

# ■「渡辺裕太のテンポアップde店舗UP♪」東京エリア放送日時

10月号は、「以下の番組のうしろの枠」で放送いたします。

放送エリア	放送日	曜日	直前の番組名	
			放送開始時刻	番組名
小金井	10/01	火	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/02	水	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/03	木	10:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/04	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/05	土	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/06	日	19:00	●[東京西]デイリーニュースダイジェスト #24
	10/07	月	19:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/08	火	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/09	水	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/10	木	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
	10/11	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/12	土	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/13	日	19:00	●[東京西]デイリーニュースダイジェスト #25
	10/14	月	19:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/15	火	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
	10/16	水	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/17	木	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
	10/18	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/19	土	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/20	日	19:00	●[東京西]デイリーニュースダイジェスト #26
	10/21	月	19:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/22	火	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/23	水	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/24	木	10:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/25	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/26	土	10:00	[19][東京]空から紀行 #1
	10/27	日	19:00	●[東京西]デイリーニュースダイジェスト #27
	10/28	月	19:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/29	火	10:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/30	水	19:00	【特番】令和元年 田無神社例大祭 #1
	10/31	木	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
杉並	10/01	火	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/02	水	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/03	木	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/04	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/05	土	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/06	日	19:00	●[杉並]デイリーニュースダイジェスト #24
	10/07	月	19:00	●【杉並・世田谷・中野版】長つと散歩 #40
	10/08	火	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/09	水	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/10	木	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/11	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/12	土	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/13	日	19:00	●[杉並]デイリーニュースダイジェスト #25
	10/14	月	19:00	●【杉並・世田谷・中野版】長つと散歩 #40
	10/15	火	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/16	水	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/17	木	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/18	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/19	土	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/20	日	19:00	●[杉並]デイリーニュースダイジェスト #26
	10/21	月	19:00	●【杉並・世田谷・中野版】長つと散歩 #41
	10/22	火	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/23	水	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/24	木	10:25	[19]インフォメーション #1

	10/25	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/26	土	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/27	日	19:00	●[杉並]デイリーニュースダイジェスト #27
	10/28	月	19:00	●【杉並・世田谷・中野版】長つと散歩 #41
	10/29	火	10:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/30	水	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/31	木	10:25	[19]インフォメーション #1
練馬	10/01	火	10:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/02	水	20:55	[19]インフォメーション #1
	10/03	木	10:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/04	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/05	土	11:00	[19 MSO][54ver]泉秀樹の歴史を歩く #5
	10/06	日	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/07	月	20:55	[19]インフォメーション #1
	10/08	火	10:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/09	水	20:55	[19]インフォメーション #1
	10/10	木	10:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/11	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/12	土	11:00	[19 MSO][54ver]泉秀樹の歴史を歩く #5
	10/13	日	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/14	月	21:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/15	火	10:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/16	水	21:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/17	木	10:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/18	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/19	土	11:00	[19 MSO][54ver]泉秀樹の歴史を歩く #5
	10/20	日	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/21	月	21:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/22	火	10:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/23	水	21:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/24	木	10:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/25	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/26	土	11:00	[19 MSO][54ver]泉秀樹の歴史を歩く #5
	10/27	日	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/28	月	21:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/29	火	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
	10/30	水	21:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/31	木	10:25	[19]インフォメーション #1
板橋	10/01	火	10:00	●[1904~]板橋人図鑑 #24
	10/02	水	19:00	●[板橋]わくわく1年生 #31
	10/03	木	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/04	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/05	土	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/06	日	19:00	●[板橋]わくわく1年生 #31
	10/07	月	19:30	●[板橋]わくわく1年生 #32
	10/08	火	10:00	●[1904~]板橋人図鑑 #25
	10/09	水	19:00	●[板橋]わくわく1年生 #32
	10/10	木	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/11	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/12	土	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/13	日	19:00	●[板橋]わくわく1年生 #32
	10/14	月	19:30	●[板橋]わくわく1年生 #33
	10/15	火	10:00	●[1904~]板橋人図鑑 #26
	10/16	水	19:00	●[板橋]わくわく1年生 #33
	10/17	木	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/18	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/19	土	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/20	日	19:00	●[板橋]わくわく1年生 #33
	10/21	月	19:30	●[板橋]わくわく1年生 #34
	10/22	火	10:00	●[1904~]板橋人図鑑 #27
	10/23	水	19:00	●[板橋]わくわく1年生 #34
	10/24	木	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/25	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/26	土	10:25	[19]インフォメーション #1

	10/27	日	19:00	●[板橋]わくわく1年生 #34
	10/28	月	19:30	●[板橋]わくわく1年生 #35
	10/29	火	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/30	水	19:00	●[板橋]わくわく1年生 #35
	10/31	木	10:25	[19]インフォメーション #1
西東京	10/01	火	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/02	水	19:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #12
	10/03	木	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
	10/04	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/05	土	10:00	●[1904~]たまろくと人図鑑 #23
	10/06	日	19:00	●[たまろくと]デイリーニュースダイジェスト #24
	10/07	月	19:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/08	火	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/09	水	19:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #12
	10/10	木	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
	10/11	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/12	土	10:00	●[1904~]たまろくと人図鑑 #24
	10/13	日	19:00	●[たまろくと]デイリーニュースダイジェスト #25
	10/14	月	19:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/15	火	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/16	水	19:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #13
	10/17	木	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
	10/18	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/19	土	10:00	●[1904~]たまろくと人図鑑 #25
	10/20	日	19:00	●[たまろくと]デイリーニュースダイジェスト #26
	10/21	月	19:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/22	火	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/23	水	19:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #13
	10/24	木	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
	10/25	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/26	土	10:00	●[1904~]たまろくと人図鑑 #26
	10/27	日	19:00	●[たまろくと]デイリーニュースダイジェスト #27
	10/28	月	19:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/29	火	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
	10/30	水	19:00	【特番】令和元年 田無神社例大祭 #1
	10/31	木	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
すみだ	10/01	火	21:20	[19]インフォメーション #1
	10/02	水	18:50	[19]インフォメーション #1
	10/03	木	12:50	[19]インフォメーション #1
	10/04	金	10:00	[19]のんき~ずNaturalでいこう #19
	10/05	土	15:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/06	日	12:30	もっとセレクション台東・すみだ #40
	10/07	月	22:30	[19]のんき~ずNaturalでいこう #19
	10/08	火	12:50	[19]インフォメーション #1
	10/09	水	20:30	もっとセレクション台東・すみだ #41
	10/10	木	18:20	もっとセレクション台東・すみだ #41
	10/11	金	16:15	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
	10/12	土	20:50	[19]インフォメーション #1
	10/13	日	20:50	[19]インフォメーション #1
	10/14	月	10:00	[19]のんき~ずNaturalでいこう #19
	10/15	火	18:50	[19]インフォメーション #1
	10/16	水	17:30	[19]のんき~ずNaturalでいこう #20
	10/17	木	20:30	[19]インフォメーション #1
	10/18	金	18:20	もっとセレクション台東・すみだ #42
	10/19	土	18:30	もっとセレクション台東・すみだ #42
	10/20	日	22:30	【市川2017】江戸川元気！パラダイス #92
	10/21	月	19:20	[19]インフォメーション #1
	10/22	火	21:30	[19]のんき~ずNaturalでいこう #20
	10/23	水	18:20	もっとセレクション台東・すみだ #43
	10/24	木	19:00	【市川2017】江戸川元気！パラダイス #93
	10/25	金	21:30	もっとセレクション台東・すみだ #43
	10/26	土	23:30	[19]のんき~ずNaturalでいこう #20
	10/27	日	12:30	もっとセレクション台東・すみだ #43
	10/28	月	18:20	もっとセレクション台東・すみだ #43

	10/29	火	17:30	[19]ねづっちい散歩X #20
	10/30	水	17:00	[19]ねづっちい散歩X #20
	10/31	木	20:30	[19]インフォメーション #1
江戸川	10/01	火	18:30	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/02	水	23:15	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
	10/03	木	22:15	[19]インフォメーション #1
	10/04	金	18:30	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/05	土	19:00	[19]ねづっちい散歩X #19
	10/06	日	18:30	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/07	月	23:30	[19]ねづっちい散歩X #19
	10/08	火	23:30	[19]のんき~ずNaturalでいこう #19
	10/09	水	22:15	[19]インフォメーション #1
	10/10	木	16:00	●[19]ぐるっと浦安 #28
	10/11	金	19:00	[19]のんき~ずNaturalでいこう #19
	10/12	土	22:00	【市川2017】江戸川元気！パラダイス #92
	10/13	日	17:30	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
	10/14	月	19:00	【市川2017】江戸川元気！パラダイス #92
	10/15	火	12:30	[19]ねづっちい散歩X #19
	10/16	水	20:30	[19]インフォメーション #1
	10/17	木	18:30	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/18	金	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
	10/19	土	17:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/20	日	18:30	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/21	月	16:00	[19]のんき~ずNaturalでいこう #20
	10/22	火	23:30	[19]のんき~ずNaturalでいこう #20
	10/23	水	20:30	[19]インフォメーション #1
	10/24	木	18:30	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/25	金	23:15	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
	10/26	土	18:30	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/27	日	18:30	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/28	月	23:15	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
	10/29	火	22:15	[19]インフォメーション #1
	10/30	水	18:30	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/31	木	12:30	[19]のんき~ずNaturalでいこう #20
台東	10/01	火	19:30	【特番】[東京]いきいき茨城ゆめ国体「全国都道府県対抗eスポーツ選手権2019IBARAKI」ウイングレオン東京都代表決定戦 #1
	10/02	水	23:30	【市川2017】江戸川元気！パラダイス #91
	10/03	木	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
	10/04	金	15:20	[19]インフォメーション #1
	10/05	土	23:00	【市川2017】江戸川元気！パラダイス #91
	10/06	日	15:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/07	月	22:30	[19]ねづっちい散歩X #19
	10/08	火	15:00	もっとセレクション台東・すみだ #41
	10/09	水	18:50	[19]インフォメーション #1
	10/10	木	23:30	[19]のんき~ずNaturalでいこう #19
	10/11	金	19:20	[19]インフォメーション #1
	10/12	土	20:50	[19]インフォメーション #1
	10/13	日	23:30	[19]のんき~ずNaturalでいこう #19
	10/14	月	22:20	[19]インフォメーション #1
	10/15	火	10:30	もっとセレクション台東・すみだ #42
	10/16	水	15:20	[19]インフォメーション #1
	10/17	木	23:30	[19]のんき~ずNaturalでいこう #20
	10/18	金	18:20	もっとセレクション台東・すみだ #42
	10/19	土	23:30	[19]のんき~ずNaturalでいこう #20
	10/20	日	12:30	もっとセレクション台東・すみだ #42
	10/21	月	15:20	[19]インフォメーション #1
	10/22	火	20:50	[19]インフォメーション #1
	10/23	水	22:30	[19]ねづっちい散歩X #20
	10/24	木	23:30	[19]のんき~ずNaturalでいこう #20
	10/25	金	20:30	もっとセレクション台東・すみだ #43
	10/26	土	23:30	[19]のんき~ずNaturalでいこう #20
	10/27	日	18:30	もっとセレクション台東・すみだ #43
	10/28	月	18:20	もっとセレクション台東・すみだ #43
	10/29	火	12:50	[19]インフォメーション #1
	10/30	水	20:30	もっとセレクション台東・すみだ #43

	10/31	木	12:50	[19]インフォメーション #1
世田谷	10/01	火	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/02	水	19:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/03	木	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/04	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/05	土	10:15	[19]インフォメーション #1
	10/06	日	19:00	●[1904~]世田谷人図鑑 #12
	10/07	月	19:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/08	火	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/09	水	19:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/10	木	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/11	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/12	土	10:15	[19]インフォメーション #1
	10/13	日	19:00	●[1904~]世田谷人図鑑 #12
	10/14	月	19:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/15	火	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/16	水	19:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/17	木	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/18	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/19	土	10:15	[19]インフォメーション #1
	10/20	日	19:00	●[1904~]世田谷人図鑑 #13
	10/21	月	19:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/22	火	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/23	水	19:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/24	木	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/25	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/26	土	10:15	[19]インフォメーション #1
	10/27	日	19:00	●[1904~]世田谷人図鑑 #13
	10/28	月	19:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/29	火	10:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/30	水	19:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/31	木	10:25	[19]インフォメーション #1
調布・狛江	10/01	火	10:00	●[1904~]狛江人図鑑 #12
	10/02	水	19:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/03	木	10:00	●[1904~]調布人図鑑 #24
	10/04	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/05	土	10:15	[19]インフォメーション #1
	10/06	日	19:00	●[1904~]調布人図鑑 #24
	10/07	月	19:00	●[1904~]狛江人図鑑 #12
	10/08	火	10:00	●[1904~]狛江人図鑑 #12
	10/09	水	19:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/10	木	10:00	●[1904~]調布人図鑑 #25
	10/11	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/12	土	10:15	[19]インフォメーション #1
	10/13	日	19:00	●[1904~]調布人図鑑 #25
	10/14	月	19:00	●[1904~]狛江人図鑑 #12
	10/15	火	10:00	●[1904~]狛江人図鑑 #12
	10/16	水	19:30	●長つと散歩[小金井府中調布狛江] #19
	10/17	木	10:00	●[1904~]調布人図鑑 #26
	10/18	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/19	土	10:15	[19]インフォメーション #1
	10/20	日	19:00	●[1904~]調布人図鑑 #26
	10/21	月	19:00	●[1904~]狛江人図鑑 #13
	10/22	火	10:00	●[1904~]狛江人図鑑 #13
	10/23	水	19:30	●長つと散歩[小金井府中調布狛江] #19
	10/24	木	10:00	●[1904~]調布人図鑑 #27
	10/25	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/26	土	10:15	[19]インフォメーション #1
	10/27	日	19:00	●[1904~]調布人図鑑 #27
	10/28	月	19:00	●[1904~]狛江人図鑑 #13
	10/29	火	10:25	[19]インフォメーション #1
	10/30	水	19:30	●長つと散歩[小金井府中調布狛江] #19
	10/31	木	10:00	●[1904~]調布人図鑑 #28
	10/01	火	10:30	[19][東京]空から紀行 #1

東京北	10/02	水	19:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/03	木	10:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/04	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/05	土	11:00	[19 MSO][54ver]泉秀樹の歴史を歩く #5
	10/06	日	19:00	●[2017]東京北人図鑑 #120
	10/07	月	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/08	火	10:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/09	水	19:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/10	木	10:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/11	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/12	土	11:00	[19 MSO][54ver]泉秀樹の歴史を歩く #5
	10/13	日	19:00	●[2017]東京北人図鑑 #121
	10/14	月	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
	10/15	火	10:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/16	水	19:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/17	木	10:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/18	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/19	土	11:00	[19 MSO][54ver]泉秀樹の歴史を歩く #5
	10/20	日	19:00	●[2017]東京北人図鑑 #122
	10/21	月	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/22	火	10:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/23	水	19:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/24	木	10:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/25	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/26	土	11:00	[19 MSO][54ver]泉秀樹の歴史を歩く #5
	10/27	日	19:00	●[2017]東京北人図鑑 #123
	10/28	月	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
	10/29	火	10:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/30	水	19:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
	10/31	木	10:30	[19][東京]空から紀行 #1
	中野	10/01	火	10:00
10/02		水	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
10/03		木	10:45	[19][東京]空から紀行 #1
10/04		金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
10/05		土	10:15	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
10/06		日	19:00	●[1904-中野]デイリーニュースダイジェスト #24
10/07		月	19:00	●【杉並・世田谷・中野版】長つと散歩 #40
10/08		火	10:00	●【杉並・世田谷・中野版】長つと散歩 #40
10/09		水	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
10/10		木	10:45	[19][東京]空から紀行 #1
10/11		金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
10/12		土	11:55	[19]インフォメーション #1
10/13		日	19:00	●[1904-中野]デイリーニュースダイジェスト #25
10/14		月	19:00	●【杉並・世田谷・中野版】長つと散歩 #40
10/15		火	10:00	●【杉並・世田谷・中野版】長つと散歩 #40
10/16		水	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
10/17		木	10:45	[19][東京]空から紀行 #1
10/18		金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
10/19		土	10:15	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
10/20		日	19:00	●[1904-中野]デイリーニュースダイジェスト #26
10/21		月	19:00	●【杉並・世田谷・中野版】長つと散歩 #41
10/22		火	10:00	●【杉並・世田谷・中野版】長つと散歩 #41
10/23		水	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
10/24		木	10:45	[19][東京]空から紀行 #1
10/25		金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20
10/26		土	10:15	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
10/27		日	19:00	●[1904-中野]デイリーニュースダイジェスト #27
10/28		月	19:00	●【杉並・世田谷・中野版】長つと散歩 #41
10/29		火	10:00	●【杉並・世田谷・中野版】長つと散歩 #41
10/30		水	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
10/31		木	10:45	[19][東京]空から紀行 #1
	10/01	火	10:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/02	水	19:30	[19][東京]空から紀行 #1
	10/03	木	10:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19

武蔵野三鷹	10/04	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19	
	10/05	土	11:55	[19]インフォメーション #1	
	10/06	日	19:00	[18武蔵野三鷹]デイリーニュースダイジェスト #88	
	10/07	月	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19	
	10/08	火	10:30	[19][東京]空から紀行 #1	
	10/09	水	19:30	[19][東京]空から紀行 #1	
	10/10	木	10:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19	
	10/11	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19	
	10/12	土	11:55	[19]インフォメーション #1	
	10/13	日	19:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1	
	10/14	月	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19	
	10/15	火	10:30	[19][東京]空から紀行 #1	
	10/16	水	19:30	[19][東京]空から紀行 #1	
	10/17	木	10:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
	10/18	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
	10/19	土	11:55	[19]インフォメーション #1	
	10/20	日	19:00	[18武蔵野三鷹]デイリーニュースダイジェスト #90	
	10/21	月	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
	10/22	火	10:30	[19][東京]空から紀行 #1	
	10/23	水	19:30	[19][東京]空から紀行 #1	
	10/24	木	10:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
	10/25	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
	10/26	土	11:55	[19]インフォメーション #1	
	10/27	日	19:00	【特番】男声 フォレスタ・セレクションコンサート「名歌継唱」#1	
	10/28	月	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
	10/29	火	10:30	[19][東京]空から紀行 #1	
	10/30	水	19:00	【特番】令和元年 田無神社例大祭 #1	
	10/31	木	10:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
	港・新宿	10/01	火	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
		10/02	水	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
		10/03	木	10:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
10/04		金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19	
10/05		土	10:30	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1	
10/06		日	20:00	[2016-2017]地域活性化戦隊サカリバシ #43	
10/07		月	19:00	[2016-2017]地域活性化戦隊サカリバシ #43	
10/08		火	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1	
10/09		水	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19	
10/10		木	10:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
10/11		金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19	
10/12		土	10:30	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1	
10/13		日	19:00	●[18港新宿]デイリーニュースダイジェスト #89	
10/14		月	19:00	[2016-2017]地域活性化戦隊サカリバシ #43	
10/15		火	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1	
10/16		水	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
10/17		木	10:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
10/18		金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
10/19		土	10:30	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1	
10/20		日	20:00	[2016-2017]地域活性化戦隊サカリバシ #43	
10/21		月	19:00	[2016-2017]地域活性化戦隊サカリバシ #43	
10/22		火	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1	
10/23		水	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
10/24		木	10:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
10/25		金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
10/26		土	10:30	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1	
10/27		日	19:00	●[18港新宿]デイリーニュースダイジェスト #91	
10/28		月	19:00	[2016-2017]地域活性化戦隊サカリバシ #43	
10/29		火	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1	
10/30		水	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
10/31		木	10:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
	10/01	火	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/02	水	19:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #12	
	10/03	木	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/04	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19	
	10/05	土	11:55	[19]インフォメーション #1	

八王子	10/06	日	19:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #61	
	10/07	月	19:45	[19][東京]空から紀行 #1	
	10/08	火	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/09	水	19:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #12	
	10/10	木	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/11	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19	
	10/12	土	11:55	[19]インフォメーション #1	
	10/13	日	19:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #61	
	10/14	月	19:45	[19][東京]空から紀行 #1	
	10/15	火	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/16	水	19:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #13	
	10/17	木	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/18	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
	10/19	土	11:55	[19]インフォメーション #1	
	10/20	日	19:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #62	
	10/21	月	19:45	[19][東京]空から紀行 #1	
	10/22	火	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/23	水	19:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #13	
	10/24	木	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/25	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
	10/26	土	11:55	[19]インフォメーション #1	
	10/27	日	19:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #62	
	10/28	月	19:45	[19][東京]空から紀行 #1	
	10/29	火	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/30	水	19:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #13	
	10/31	木	10:25	[19]インフォメーション #1	
	多摩	10/01	火	10:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #12
		10/02	水	19:45	[19][東京]空から紀行 #1
		10/03	木	10:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
		10/04	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
		10/05	土	10:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #61
10/06		日	19:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #61	
10/07		月	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
10/08		火	10:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #12	
10/09		水	19:45	[19][東京]空から紀行 #1	
10/10		木	10:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
10/11		金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19	
10/12		土	10:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #61	
10/13		日	19:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #61	
10/14		月	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
10/15		火	10:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #12	
10/16		水	19:45	[19][東京]空から紀行 #1	
10/17		木	10:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
10/18		金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
10/19		土	10:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #62	
10/20		日	19:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #62	
10/21		月	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
10/22		火	10:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #13	
10/23		水	19:45	[19][東京]空から紀行 #1	
10/24		木	10:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
10/25		金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
10/26		土	10:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #62	
10/27		日	19:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #62	
10/28		月	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
10/29		火	10:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #13	
10/30		水	19:45	[19][東京]空から紀行 #1	
10/31		木	10:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
	10/01	火	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/02	水	19:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #12	
	10/03	木	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/04	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19	
	10/05	土	10:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #61	
	10/06	日	19:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #61	
	10/07	月	19:30	[19][東京]空から紀行 #1	

日野	10/08	火	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/09	水	19:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #12	
	10/10	木	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/11	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19	
	10/12	土	10:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #61	
	10/13	日	19:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #61	
	10/14	月	19:30	[19][東京]空から紀行 #1	
	10/15	火	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/16	水	19:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #13	
	10/17	木	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/18	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
	10/19	土	10:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #62	
	10/20	日	19:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #62	
	10/21	月	19:30	[19][東京]空から紀行 #1	
	10/22	火	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/23	水	19:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #13	
	10/24	木	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/25	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
	10/26	土	10:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #62	
	10/27	日	19:00	ジモスポ 多摩・日野・八王子 #62	
	10/28	月	19:30	[19][東京]空から紀行 #1	
	10/29	火	10:25	[19]インフォメーション #1	
	10/30	水	19:00	[1904~]府中ラグビースピリッツ #13	
	10/31	木	10:25	[19]インフォメーション #1	
	大田	10/01	火	10:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
		10/02	水	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
		10/03	木	10:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
		10/04	金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19
		10/05	土	10:15	[2016-2017]わたしの大田百景 #44
		10/06	日	20:10	[19]インフォメーション #1
		10/07	月	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
10/08		火	10:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19	
10/09		水	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19	
10/10		木	10:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
10/11		金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19	
10/12		土	10:15	[2016-2017]わたしの大田百景 #44	
10/13		日	20:10	[19]インフォメーション #1	
10/14		月	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
10/15		火	10:00	[19]FC東京ビバパラダイス #19	
10/16		水	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
10/17		木	10:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
10/18		金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
10/19		土	10:15	[2016-2017]わたしの大田百景 #44	
10/20		日	20:10	[19]インフォメーション #1	
10/21		月	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
10/22		火	10:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
10/23		水	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
10/24		木	10:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
10/25		金	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
10/26		土	10:15	[2016-2017]わたしの大田百景 #44	
10/27		日	20:10	[19]インフォメーション #1	
10/28		月	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
10/29		火	10:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
10/30		水	19:00	[19]FC東京ビバパラダイス #20	
10/31		木	10:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
	10/01	火	18:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
	10/02	水	17:00	[19]のんき~ずNaturalでいこう #19	
	10/03	木	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1	
	10/04	金	16:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1	
	10/05	土	16:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1	
	10/06	日	10:00	[19]のんき~ずNaturalでいこう #19	
	10/07	月	10:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
	10/08	火	20:30	[19]のんき~ずNaturalでいこう #19	
	10/09	水	21:20	[19]のんき~ずNaturalでいこう #19	

葛飾	10/10	木	20:30	[19]のんき〜ずNaturalでいこう #19	
	10/11	金	12:00	[19]ねづっちい散歩X #19	
	10/12	土	10:00	[19]ねづっちい散歩X #19	
	10/13	日	17:30	[19]のんき〜ずNaturalでいこう #19	
	10/14	月	10:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
	10/15	火	16:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1	
	10/16	水	20:00	[19][東京]空から紀行 #1	
	10/17	木	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
	10/18	金	20:00	[19][東京]空から紀行 #1	
	10/19	土	17:00	[19]のんき〜ずNaturalでいこう #20	
	10/20	日	11:00	[19 MSO][54ver]泉秀樹の歴史を歩く #5	
	10/21	月	16:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1	
	10/22	火	18:20	[19]インフォメーション #1	
	10/23	水	18:20	[19]インフォメーション #1	
	10/24	木	12:00	[19]のんき〜ずNaturalでいこう #20	
	10/25	金	16:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1	
	10/26	土	18:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
	10/27	日	10:00	[19]のんき〜ずNaturalでいこう #20	
	10/28	月	17:30	[19]ねづっちい散歩X #20	
	10/29	火	17:00	[19]ねづっちい散歩X #20	
	10/30	水	18:20	[19]インフォメーション #1	
	10/31	木	19:00	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12	
	足立	10/01	火	12:15	[19]インフォメーション #1
		10/02	水	11:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1
		10/03	木	12:30	[19]ねづっちい散歩X #19
		10/04	金	12:30	[19]のんき〜ずNaturalでいこう #19
		10/05	土	23:00	[19]足立人図鑑. TV #27
		10/06	日	21:30	【2018】泉秀樹の歴史を歩く アーカイブ #12
		10/07	月	18:20	[19]インフォメーション #1
		10/08	火	12:00	【2017】おはよう！あだちらくらく体操 #918
		10/09	水	18:30	[19]足立人図鑑. TV #27
10/10		木	15:00	[19][東京]空から紀行 #1	
10/11		金	23:30	[19]ねづっちい散歩X #19	
10/12		土	20:00	[19]足立人図鑑. TV #28	
10/13		日	22:00	[19]のんき〜ずNaturalでいこう #19	
10/14		月	23:30	[19]ねづっちい散歩X #19	
10/15		火	23:30	[19]のんき〜ずNaturalでいこう #19	
10/16		水	20:00	[19][東京]空から紀行 #1	
10/17		木	20:30	[19]インフォメーション #1	
10/18		金	17:00	[19]のんき〜ずNaturalでいこう #20	
10/19		土	10:00	[19]ねづっちい散歩X #20	
10/20		日	20:00	[19]足立人図鑑. TV #28	
10/21		月	23:30	[19]ねづっちい散歩X #20	
10/22		火	12:30	[19]ねづっちい散歩X #20	
10/23		水	12:30	[19]のんき〜ずNaturalでいこう #20	
10/24		木	18:20	[19]インフォメーション #1	
10/25		金	12:30	[19]のんき〜ずNaturalでいこう #20	
10/26		土	20:30	[19]のんき〜ずNaturalでいこう #20	
10/27		日	16:00	[1907東京]LIVEマルチ情報館 #1	
10/28		月	18:30	[19]足立人図鑑. TV #29	
10/29		火	18:20	[19]インフォメーション #1	
10/30		水	18:30	[19]足立人図鑑. TV #29	
10/31		木	23:30	[19]のんき〜ずNaturalでいこう #20	