

6月

★「いせトピ」毎週月・水・金曜日の18:00更新
 ★前週に放送した「いせトピ」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～30日
<p>■毎週土曜日 15:00～16:00 「ケーブルネットワークみえ」</p> <p>■毎週土・日曜日 11:50～22:50～「+M Spesial」</p>	<p>■毎週土曜日 15:00～16:00 「ケーブルネットワークみえ」</p> <p>■毎週土・日曜日 11:50～22:50～「+M Spesial」</p>	<p>■毎週土曜日 15:00～16:00 「ケーブルネットワークみえ」</p> <p>■毎週土・日曜日 11:50～22:50～「+M Spesial」</p>	<p>■特別番組 森の発表会 6月24日～30日 12:00～20:30～</p> <p>■特別番組「めざせ!甲子園2021」 6月24日～30日 8:30～14:30～18:30～22:30～ 明野・伊勢・伊勢工・宇治山田・宇治山田商</p> <p>■毎週土曜日 15:00～16:00 「ケーブルネットワークみえ」</p> <p>■毎週土・日曜日 11:50～22:50～「+M Spesial」</p>
<p>6:00 いせトピ</p> <p>6:15 郷土菜発見</p> <p>6:30 いせトピダイジェスト</p> <p>7:00 もっと水の惑星紀行</p> <p>7:15 伊勢 美し国から</p> <p>7:30 けーぶるにっぽん【栃木】</p>	<p>6:00 いせトピ</p> <p>6:15 8ミリフィルムに残る風景</p> <p>6:30 いせトピダイジェスト</p> <p>7:00 USJ</p> <p>7:15 伊勢 美し国から</p> <p>7:30 きみの一歩で</p> <p>7:45 おとどけ隊</p>	<p>6:00 いせトピ</p> <p>6:15 見晴らし飛行</p> <p>6:30 いせトピダイジェスト</p> <p>7:00 皇學館大学 大学生TV局</p> <p>7:30 けーぶるにっぽん【富山】</p> <p>7:45 ぐるぐるグルメ</p>	<p>6:00 いせトピ</p> <p>6:15 とブーン</p> <p>6:30 いせトピダイジェスト</p> <p>7:00 スーパーマン&ポパイ</p> <p>7:30 特選アンコール</p>
<p>8:00 いせトピ MCTVニュース</p>	<p>8:00 いせトピ MCTVニュース</p>	<p>8:00 いせトピ MCTVニュース</p>	<p>8:00 いせトピ MCTVニュース</p>
<p>8:30 もっと水の惑星紀行</p> <p>8:45 伊勢 美し国から</p> <p>9:00 おしえて先生①</p> <p>9:15 郷土菜発見</p> <p>9:30 あっこれみよ①</p> <p>9:45 伊勢 美し国から</p> <p>10:00 いせトピ</p> <p>10:15 もっと水の惑星紀行</p> <p>10:30 年寄万歳～百歳になったら～</p> <p>10:45 伊勢 美し国から</p>	<p>8:30 USJ</p> <p>8:45 伊勢 美し国から</p> <p>9:00 おしえて先生①</p> <p>9:15 歴史街道①</p> <p>9:30 あっこれみよ①</p> <p>9:45 伊勢 美し国から</p> <p>10:00 いせトピ</p> <p>10:15 8ミリフィルムに残る風景</p> <p>10:30 ランドスケープ①</p> <p>10:45 伊勢 美し国から</p>	<p>8:30 皇學館大学 大学生TV局</p> <p>9:00 おしえて先生②</p> <p>9:15 日本百菓の旅</p> <p>9:30 あっこれみよ②</p> <p>9:45 ぐるぐるグルメ</p> <p>10:00 いせトピ</p> <p>10:15 日本百菓の旅</p> <p>10:30 見晴らし飛行</p> <p>10:45 ぐるぐるグルメ</p>	<p>8:30 特別番組「めざせ!甲子園2021」</p> <p>9:00 おしえて先生②</p> <p>9:15 歴史街道②</p> <p>9:30 あっこれみよ②</p> <p>9:45 近場ぐるっとFOODハンター</p> <p>10:00 いせトピ</p> <p>10:15 特選アンコール</p> <p>10:30 ランドスケープ②</p> <p>10:45 旅ちゃってごめんね</p>
<p>11:00 いせトピ MCTVニュース</p>	<p>11:00 いせトピ MCTVニュース</p>	<p>11:00 いせトピ MCTVニュース</p>	<p>11:00 いせトピ MCTVニュース</p>
<p>11:30 Z-NAVIGATION</p> <p>11:45 Z-NAVIGATION【前月号】</p>	<p>11:30 お店タウンマップ</p> <p>11:45 ナナちゃんのお店紹介</p>	<p>11:30 ぐるぐるグルメ</p> <p>11:45 ぐるぐるグルメ【前月号】</p>	<p>11:30 お店にGO</p> <p>11:45 近場ぐるっとFOODハンター</p>
<p>12:00 いせトピ</p> <p>12:15 年寄万歳～百歳になったら～</p> <p>12:30 もっと水の惑星紀行</p> <p>12:45 伊勢 美し国から</p> <p>13:00 石田靖とぶらりで笑①</p> <p>13:30 けーぶるにっぽん【栃木】</p> <p>14:00 いせトピ</p> <p>14:15 年寄万歳～百歳になったら～</p> <p>14:30 もっと!水の惑星紀行</p> <p>14:45 おしえて先生①</p> <p>15:00 いせトピ</p> <p>15:15 HOT!東紀州</p> <p>15:30 じもトピ</p> <p>15:45 伊勢 美し国から</p> <p>16:00 いせトピ</p> <p>16:15 年寄万歳～百歳になったら～</p> <p>16:30 もっと!水の惑星紀行</p> <p>16:45 Z-NAVIGATION</p> <p>17:00 郷土菜発見</p> <p>17:15 年寄万歳～百歳になったら～</p> <p>17:30 もっと!水の惑星紀行</p> <p>17:45 伊勢 美し国から</p>	<p>12:00 いせトピ</p> <p>12:15 年寄万歳～百歳になったら～</p> <p>12:30 ランドスケープ①</p> <p>12:45 伊勢 美し国から</p> <p>13:00 石田靖とぶらりで笑①</p> <p>13:30 陽だまりのピラティス</p> <p>13:45 きみの一歩で</p> <p>14:00 いせトピ</p> <p>14:15 8ミリフィルムに残る風景</p> <p>14:30 おとどけ隊</p> <p>14:45 おしえて先生①</p> <p>15:00 いせトピ</p> <p>15:15 HOT!東紀州</p> <p>15:30 じもトピ</p> <p>15:45 ランドスケープ①</p> <p>16:00 いせトピ</p> <p>16:15 8ミリフィルムに残る風景</p> <p>16:30 きみの一歩で</p> <p>16:45 おとどけ隊</p> <p>17:00 歴史街道①</p> <p>17:15 ランドスケープ①</p> <p>17:30 ナナちゃんのお店紹介</p> <p>17:45 伊勢 美し国から</p>	<p>12:00 いせトピ</p> <p>12:15 見晴らし飛行</p> <p>12:30 皇學館大学 大学生TV局</p> <p>13:00 石田靖とぶらりで笑②</p> <p>13:30 けーぶるにっぽん【富山】</p> <p>14:00 いせトピ</p> <p>14:15 皇學館大学 大学生TV局</p> <p>14:45 おしえて先生②</p> <p>15:00 いせトピ</p> <p>15:15 HOT!東紀州</p> <p>15:30 じもトピ</p> <p>15:45 見晴らし飛行</p> <p>16:00 いせトピ</p> <p>16:15 ぐるぐるグルメ</p> <p>16:30 皇學館大学 大学生TV局</p> <p>17:00 日本百菓の旅</p> <p>17:15 見晴らし飛行</p> <p>17:30 ぐるぐるグルメ</p> <p>17:45 見晴らし飛行</p>	<p>12:00 特別番組「森の発表会」</p> <p>14:00 いせトピ</p> <p>14:15 ランドスケープ②</p> <p>14:30 特別番組「めざせ!甲子園2021」</p> <p>15:00 いせトピ</p> <p>15:15 HOT!東紀州</p> <p>15:30 石田靖とぶらりで笑②</p> <p>16:00 いせトピ</p> <p>16:15 お店にGO</p> <p>16:30 神保町昭和歌謡倶楽部</p> <p>17:00 歴史街道②</p> <p>17:15 ランドスケープ②</p> <p>17:30 おしえて先生②</p> <p>17:45 とブーン</p>
<p>18:00 いせトピ MCTVニュース</p>	<p>18:00 いせトピ MCTVニュース</p>	<p>18:00 いせトピ MCTVニュース</p>	<p>18:00 いせトピ MCTVニュース</p>
<p>18:30 じもトピ</p> <p>18:45 郷土菜発見</p> <p>19:00 もっと!水の惑星紀行</p> <p>19:15 伊勢 美し国から</p> <p>19:30 いせトピ</p> <p>19:45 年寄万歳～百歳になったら～</p>	<p>18:30 じもトピ</p> <p>18:45 陽だまりのピラティス</p> <p>19:00 USJ</p> <p>19:15 伊勢 美し国から</p> <p>19:30 いせトピ</p> <p>19:45 ランドスケープ①</p>	<p>18:30 じもトピ</p> <p>18:45 ぐるぐるグルメ</p> <p>19:00 皇學館大学 大学生TV局</p> <p>19:30 いせトピ</p> <p>19:45 見晴らし飛行</p>	<p>18:30 特別番組「めざせ!甲子園2021」</p> <p>19:00 スーパーマン&ポパイ</p> <p>19:30 いせトピ</p> <p>19:45 じもとび</p>
<p>20:00 いせトピ MCTVニュース</p>	<p>20:00 いせトピ MCTVニュース</p>	<p>20:00 いせトピ MCTVニュース</p>	<p>20:00 いせトピ MCTVニュース</p>
<p>20:30 石田靖とぶらりで笑①</p> <p>21:00 おしえて先生①</p> <p>21:15 あっこれみよ①</p> <p>21:30 けーぶるにっぽん【栃木】</p> <p>22:00 1979はじまりの物語①</p> <p>22:15 Z-NAVIGATION</p> <p>22:30 Z-NAVIGATION【前月号】</p> <p>22:45 郷土菜発見</p> <p>23:00 いせトピ</p> <p>23:15 年寄万歳～百歳になったら～</p> <p>23:30 もっと!水の惑星紀行</p> <p>23:45 伊勢 美し国から①</p> <p>0:00 SHOPチャンネル</p> <p>2:00 QVC (~5:00)</p> <p>5:00 インフォメーションタイム(~6:00)</p>	<p>20:30 石田靖とぶらりで笑①</p> <p>21:00 おしえて先生①</p> <p>21:15 あっこれみよ①</p> <p>21:30 陽だまりのピラティス</p> <p>21:45 きみの一歩で</p> <p>22:00 1979はじまりの物語②</p> <p>22:15 お店タウンマップ</p> <p>22:30 ナナちゃんのお店紹介</p> <p>22:45 歴史街道①</p> <p>23:00 いせトピ</p> <p>23:15 8ミリフィルムに残る風景</p> <p>23:30 おとどけ隊</p> <p>23:45 伊勢 美し国から①</p> <p>0:00 SHOPチャンネル</p> <p>2:00 QVC (~5:00)</p> <p>5:00 インフォメーションタイム(~6:00)</p>	<p>20:30 石田靖とぶらりで笑②</p> <p>21:00 おしえて先生②</p> <p>21:15 あっこれみよ②</p> <p>21:30 けーぶるにっぽん【富山】</p> <p>22:00 1979はじまりの物語③</p> <p>22:15 ぐるぐるグルメ</p> <p>22:30 ぐるぐるグルメ【前月号】</p> <p>22:45 あっこれみよ②</p> <p>23:00 いせトピ</p> <p>23:15 見晴らし飛行</p> <p>23:30 皇學館大学 大学生TV局</p> <p>0:00 SHOPチャンネル</p> <p>2:00 QVC (~5:00)</p> <p>5:00 インフォメーションタイム(~6:00)</p>	<p>20:30 特別番組「森の発表会」</p> <p>22:30 特別番組「めざせ!甲子園2021」</p> <p>23:00 いせトピ</p> <p>23:15 1979はじまりの物語④</p> <p>23:30 石田靖とぶらりで笑②</p> <p>0:00 SHOPチャンネル</p> <p>2:00 QVC (~5:00)</p> <p>5:00 インフォメーションタイム(~6:00)</p>