

※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	ジモト応援! つながるNews ~府中・小金井・国分寺・たまろくと・武蔵野三鷹・世田谷・調布・狛江・練馬・新座・和光~【再】					00	LIVEマルチ情報館
	30	ラグビースピリッツ	30 空から紀行(BGV 空撮)	30 ラグビースピリッツ	30 空から紀行(BGV 空撮)	30 ラグビースピリッツ	30 空から紀行(BGV 空撮)	30 ラグビースピリッツ
	45	久野先生の健康体操「全力で、元気にコミット!」						
8	00	たまろくと人図鑑	00 長々と散歩 たまろくと	00 たまろくと人図鑑	00 長々と散歩 たまろくと	00 たまろくと人図鑑	00 長々と散歩 たまろくと	
	30	泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	30 たまろくと人図鑑	30 長々と散歩 たまろくと	30 たまろくと人図鑑	30 長々と散歩 たまろくと	30 たまろくと人図鑑	
9	00	THE MAKING						
	15	空から紀行(BGV 空撮)	15 ラグビースピリッツ	15 空から紀行(BGV 空撮)	15 ラグビースピリッツ	15 空から紀行(BGV 空撮)	15 空から紀行(BGV 空撮)	
	30	テレビショッピング						
10	00	長々と散歩 たまろくと	ジモト応援! つながるNews ~府中・小金井・国分寺・たまろくと・武蔵野三鷹・世田谷・調布・狛江・練馬・新座・和光~【再】					00 長々と散歩 たまろくと
	30	横浜ミストリー	30 Reds! Get Goal!!	30 横浜ミストリー	30 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	30 横浜ミストリー	テレビショッピング	
11	00	1㉔~3㉔ 前11:00- 楽しく学ぼう! 小学生 国語・算数						
	30	テレビショッピング						
0	00	たまろくと人図鑑	00 横浜ミストリー	00 たまろくと人図鑑	00 Reds! Get Goal!!	00 たまろくと人図鑑	00 まるごと動物ウォッチ	
	30	FC東京ビバパラダイス	ジモト応援! つながるNews ~府中・小金井・国分寺・たまろくと・武蔵野三鷹・世田谷・調布・狛江・練馬・新座・和光~【再】					30 ジモト応援! つながるNews【再】
1	00	ショップチャンネル						
2	00	長々と散歩 たまろくと	00 たまろくと人図鑑	00 長々と散歩 たまろくと	00 たまろくと人図鑑	00 長々と散歩 たまろくと	00 たまろくと人図鑑	
	30	テレビショッピング						
3	00	おとなの歩き方	00 ラグビースピリッツ	00 ここが知りたい不動産	00 ラグビースピリッツ	00 THE MAKING	00 ラグビースピリッツ	
	15	新素適音楽館	15 THE MAKING	15 新素適音楽館	15 THE MAKING	15 新素適音楽館	15 THE MAKING	
	30	テレビショッピング						
4	00	FC東京ビバパラダイス	00 長々と散歩 たまろくと	00 FC東京ビバパラダイス	00 長々と散歩 たまろくと	00 FC東京ビバパラダイス	00 長々と散歩 たまろくと	
	30	テレビショッピング						
5	00	ラグビースピリッツ	00 空から紀行(BGV 空撮)	00 ラグビースピリッツ	00 空から紀行(BGV 空撮)	00 ラグビースピリッツ	00 空から紀行(BGV 空撮)	
	15	THE MAKING	15 新素適音楽館	15 THE MAKING	15 新素適音楽館	15 THE MAKING	15 新素適音楽館	
	30	たまろくと人図鑑	30 長々と散歩 たまろくと	30 たまろくと人図鑑	30 長々と散歩 たまろくと	30 たまろくと人図鑑	30 たまろくと人図鑑	
6	00	ジモト応援! つながるNews ~府中・小金井・国分寺・たまろくと・武蔵野三鷹・世田谷・調布・狛江・練馬・新座・和光~【生放送】						
	30	長々と散歩 たまろくと	30 たまろくと人図鑑	30 長々と散歩 たまろくと	30 たまろくと人図鑑	30 長々と散歩 たまろくと	30 長々と散歩 たまろくと	
7	00	まるごと動物ウォッチ						
	30	Reds! Get Goal!!	30 FC東京ビバパラダイス	30 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 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	30 Reds! Get Goal!!	
	45	泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	00 Reds! Get Goal!!	00 横浜ミストリー	00 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	00 Reds! Get Goal!!	00 FC東京ビバパラダイス	
8	00	泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	00 Reds! Get Goal!!	00 横浜ミストリー	00 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	00 Reds! Get Goal!!	00 FC東京ビバパラダイス	
	30	ラグビースピリッツ	30 泉秀樹の歴史を歩くアーカイブ	30 ラグビースピリッツ	30 横浜ミストリー	30 ラグビースピリッツ	30 新素適音楽館	
	45	空から紀行(BGV 空撮)	45 新素適音楽館	45 新素適音楽館	45 新素適音楽館	45 新素適音楽館	45 空から紀行(BGV 空撮)	
9	00	ジモト応援! つながるNews ~府中・小金井・国分寺・たまろくと・武蔵野三鷹・世田谷・調布・狛江・練馬・新座・和光~【再】						
	30	長々と散歩 たまろくと	30 ラグビースピリッツ	30 長々と散歩 たまろくと	30 ラグビースピリッツ	30 長々と散歩 たまろくと	30 長々と散歩 たまろくと	
10	00	まるごと動物ウォッチ						
	30	THE MAKING	30 たまろくと人図鑑	30 Reds! Get Goal!!	30 たまろくと人図鑑	30 インフォメーション	30 FC東京ビバパラダイス	
	45	新素適音楽館	45 空から紀行(BGV 空撮)	45 空から紀行(BGV 空撮)	45 空から紀行(BGV 空撮)	45 空から紀行(BGV 空撮)	45 空から紀行(BGV 空撮)	
11	00	ジモト応援! つながるNews ~府中・小金井・国分寺・たまろくと・武蔵野三鷹・世田谷・調布・狛江・練馬・新座・和光~【再】						
	30	たまろくと人図鑑	30 長々と散歩 たまろくと	30 たまろくと人図鑑	30 長々と散歩 たまろくと	30 たまろくと人図鑑	30 たまろくと人図鑑	
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。