火 1・8・15・22・29	水 2・9・16・23・30	木 3・10・17・24	金 4・11・18・25	土 5・12・19・26	日 6・13・20・27	
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・港新宿・大田~【再】				7	00 ジモト応援!東京つながるNews ~中野・杉並・港新宿・大田~【再】	00 LIVEマルチ情報館
	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 中野人図鑑	30 FC東京ビバパラダイス	30 長々と散歩	
8	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 中野人図鑑	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 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	30 横浜ミストリー	30 中野人図鑑	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	
9	00 横浜ミストリー	00 中野人図鑑	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 中野人図鑑	
	30 テレビショッピング							
10	00 FC東京ビバパラダイス	00 ジモト応援!東京つながるNews ~中野・杉並・港新宿・大田~【再】				10	00 ジモト応援!東京つながるNews ~中野・杉並・港新宿・大田~【再】	00 長々と散歩
	30 中野人図鑑	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 テレビショッピング		
11	10:00~11:00 楽しく学ぼう!小学生国語・算数							
	00 LIVEマルチ情報館							
	30 テレビショッピング							
0	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 中野人図鑑	00 FC東京ビバパラダイス	00 中野人図鑑	
	30 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	30 ジモト応援!東京つながるNews ~中野・杉並・港新宿・大田~【再】				30 ジモト応援!東京つながるNews ~中野・杉並・港新宿・大田~【再】	30 長々と散歩	
1	00 ショップチャンネル							
2	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 中野人図鑑	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 27㊦ 知の回廊	
	30 テレビショッピング							
3	00 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	00 横浜ミストリー	00 中野人図鑑	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 テレビショッピング							
4	00 横浜ミストリー	00 中野人図鑑	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 中野人図鑑	
	30 テレビショッピング							
5	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 中野人図鑑	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 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	30 横浜ミストリー	30 中野人図鑑	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	
6	00 ジモト応援!東京つながるNews ~中野・杉並・港新宿・大田~【生放送】					19:00 後5:00-ほか 中野区議会定例会		
	30 横浜ミストリー	30 中野人図鑑	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	00 LIVEマルチ情報館		
7	00 中野人図鑑	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 中野人図鑑	00 FC東京ビバパラダイス	
	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 中野人図鑑	30 FC東京ビバパラダイス	30 長々と散歩	
8	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 中野人図鑑	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 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	30 横浜ミストリー	30 中野人図鑑	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	
9	00 ジモト応援!東京つながるNews ~中野・杉並・港新宿・大田~【再】							
	30 横浜ミストリー	30 中野人図鑑	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 中野人図鑑	
10	00 中野人図鑑	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 中野人図鑑	00 FC東京ビバパラダイス	
	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 インフォメーション	30 FC東京ビバパラダイス 12㊦ 知の回廊	30 長々と散歩	
11	00 ジモト応援!東京つながるNews ~中野・杉並・港新宿・大田~【再】							
	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 中野人図鑑	30 FC東京ビバパラダイス	00 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	00 横浜ミストリー	
0	00 ショップチャンネル							
1	00 ジャパネットチャンネルDX(-翌前7:00)							

※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。