	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
5	QVCジャパン テレビショッピング														
6	マイタウン 20【satoセレ】そらたび	マイタウン お知らせ版 マイタウン		インフォマーシャル		アトリエ 20 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**				インフォマーシャル		アトリエ 20【satoセレ】そらたび	00 マイタウン	
	30 北上川ライブカメラ&男山ライブカメラ														
7	マイタウン 20【satonokaセレクト】そらたび 30 釣るテレ	マイタウン お知らせ版 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** 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 20 そらたび 30 釣るテレ	00 マイタウン
8	QVCジャパン テレビショッピング														
9	30 インフォ	30【satonokaセレクト】歴史街道～わたしたちのまちの歴史と文化～ / 45 Cook!AYT					00 **きたかみいきいき体操**								
10	北上市議会【中継】最終日	00 なに散歩 #173 30 みちマガ		00 ふるさと 30 なに散歩 #173		00 なにもしない散歩 #174 30 イイネ!みちのくマガジン					00 ふるさと 30 お知らせ版 40 アトリエ		00 なにもしない散歩 #175 30 みちのくマガジン		
11	00 北上川ライブカメラ&男山ライブカメラ														
		20 そらたび 30 地サン地ショー		ライブカメラ 30 サイエンス		20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」 30 地サン地ショークッキング					ライブカメラ 30 サイエンス		20 そらたび 30 地サン地ショー		
12	マイタウン 20【satonokaセレクト】そらたび 30 まちかど音楽館♪	マイタウン お知らせ版 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** 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 20 そらたび 30 音楽館♪	00 マイタウン
13	00 北上川ライブカメラ&男山ライブカメラ														
	北上市議会【中継】最終日	30 KCTV映画情報 40 アトリエきたかみ		ウィークリー やえやま	みちのくマガジン	30 KCTV映画情報 40 アトリエきたかみ					ウィークリー やえやま	みちのくマガジン	30 KCTV映画情報 40 アトリエきたかみ		
14		00 インフォマーシャル	考える大学のあるまち『KCTV特別番組『大学のあるまち』を考えるフォーラム【前編】		KCTV特別番組『大学のあるまち』を考えるフォーラム【前編+後編】	00 インフォマーシャル 30 つばたdeサイエンス 45 コスミィのサイエンスTV						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 コスミィのサイエンスTV		
15				マイタウン ウィークリー		チャグチャグ馬コ2025 ～岩手の初夏に響く鈴の音色～					マイタウン ウィークリー	田舎で暮そう ウィークリー やえやま	ソメイヨシノを救え さくらの守人ふたたび （第51回番組アワード受賞作品）		
16				釣っちゃうぞ みちのくマガジン		「物」の聲を聴け					釣っちゃうぞ みちのくマガジン		秋田竿燈まつり 生中継ダイジェスト 2025		
17	00 体操 30 壮観劇場	30 もりげきライヴ		マイタウン ウィークリー		00 **きたかみいきいき体操** 30 もりげきライヴ					**マイタウン ウィークリー**		00 **きたかみいきいき体操** 30 もりげきライヴ		
18	マイタウン お知らせ版 北上市議会 最終日【録画】	30 **マイタウン** 50 アトリエきたかみ		北上市議会 最終日【再放送】		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」					00 田舎で暮らそう 30 オラホノTV		30 コスミィ 30 **マイタウン** 50 アトリエきたかみ		
19		00 **マイタウン** 20 そらたび 30 **マイタウン** 50 そらたび				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」					盛岡さんさ踊り 1日目	00 <わいだん 15 コスミィ 30 ガンマ波サウンドで認知症に立ち向かう	00 つばた 00 **マイタウン** 20 そらたび 30 コスミィ 30 **マイタウン** 50 そらたび		
20		00 釣っちゃうぞ 30 なに散歩#173			00 発掘!おもしろ東北人2025	00 シンガー本本有美の釣っちゃうぞ 30 なにもしない散歩#174						00 発掘!おもしろ東北人2025	00 釣っちゃうぞ 30 なにもしない散歩#175		
21		00 **マイタウン** 20 KCTV映画情報 30 **マイタウン** 50 KCTV映画情報			00 震災復興ドキュメンタリー「to Revive」 30 なに散歩 #173	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						00 震災復興ドキュメンタリー「to Revive」 30 なに散歩 #174	00 <わいだん 00 **マイタウン** 20 KCTV映画情報 30 歴史街道 30 **マイタウン** 50 KCTV映画情報		
22		00 **マイタウン** 20 アトリエきたかみ 30 SSTVマンスリー		00 釣るテレ 30 まちかど音楽館♪		00 **マイタウンきたかみ** 20 アトリエきたかみ 30 SSTVマンスリー					00 釣るテレ 30 まちかど音楽館♪		00 <わいだん 00 **マイタウン** 20 アトリエきたかみ 30 SSTVマンスリー		
23	QVCジャパン 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
	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木・金
5	QVCジャパン テレビショッピング														
6	00 **マイタウン** 20 そらたび		インフォマーシャル		アトリエ 20 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**				インフォマーシャル		アトリエ 20【satonokaセレクト】そらたび	00 **マイタウンきたかみ**		
	00 北上川ライブカメラ&男山ライブカメラ														
7	00 **マイタウンきたかみ** 20 そらたび 30 釣るテレ			**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 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 マイタウンきたかみ 20 そらたび 30「しらゆりだより」手話版		
8	QVCジャパン テレビショッピング														
9	00 **きたかみいきいき体操** 30【satonokaセレクト】歴史街道～わたしたちのまちの歴史と文化～ / 45 Cook!AYT														
10	00 なに散歩 #175 30 みちマガ		00 ふるさと 30 なに散歩 #175		00 なにもしない散歩 #176 30 北上市情報チャンネル「しらゆりだより」					00 ふるさと 30 お知らせ版 40 アトリエ		00 なにもしない散歩 #177 30 市情報「しらゆりだより」手話版			
11	00 北上川ライブカメラ&男山ライブカメラ														
	20 そらたび 30 地サン地ショー		ライブカメラ 30 サイエンス		20 北上市情報チャンネル「お知らせ版」 30 地サン地ショークッキング					ライブカメラ 30 サイエンス		00【satonokaセレクト】そらたび 30 地サン地ショークッキング			
12	00 **マイタウンきたかみ** 20【satoセレ】そらたび 30 まちかど音楽館♪			**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 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 **マイタウンきたかみ** 20【satoセレ】そらたび 30「しらゆりだより」手話版		
13	00 北上川ライブカメラ&男山ライブカメラ														
	30 KCTV映画情報 40 アトリエきたかみ		ウィークリー やえやま	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」					ウィークリー やえやま	みちのくマガジン	30 市情報「しらゆりだより」手話版			
14	00 インフォマーシャル 30 つばたdeサイエンス 45 コスミィ			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 コスミィのサイエンスTV						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 コスミィのサイエンスTV			
15	ソメイヨシノを救え さくらの守人ふたたび （第51回 番組アワード受賞作品）		マイタウン ウィークリー	田舎で暮そう ウィークリー やえやま	ソメイヨシノを救え さくらの守人ふたたび （第51回番組アワード受賞作品）					マイタウン ウィークリー	田舎で暮そう ウィークリー やえやま	ソメイヨシノを救え さくらの守人ふたたび （第51回番組アワード受賞作品）			
16	秋田竿燈まつり 生中継ダイジェスト 2025		釣っちゃうぞ みちのくマガジン		秋田竿燈まつり 生中継ダイジェスト 2025					釣っちゃうぞ みちのくマガジン		秋田竿燈まつり 生中継ダイジェスト 2025			
17	00 **いきいき体操** 30 もりげきライヴ		**マイタウン ウィークリー**		00 **きたかみいきいき体操** 30 もりげきライヴ					**マイタウン ウィークリー**		00 **きたかみいきいき体操** 30 もりげきライヴ			
18	30 **マイタウン** 50 アトリエきたかみ		00 田舎で暮らそう 30 オラホノTV		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」					00 田舎で暮らそう 30 オラホノTV		30 **マイタウンきたかみ** 50 アトリエきたかみ			
19	00 **マイタウン** 20 そらたび 30 **マイタウン** 50 そらたび			盛岡さんさ踊り 2日目	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」						盛岡さんさ踊り 3日目	00 **マイタウンきたかみ** 20【satonokaセレクト】そらたび 30 **マイタウンきたかみ** 50【satonokaセレクト】そらたび			
20	00 釣っちゃうぞ 30 なに散歩#175			00 発掘!おもしろ東北人2025	00 シンガー本本有美の釣っちゃうぞ 30 なにもしない散歩 #176						00 発掘!おもしろ東北人2025	00 釣っちゃうぞ 30 なにもしない散歩 #177			
21	00 **マイタウン** 20 KCTV映画情報 30 **マイタウン** 50 KCTV映画情報			00 震災復興ドキュメンタリー「to Revive」 30 なに散歩 #175	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						00 震災復興ドキュメンタリー「to Revive」 30 なに散歩 #176	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			
22	00 **マイタウン** 20 アトリエきたかみ 30 SSTVマンスリー		00 釣るテレ 30 まちかど音楽館♪		00 **マイタウンきたかみ** 20 アトリエきたかみ 30 SSTVマンスリー					00 釣るテレ 30 まちかど音楽館♪		00 **マイタウンきたかみ** 20 アトリエきたかみ 30 SSTVマンスリー			
23	QVCジャパン テレビショッピング														