

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火			
5	テレビジョッピン																	
6	00 マイタウンきたかみ				インフォーマーシャル		アトリエ		00 マイタウンきたかみ				インフォーマーシャル		アトリエ		00 マイタウン	
	20 展勝地さくら情報						20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」				20 さくら情報							
	30 展勝地さくら情報																	
7	00 マイタウンきたかみ				マイタウン ウィークリー		00 マイタウンきたかみ				マイタウン ウィークリー		00 マイタウン					
	20 うんまいパン焼いてみんな						20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」						20 パン					
	30 釣るテレ						30 釣るテレ						30 釣るテレ					
8	QVCジャパン テレビジョッピン																	
9	きたかみいきいき体操																	
	30 【satonokaセレクト】田舎で暮そう																	
	00 なにもしない散歩 #147				ふるさと 釣るテレ		00 なにもしない散歩 #148				ふるさと 釣るテレ		00 なに散歩					
30 イネみちのくマガジン				30 イネみちのくマガジン				30 みちのくマガジン										
11	展勝地さくら情報																	
	20 うんまいパン焼いてみんな				サイエンス		20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」				サイエンス		20 うんまいパン					
	30 アイアンクッキング						30 アイアンクッキング						30 クッキング					
12	00 マイタウンきたかみ				マイタウン ウィークリー		00 マイタウンきたかみ				マイタウン ウィークリー		00 マイタウン					
	20 うんまいパン焼いてみんな						20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」						20 パン					
	30 まちかど音楽館♪						30 まちかど音楽館♪						30 音楽館♪					
13	展勝地さくら情報																	
	30 KCTV映画情報				ウ や イ え ー や ク ま り ー		30 KCTV映画情報				ウ や イ え ー や ク ま り ー		30 KCTV映画情報					
	40 アトリエきたかみ						40 アトリエきたかみ						40 アトリエきたかみ					
14	00 インフォーマーシャル				マイタウン ウィークリー		00 インフォーマーシャル				マイタウン ウィークリー		00 インフォーマーシャル					
	30 つばたdeサイエンス						30 つばたdeサイエンス						30 サイエンス					
	45 そらたび						45 そらたび						45 そらたび					
15	黒沢尻北小学校 音楽部 『2024 第23回 定期演奏会』 ～レインボーコンサート～				マイタウン ウィークリー		ぼたぼた ウ や イ え ー や ク ま り ー		人生はガタゴト列車に乗って… パートII				マイタウン ウィークリー		ぼたぼた ウ や イ え ー や ク ま り ー		第11回 南部弁サミットin釜石 おらほ弁で 昔話を語っぺし	
16					マイタウン ウィークリー		ぼたぼた ウ や イ え ー や ク ま り ー						マイタウン ウィークリー					
17	00 きたかみいきいき体操				マイタウン ウィークリー		00 きたかみいきいき体操				マイタウン ウィークリー		00 いきいき体操					
	30 もりげきライブ						30 もりげきライブ						30 もりげきライブ					
	30 マイタウンきたかみ						30 マイタウンきたかみ						30 マイタウン					
18	50 アトリエきたかみ				ア フ ー C N		も り げ き ウ		50 北上市情報チャンネル「お知らせ版」				ア フ ー C N		も り げ き ウ		50 アトリエきたかみ	
19	00 マイタウンきたかみ				00 つばたdeサイエンス 15 そらたび		00 マイタウンきたかみ				00 つばたdeサイエンス 15 そらたび		00 マイタウン					
	20 うんまいパン焼いて						20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」						20 うんまいパン					
	30 マイタウンきたかみ						30 マイタウンきたかみ						30 マイタウン					
20	50 うんまいパン焼いて				30 きよらかな 水を飲む		30 壮観 劇場		50 北上市情報チャンネル「お知らせ版」				30 壮観 劇場		30 きよらかな 水を飲む		50 うんまいパン	
21	00 木本有美の釣っちゃうぞ				第11回 南部弁サミット in釜石 おらほ弁で 昔話を語っぺし		黒北小 音楽部 第23回 定期演奏会 レインボー コンサート		00 シンガー木本有美の釣っちゃうぞ				人生は ガタゴト列車 に乗って… パートII		第11回 南部弁サミット in釜石 おらほ弁で 昔話を語っぺし		00 釣っちゃうぞ	
	30 釣るテレ								30 釣るテレ								30 釣るテレ	
22	00 マイタウンきたかみ				00 なに散歩 #147		00 マイタウンきたかみ		00 マイタウンきたかみ				00 なに散歩 #148		00 マイタウン			
	20 KCTV映画情報								20 KCTV映画情報						20 KCTV映画情報			
	30 マイタウンきたかみ								30 マイタウンきたかみ						30 マイタウン			
23	50 KCTV映画情報				30 まちかど音楽館♪		30 ちょっと贅沢!私のしあわせ列車紀行		50 KCTV映画情報				30 まちかど音楽館♪		50 KCTV映画情報			
22	00 マイタウンきたかみ				00 なに散歩 #147		00 マイタウンきたかみ		00 マイタウンきたかみ				00 なに散歩 #148		00 マイタウン			
	20 アトリエきたかみ								20 アトリエきたかみ						20 アトリエきたかみ			
	30 私のしあわせ列車紀行								30 ちょっと贅沢!私のしあわせ列車紀行						30 列車紀行			
23	テレビジョッピン																	

16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水		
テレビジョッピン															5	
00 マイタウンきたかみ		インフォーマーシャル		アトリエ		00 マイタウンきたかみ				インフォーマーシャル		アトリエ		29日:マイタウン 30日:アトリエ		6
20 展勝地さくら情報				20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」				20 展勝地さくら情報								
30 展勝地さくら情報															7	
00 マイタウンきたかみ			マイタウン ウィークリー			00 マイタウンきたかみ				マイタウン ウィークリー			29日:マイタウン 30日:アトリエ			
20 うんまいパン焼いてみんな						20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」							20 うんまいパン			
30 釣るテレ						30 北上市情報チャンネル「しらゆりだより」							30 しらゆり手話			
QVCジャパン テレビジョッピン															8	
きたかみいきいき体操															9	
30 【satonokaセレクト】田舎で暮そう																
00 なにもしない散歩 #149		ふるさと 釣るテレ		00 なにもしない散歩 #150				ふるさと 釣るテレ		00 なにもしない散歩 #151				10		
30 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」						30 しらゆりだより手話版						
展勝地さくら情報															11	
20 うんまいパン		サイエンス		20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」				サイエンス		20 うんまいパン焼いて						
30 アイアンクッキング				30 アイアンクッキング						30 アイアンクッキング						
00 マイタウンきたかみ			マイタウン ウィークリー			00 マイタウンきたかみ				マイタウン ウィークリー			29日:マイタウン 30日:アトリエ		12	
20 うんまいパン焼いてみんな						20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」							20 うんまいパン			
30 まちかど音楽館 ♪						30 北上市情報チャンネル「しらゆりだより」							30 しらゆり手話			
展勝地さくら情報															13	
30 KCTV映画情報		ウ や え ー や ク ま り 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 や え ー や ク ま り ー		みちのく マガジン		30 しらゆりだより手話版		
40 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						00 インフォーマーシャル				
00 インフォーマーシャル		サイエンス		30 つばたdeサイエンス		30 つばたdeサイエンス				サイエンス		30 つばたdeサイエンス		30 つばたdeサイエンス		14
30 つばたdeサイエンス				45 そらたび				45 そらたび								
45 そらたび		サイエンス		30 つばたdeサイエンス		30 つばたdeサイエンス				サイエンス		30 つばたdeサイエンス		30 つばたdeサイエンス		15
00 マイタウンきたかみ				00 マイタウンきたかみ				00 マイタウンきたかみ								
20 うんまいパン焼いてみんな		サイエンス		30 まちかど音楽館 ♪		30 まちかど音楽館 ♪				サイエンス		30 まちかど音楽館 ♪		30 まちかど音楽館 ♪		16
30 まちかど音楽館 ♪				30 まちかど音楽館 ♪				30 まちかど音楽館 ♪								
展勝地さくら情報															17	
00 きたかみいきいき体操		マイタウン ウィークリー		00 北上市情報チャンネル「しらゆりだより」				マイタウン ウィークリー		00 しらゆりだより手話版						
30 もりげきライブ				30 もりげきライブ						30 もりげきライブ						
30 マイタウンきたかみ		ア フ ー ン		30 マイタウンきたかみ		30 マイタウンきたかみ				ア フ ー ン		30 マイタウン		30 マイタウン		18
50 アトリエきたかみ				50 北上市情報チャンネル「お知らせ版」				50 北上市情報チャンネル「お知らせ版」								
00 マイタウンきたかみ		00 つばたdeサイエンス 15 そらたび		00 マイタウンきたかみ				00 つばたdeサイエンス 15 そらたび		00 マイタウン		00 マイタウン		00 マイタウン		19
20 うんまいパン焼いて		30 きよかな 水を献ぐ		20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」				30 杜観 劇場		20 うんまいパン焼いてみんな		30 マイタウン		30 マイタウン		
30 マイタウンきたかみ		30 きよかな 水を献ぐ		30 マイタウンきたかみ				30 マイタウンきたかみ		30 マイタウン		30 マイタウン		30 マイタウン		20
50 うんまいパン焼いて		30 きよかな 水を献ぐ		50 北上市情報チャンネル「お知らせ版」				30 マイタウン		30 マイタウン		30 マイタウン		30 マイタウン		
00 釣っちゃうぞ		30 釣るテレ		00 シンガー木本有美の釣っちゃうぞ				30 釣るテレ		00 釣っちゃうぞ		30 釣るテレ		30 釣るテレ		21
30 釣るテレ		30 釣るテレ		30 釣るテレ				30 釣るテレ		30 釣るテレ		30 釣るテレ		30 釣るテレ		
00 マイタウンきたかみ		00 マイタウンきたかみ		00 マイタウンきたかみ				00 マイタウンきたかみ		00 マイタウンきたかみ		00 マイタウンきたかみ		00 マイタウンきたかみ		22
20 KCTV映画情報		20 KCTV映画情報		20 KCTV映画情報				20 KCTV映画情報		20 KCTV映画情報		20 KCTV映画情報		20 KCTV映画情報		
30 マイタウンきたかみ		30 マイタウンきたかみ		30 マイタウンきたかみ				30 マイタウンきたかみ		30 マイタウンきたかみ		30 マイタウンきたかみ		30 マイタウンきたかみ		23
50 KCTV映画情報		50 KCTV映画情報		50 KCTV映画情報				50 KCTV映画情報		50 KCTV映画情報		50 KCTV映画情報		50 KCTV映画情報		
テレビジョッピン															23	