

12月

★「いせトビ」 毎週月・水・金曜日の18:00更新 ★前週に放送した「いせトビ」をダイジェストで放送(月曜日更新)

★「企画番組」 1日・8日・16日・24日に更新

* 放送内容は変更になる場合があります

1日～7日	8日～15日	16日～23日	24日～31日
■1日(火)～21日(月) 火・水曜 11:15～11:30 木～月曜 11:30～11:45 「オール三重でCOOL CHOICE」	■1日(火)～21日(月) 火・水曜 11:15～11:30 木～月曜 11:30～11:45 「オール三重でCOOL CHOICE」 ■9日(水)13日(日) 21:30～22:00 「三重県高校駅伝大会ダイジェスト」	■1日(火)～21日(月) 11:15～11:30 「オール三重でCOOL CHOICE」 ■16日(水)～31日(木) 13:30～14:00/21:00～21:30 「年末年始特別番組」	■16日(水)～31日(木) 13:30～14:00/21:00～21:30 「年末年始特別番組」
6:00 いせトビ 6:15 郷土菜発見 6:30 いせトビダイジェスト 7:00 もっと水の惑星紀行 7:15 伊勢美し国から 7:30 けーぶるにっぽん【大阪】	6:00 いせトビ 6:15 8ミリフィルムに残る風景 6:30 いせトビダイジェスト 7:00 8ミリフィルムに残る風景 7:15 伊勢美し国から 7:30 きみの一歩で 7:45 おとどけ隊	6:00 いせトビ 6:15 見晴らし飛行 6:30 いせトビダイジェスト 7:00 皇學館大学 大学生TV局 7:30 けーぶるにっぽん【佐賀】	6:00 いせトビ 6:15 とブーン 6:30 いせトビダイジェスト 7:00 名作アニメ 7:30 特選アンコール
8:00 いせトビ MCTVニュース	8:00 いせトビ MCTVニュース	8:00 いせトビ MCTVニュース	8:00 いせトビ MCTVニュース
8:30 もっと水の惑星紀行 8:45 いせトビ 9:00 おしえて先生① 9:15 郷土菜発見 9:30 キホクニヤ商店① 9:45 伊勢 美し国から 10:00 いせトビ 10:15 もっと水の惑星紀行 10:30 年寄万歳～百歳になったら～ 10:45 伊勢 美し国から	8:30 ランドスケープ① 8:45 いせトビ 9:00 おしえて先生① 9:15 歴史街道① 9:30 あっこれみよ① 9:45 伊勢 美し国から 10:00 いせトビ 10:15 8ミリフィルムに残る風景 10:30 ランドスケープ① 10:45 伊勢 美し国から	8:30 ぐるぐるグルメ 8:45 いせトビ 9:00 おしえて先生② 9:15 日本百葉の旅 9:30 キホクニヤ商店② 9:45 ぐるぐるグルメ 10:00 いせトビ 10:15 日本百葉の旅 10:30 見晴らし飛行 10:45 ぐるぐるグルメ	8:30 ランドスケープ② 8:45 いせトビ 9:00 おしえて先生② 9:15 歴史街道② 9:30 あっこれみよ② 9:45 近場ぐるっとFOODハンター 10:00 いせトビ 10:15 特選アンコール 10:30 ランドスケープ② 10:45 旅ちゃってごめんね
11:00 いせトビ MCTVニュース	11:00 いせトビ MCTVニュース	11:00 いせトビ MCTVニュース	11:00 いせトビ MCTVニュース
11:30 Z-NAVIGATION 11:45 Z-NAVIGATION【前月号】	11:30 お店タウンマップ 11:45 ナナちゃんのお店紹介	11:30 ぐるぐるグルメ 11:45 ぐるぐるグルメ【前月号】	11:30 お店にGO 11:45 近場ぐるっとFOODハンター
12:00 いせトビ 12:15 年寄万歳～百歳になったら～ 12:30 もっと！水の惑星紀行 12:45 伊勢 美し国から 13:00 石田靖とぶらりて笑① 13:30 けーぶるにっぽん【大阪】 14:00 いせトビ 14:15 年寄万歳～百歳になったら～ 14:30 もっと！水の惑星紀行 14:45 おしえて先生① 15:00 いせトビ 15:15 HOT！東紀州 15:30 じもトビ 15:45 伊勢 美し国から	12:00 いせトビ 12:15 年寄万歳～百歳になったら～ 12:30 ランドスケープ① 12:45 伊勢 美し国から 13:00 石田靖とぶらりて笑① 13:30 陽だまりのピラティス 13:45 きみの一歩で 14:00 いせトビ 14:15 8ミリフィルムに残る風景 14:30 おとどけ隊 14:45 おしえて先生① 15:00 いせトビ 15:15 HOT！東紀州 15:30 じもトビ 15:45 ランドスケープ①	12:00 いせトビ 12:15 見晴らし飛行 12:30 皇學館大学 大学生TV局 13:00 石田靖とぶらりて笑② 13:30 けーぶるにっぽん【佐賀】 14:00 いせトビ 14:15 おしえて先生① 14:30 皇學館大学 大学生TV局 15:00 いせトビ 15:15 HOT！東紀州 15:30 じもトビ 15:45 見晴らし飛行	12:00 いせトビ 12:15 森の発表会 12:30 とブーン 12:45 旅ちゃってごめんね 13:00 石田靖とぶらりて笑② 13:30 神保町昭和歌謡倶楽部 14:00 いせトビ 14:15 特選アンコール 14:30 お店にGO 14:45 おしえて先生② 15:00 いせトビ 15:15 HOT！東紀州 15:30 じもトビ 15:45 ランドスケープ②
16:00 いせトビ MCTVニュース	16:00 いせトビ MCTVニュース	16:00 いせトビ MCTVニュース	16:00 いせトビ MCTVニュース
16:30 もっと！水の惑星紀行 16:45 Z-NAVIGATION 17:00 郷土菜発見 17:15 年寄万歳～百歳になったら～ 17:30 もっと！水の惑星紀行 17:45 伊勢 美し国から	16:30 きみの一歩で 16:45 おとどけ隊 17:00 キホクニヤ商店① 17:15 ランドスケープ① 17:30 8ミリフィルムに残る風景 17:45 伊勢 美し国から	16:30 皇學館大学 大学生TV局 17:00 日本百葉の旅 17:15 見晴らし飛行 17:30 ぐるぐるグルメ 17:45 見晴らし飛行	16:30 特選アンコール 17:00 キホクニヤ商店② 17:15 ランドスケープ② 17:30 特選アンコール 17:45 とブーン
18:00 いせトビ MCTVニュース	18:00 いせトビ MCTVニュース	18:00 いせトビ MCTVニュース	18:00 いせトビ MCTVニュース
18:30 じもトビ 18:45 郷土菜発見 19:00 もっと！水の惑星紀行 19:15 伊勢 美し国から 19:30 いせトビ 19:45 年寄万歳～百歳になったら～	18:30 じもトビ 18:45 陽だまりのピラティス 19:00 8ミリフィルムに残る風景 19:15 伊勢 美し国から 19:30 いせトビ 19:45 ランドスケープ①	18:30 じもトビ 18:45 ぐるぐるグルメ 19:00 皇學館大学 大学生TV局 19:30 いせトビ 19:45 見晴らし飛行	18:30 じもトビ 18:45 特選アンコール 19:00 名作アニメ 19:30 いせトビ 19:45 ランドスケープ②
20:00 いせトビ MCTVニュース	20:00 いせトビ MCTVニュース	20:00 いせトビ MCTVニュース	20:00 いせトビ MCTVニュース
20:30 石田靖とぶらりて笑① 21:00 おしえて先生① 21:15 あっこれみよ① 21:30 けーぶるにっぽん【大阪】 22:00 オンちゃん！① 22:15 Z-NAVIGATION 22:30 Z-NAVIGATION【前月号】 22:45 郷土菜発見 23:00 いせトビ 23:15 年寄万歳～百歳になったら～ 23:30 もっと！水の惑星紀行 23:45 伊勢 美し国から① 0:00 SHOPチャンネル 2:00 QVC (～5:00) 5:00 インフォメーションタイム(～6:00)	20:30 石田靖とぶらりて笑① 21:00 おしえて先生① 21:15 あっこれみよ① 21:30 陽だまりのピラティス 21:45 きみの一歩で 22:00 オンちゃん！① 22:15 お店タウンマップ 22:30 ナナちゃんのお店紹介 22:45 歴史街道① 23:00 いせトビ 23:15 8ミリフィルムに残る風景 23:30 おとどけ隊 23:45 伊勢 美し国から① 0:00 SHOPチャンネル 2:00 QVC (～5:00) 5:00 インフォメーションタイム(～6:00)	20:30 石田靖とぶらりて笑② 21:00 おしえて先生② 21:15 あっこれみよ② 21:30 けーぶるにっぽん【佐賀】 22:00 オンちゃん！② 22:15 ぐるぐるグルメ 22:30 ぐるぐるグルメ(前月号) 22:45 おしえて先生② 23:00 いせトビ 23:15 見晴らし飛行 23:30 皇學館大学 大学生TV局 0:00 SHOPチャンネル 2:00 QVC (～5:00) 5:00 インフォメーションタイム(～6:00)	20:30 石田靖とぶらりて笑② 21:00 おしえて先生② 21:15 あっこれみよ② 21:30 神保町昭和歌謡倶楽部 22:00 オンちゃん！② 22:15 お店にGO 22:30 近場ぐるっとFOODハンター 22:45 おしえて先生② 23:00 いせトビ 23:15 ランドスケープ② 23:30 石田靖とぶらりて笑② 0:00 SHOPチャンネル 2:00 QVC (～5:00) 5:00 インフォメーションタイム(～6:00)