

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
5	テレビショッピング														
6	釣るテレ	アトリエ	00 マイタウンきたかみ				釣るテレ	アトリエきたかみ	00 マイタウンきたかみ				釣るテレ		
	ライブ カメラ	20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」				ライブカメラ	20 うんまいパン焼いてみんまい				ライブカメラ				
		30 まちかど音楽館♪					30 まちかど音楽館♪								
7	マイタウン ウィークリー		00 マイタウンきたかみ 20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」 30 釣るテレ				マイタウン ウィークリー		アトリエ	00 マイタウンきたかみ 20 うんまいパン焼いてみんまい 30 市情報「しらゆりだより」				マイタウン ウィークリー	
8	テレビショッピング														
9	きたかみいきいき体操														
	まちかど音楽館♪														
10	インフォマーシャル	00 なにもしない散歩#73				インフォマーシャル	00 なにもしない散歩#74				インフォマーシャル				
	釣るテレ	30 あいらぶせんりゅう				お知らせ版 アトリエきたかみ	30 あいらぶせんりゅう				釣るテレ				
11	北上川ライブカメラ														
		20 KCTV映画情報					20 KCTV映画情報								
	サイエンス	30 アイアンクッキング				つばたdeサイエンス	30 アイアンクッキング				つばたdeサイエンス				
12	マイタウン ウィークリー		00 マイタウンきたかみ 20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」 30 まちかど音楽館♪				マイタウン ウィークリー		アトリエ	00 マイタウンきたかみ 20 うんまいパン焼いてみんまい 30 市情報「しらゆりだより」				マイタウン ウィークリー	
	北上川ライブカメラ														
13	みちのく マガジン	30 KCTV映画情報 50 アトリエきたかみ				ウ イ エ ヤ ク ま リ ー	みちのく マガジン	30 北上市情報チャンネル 「しらゆりだより」				ウ イ エ ヤ ク ま リ ー	みちのく マガジン		
14	マイタウン ウィークリー	00 インフォマーシャル 30 つばたdeサイエンス 45 ゴーゴー!のりものタウン					マイタウン ウィークリー	00 インフォマーシャル 30 つばたdeサイエンス 45 ゴーゴー!のりものタウン				マイタウン ウィークリー			
15	はたはた	第39回 遠野昔ばなし祭り[前編]				マイタウン ウィークリー	はたはた	第39回 遠野昔ばなし祭り[後編]				マイタウン ウィークリー	はたはた		
16	ウ イ エ ヤ ク ま リ ー						ウ イ エ ヤ ク ま リ ー					ウ イ エ ヤ ク ま リ ー			
17	マイタウン ウィークリー	00 BON-BON TV 30 イイネ!みちのくマガジン				マイタウン ウィークリー		00 BON-BON TV 30 イイネ!みちのくマガジン				マイタウン ウィークリー			
18	なに散歩	00 あいらぶせんりゅう				なにもしない散歩#73 まちかど音楽館♪	00 市情報「しらゆりだより」 アトリエ 30 マイタウンきたかみ 50 アトリエきたかみ				なにもしない散歩#74 まちかど音楽館♪				
	まちかど 音楽館♪	30 マイタウンきたかみ 50 北上市情報チャンネル「お知らせ版」					30 マイタウンきたかみ								
19	春の 藤原 まつり	00 マイタウンきたかみ 20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」 30 マイタウンきたかみ 50 北上市情報チャンネル「お知らせ版」				遠 野 「昔 ばなし 祭り」	お も し る 発 掘 2023 東北 人	アトリエ 00 マイタウンきたかみ 20 うんまいパン焼いてみんまい アトリエ 30 マイタウンきたかみ 50 うんまいパン焼いてみんまい	遠 野 「昔 ばなし 祭り」 お も し る 発 掘 2023 東北 人						
20	みちのく マガジン	00 神保町歌謡POP倶楽部 30 なにもしない散歩#73						00 神保町歌謡POP倶楽部 30 なにもしない散歩#74							
21	小学校 運動会	00 マイタウンきたかみ 20 KCTV映画情報 30 マイタウンきたかみ 50 KCTV映画情報				イイネ! みちのくマガジン まちかど音楽館♪	アトリエ 00 マイタウンきたかみ 20 KCTV映画情報 アトリエ 30 マイタウンきたかみ 50 KCTV映画情報				イイネ! みちのくマガジン まちかど音楽館♪				
22		00 マイタウンきたかみ 20 アトリエきたかみ 30 人類覆面化計画!覆面MANIA TV					アトリエ 00 マイタウンきたかみ 20 アトリエきたかみ 30 人類覆面化計画!覆面MANIA TV				春の藤原まつり				
23	テレビショッピング														

16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31			
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火			
テレビヨッピン																5		
アトリエ	00 マイタウンきたかみ				釣るテレ		アトリエ	00 マイタウンきたかみ				釣るテレ		アトリエ	マイタウン		6	
20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」					ライブカメラ		20 うんまいVパン焼いてみんな					ライブカメラ						
30 まちかど音楽館♪							30 まちかど音楽館♪							まちかど音楽館♪				
マイタウン ウイークリー	00 マイタウンきたかみ				マイタウン ウイークリー		00 マイタウンきたかみ					マイタウン ウイークリー		マイタウン		7		
20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」							20 うんまいVパン焼いてみんな							うんまい				
30 市情報「しらゆりだより」手話版							30 釣るテレ							釣るテレ				
テレビヨッピン																8		
きたかみいきいき体操																9		
まちかど音楽館♪																		
00 なにもしない散歩#75																		
30 あいらぶせんりゅう					インフォーマーシャル お知らせ版 アトリエきたかみ		00 なにもしない散歩#76					インフォーマーシャル		なにもしない散歩#77		10		
							30 あいらぶせんりゅう					釣るテレ		あいらぶせんりゅう				
北上川ライブカメラ																		
20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」							20 KCTV映画情報							KCTV映画情報		11		
30 アイアンクッキング					つばたdeサイエンス		30 アイアンクッキング					つばたdeサイエンス		クッキング				
マイタウン ウイークリー	00 マイタウンきたかみ				マイタウン ウイークリー		00 マイタウンきたかみ					マイタウン ウイークリー		マイタウン		12		
20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」							20 うんまいVパン焼いてみんな							うんまい				
30 市情報「しらゆりだより」手話版							30 まちかど音楽館♪							音楽館♪				
北上川ライブカメラ																13		
30 北上市情報チャンネル 「しらゆりだより」手話版					ウ や イ え や ク ま り ー		30 KCTV映画情報					みちのく マガジン		みちのく マガジン			KCTV映画情報	
							50 アトリエきたかみ							アトリエきたかみ				
00 インフォーマーシャル							00 インフォーマーシャル					つなげ		インフォーマーシャル		14		
30 つばたdeサイエンス							30 つばたdeサイエンス					みちのく マガジン		サイエンス				
45 ゴーゴー!のりものタウン							45 ゴーゴー!のりものタウン							のりものタウン				
第39回 遠野昔ばなし祭り[後編]					マイタウン ウイークリー		チャグチャグ馬コ 2023					マイタウン ウイークリー		ぼたぼた		チャグチャグ馬コ 2023		15
					ぼたぼた		秋田竿灯まつり 2023					ぼたぼた		ウ や イ え や ク ま り ー		秋田竿灯まつり 2023		
					みちのく マガジン							みちのく マガジン		みちのく マガジン				
00 BON-BON TV					マイタウン ウイークリー		00 BON-BON TV					マイタウン ウイークリー		BON-BON TV		17		
30 イネ!みちのくマガジン							30 イネ!みちのくマガジン							みちのくマガジン				
00 市情報「しらゆりだより」手話版					なにもしない散歩#75		00 あいらぶせんりゅう					なにもしない散歩#76		あいらぶせんりゅう				
30 マイタウンきたかみ					まちかど音楽館♪		30 マイタウンきたかみ					まちかど音楽館♪		マイタウン		18		
50 北上市情報チャンネル「お知らせ版」							50 アトリエきたかみ							アトリエきたかみ				
00 マイタウンきたかみ							00 マイタウンきたかみ							マイタウン				
20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」							20 うんまいVパン焼いてみんな							うんまいばん		19		
30 マイタウンきたかみ							30 マイタウンきたかみ							マイタウン				
50 北上市情報チャンネル「お知らせ版」							50 うんまいVパン焼いてみんな							うんまいばん				
00 神保町歌謡POP倶楽部					おもしろ発掘東北人		00 神保町歌謡POP倶楽部					おもしろ発掘東北人		歌謡POP倶楽部		20		
30 なにもしない散歩#75							30 なにもしない散歩#76							なにもしない散歩#77				
00 マイタウンきたかみ					イネ! みちのくマガジン		00 マイタウンきたかみ					イネ! みちのくマガジン		マイタウン		21		
20 KCTV映画情報							20 KCTV映画情報							KCTV映画情報				
30 マイタウンきたかみ					まちかど音楽館♪		30 マイタウンきたかみ					まちかど音楽館♪		マイタウン				
50 KCTV映画情報							50 KCTV映画情報							KCTV映画情報				
00 マイタウンきたかみ							00 マイタウンきたかみ							マイタウン		22		
20 アトリエきたかみ					春の藤原まつり		20 アトリエきたかみ					春の藤原まつり		アトリエきたかみ				
30 人類覆面化計画!覆面MANIA TV							30 人類覆面化計画!覆面MANIA TV							覆面MANIA TV				
テレビヨッピン																23		