2022 1月	4 火	5 水	6 木	7 金	8 土	9 日	10 月	11 火	12 水	13 木	14 金	15 土	16 日		17 月	18 火	19 水	20 木	21 金	22 土	23 日	24 月	25 火	26 水	27 木	28 金	29 土	30 日	31 月	1 火	2 水	
AM 5	河川ライブカメラ				30~ ショッピング		河川ライブカメラ					30~ ショッピング		5	河川ライブカメラ					30~ ショッピング		河川ライブカメラ					30~ ショッピング		河川ライブカメラ			5
6	大鹿鳥瞰図	前日のケーブルニュース				飯田鳥瞰図	大鹿鳥瞰図	前日の ictvケーブルニュース					飯田鳥瞰図	6	大鹿鳥瞰図	前日の ictvケーブルニュース					飯田鳥瞰図	大鹿鳥瞰図	前日の ictvケーブルニュース					飯田鳥瞰図	大鹿鳥瞰図	前日のニュース		6
15 25	歩こう動こう プラステン						歩こう動こう プラステン							15 25	歩こう動こう プラステン							歩こう動こう プラステン							歩こう動こう プラステン			15 25
	ライブカメラ						ライブカメラ								ライブカメラ							ライブカメラ							ライブカメラ			
7	飯田鳥瞰図	前日のケーブルニュース				大鹿鳥瞰図	飯田鳥瞰図	前日の ictvケーブルニュース					大鹿鳥瞰図	7	飯田鳥瞰図	前日の ictvケーブルニュース					大鹿鳥瞰図	飯田鳥瞰図	前日の ictvケーブルニュース					大鹿鳥瞰図	飯田鳥瞰図	前日のニュース		7
15 25 35	歩こう動こう プラステン						歩こう動こう プラステン							15 25 35	歩こう動こう プラステン							歩こう動こう プラステン							歩こう動こう プラステン			15 25 35
	ライブカメラ						ライブカメラ								ライブカメラ							ライブカメラ							ライブカメラ			
8	語り継ぐ 三六災害	前日のケーブルニュース				語り継ぐ 三六災害	語り継ぐ 三六災害	前日の ictvケーブルニュース					語り継ぐ 三六災害	8	語り継ぐ 三六災害	前日の ictvケーブルニュース					語り継ぐ 三六災害	語り継ぐ 三六災害	前日の ictvケーブルニュース					語り継ぐ 三六災害	語り継ぐ 三六災害	前日のニュース		8
15	桐原冬夜の生録大自然の旅						桐原冬夜の生録大自然の旅							15	桐原冬夜の生録大自然の旅							桐原冬夜の生録大自然の旅							生録大自然の旅			15
30 55	阿部知事が語る 県政展望2022						投稿ビデオ 塩沢知治さん（滝の沢）							30 55	あいラブせんりゅう							平成10年 飯沼諏訪神社 御柱祭							竜東・遠山 寄ってみまい！			30 55
																													ぐるっとふるさと信越			
9	FUN TIME	前日のケーブルニュース				ファファ FUN TIME	ファファ FUN TIME	前日の ictvケーブルニュース					ファファ FUN TIME	9	ファファ FUN TIME	前日の ictvケーブルニュース					ファファ FUN TIME	ファファ FUN TIME	前日の ictvケーブルニュース					ファファ FUN TIME	ファファ FUN TIME	前日のニュース		9
15	メイキング・オブ・モッコ in 高森町						いま伝えたい記憶 ～戦争体験を語る～ 74 市岡茂芳さん（100歳）①							15	いま伝えたい記憶 ～戦争体験を語る～ 74 市岡茂芳さん（100歳）②							いま伝えたい記憶 ～戦争体験を語る～ 74 市岡茂芳さん（100歳）③							戦争体験を語る			15
30	おらほうのニュースまとめ2021						（再）竜東・遠山 寄ってみまい！ 12月							30	釣りバカZ							竜東・遠山 寄ってみまい！							素でどうでしょう			30
55	feeling −4K−						ぐるっとふるさと信越							55								ぐるっとふるさと信越										55
10	第14回 南信州獅子舞フェスティバル ① ② ① ②				第39回 伊那人形芝居公演		平成22年 飯沼諏訪神社 御柱祭					赤門スクール 飯田下伊那小中学校校歌から学ぶ 元教諭 小木曽 豊氏		10	赤門スクール 飯田下伊那 小中学校校歌から学ぶ 元教諭 小木曽 豊氏					美博文化講座 飯田下伊那における疫病 近藤大知 学芸員		美博文化講座 飯田下伊那における疫病 近藤大知 学芸員				おぶすなアートプロジェクト お披露目公演（11月28日 鼎文化センター）		おぶすなアートプロジェクト お披露目公演（11月28日 鼎文化センター）		10
11 15	FUN TIME FUN TIME （再）テレビ広報 世界が認めた遠山郷の自然						平成10年 七久里神社 御柱祭							11 15																		11 15
30 40	feeling −4K−						ぐるっとふるさと信越							30 40	ぐるっとふるさと信越							ぐるっとふるさと信越										30 40
45	メイキング・オブ・モッコ in 高森町						桐原冬夜の生録大自然の旅							45	桐原冬夜の生録大自然の旅							桐原冬夜の生録大自然の旅										45
12	おらほうのニュースまとめ2021						平成28年 野池神社＆柏原明神社 御柱祭							12	いつくしみ深酒							竜東・遠山 寄ってみまい！					プラステン		（再）テレビ広報 世界が認めた遠山郷の自然			12
15 25														15 25													今週のきょうの5分			10 25
30 35	歩こう動こうプラステン						歩こう動こうプラステン							30 35	歩こう動こうプラステン							歩こう動こうプラステン							歩こう動こうプラステン			30 35
	テレビショッピング				今週のきょうの5分		テレビショッピング					今週のきょうの5分			テレビショッピング					今週のきょうの5分		テレビショッピング				今週のきょうの5分			テレビショッピング			
1	5 第14回 南信州獅子舞フェスティバル ① ② ① ②				（再）ケーブルニュース（4～7日）		5 赤門スクール 飯田下伊那 小中学校校歌から学ぶ 元教諭 小木曽 豊氏					（再）ケーブルニュース（10～14日）		1	5 美博文化講座 飯田下伊那における疫病 近藤大知 学芸員					（再）ケーブルニュース（17～21日）		5 おぶすなアートプロジェクト お披露目公演（11月28日 鼎文化センター）				（再）ニュース（24～28日）			5 赤門スクール 女性たちは善光寺をめざす 美博 青木隆幸 専門研究員		1
30												戦争体験を語る		30						戦争体験を語る						戦争体験	50 【生】Vリーグ VC長野トライデンツ×パナソニックパンサーズ（岡谷市・スワンドーム）			30
2 15	野池＆柏原明御柱 モッコ モッコ 野池＆柏原明御柱				平成22年 特集 いいだの御柱									2 15																		2 15
30	平成16年 飯田お練りまつり						投稿ビデオ 塩沢知治さん（滝の沢）					まるごと信州情報ネット		30	いつくしみ深酒					まるごと信州情報ネット						まる信						30
3 30	第39回 伊那人形芝居公演				平成28年 飯田お練りまつり		寄席チャンネル							3 30	寄席チャンネル							寄席チャンネル							寄席チャンネル			3 30
4					今週のきょうの5分		県内CATV共同企画 わがまちの推し〇〇					赤門スクール 飯田下伊那小中学校校歌から学ぶ 元教諭 小木曽 豊氏		4	赤門スクール 飯田下伊那 小中学校校歌から学ぶ 元教諭 小木曽 豊氏					美博文化講座 飯田下伊那における疫病 近藤大知 学芸員		美博文化講座 飯田下伊那における疫病 近藤大知 学芸員				おぶすなアートプロジェクト お披露目公演（11月28日 鼎文化センター）			おぶすなアートプロジェクト お披露目公演（11月28日 鼎文化センター）		4
30					20~ （再）ケーブルニュース（4～7日）		平成28年 ケーブルニュース 御柱祭 総集編							30																		30
5 25	歩こう動こう プラステン				20 平成22年 和田諏訪神社御柱祭									5 25	歩こう動こう プラステン							歩こう動こう プラステン							DRONE 空撮の旅			5 25
40 45	feeling −4K−				DRONE							戦争体験を語る		40 45	ぐるっとふるさと信越					戦争体験を語る		ぐるっとふるさと信越							歩こう動こう プラステン			40 45
50														50															ぐるっとふるさと信越			50
55	きょうの5分				空撮の旅		きょうの5分					feeling −4K−		55	きょうの5分					feeling −4K−		きょうの5分							きょうの5分			55
6	ictvケーブルニュース				第39回 伊那人形芝居公演		ictvケーブルニュース					土の中から宝を探せ！		6	ictvケーブルニュース					いつくしみ深酒		ictvケーブルニュース				竜東・遠山 寄ってみまい！			ictvケーブルニュース			6
15 30	おらほうのニュースまとめ 2021						平成16年 七久里神社 御柱祭					ぐるっとふるさと		15 30	いつくしみ深酒					25~ ぐるっとふるさと 30~ feeling −4K−		竜東・遠山 寄ってみまい！				25~ ぐるっとふるさと 30~ feeling −4K−			平成22年 和田諏訪神社 御柱祭			15 30
40	生録 大自然の旅						DRONE 空撮の旅					35~ 今週のきょうの5分		40	生録 大自然の旅					35~ 今週のきょうの5分		生録 大自然の旅				35~ 今週のきょうの5分			DRONE 空撮の旅			40
55	きょうの5分						きょうの5分							55	きょうの5分							きょうの5分							きょうの5分			55
7	ictvケーブルニュース						ictvケーブルニュース					（再）ケーブルニュース（10～14日）		7	ictvケーブルニュース					（再）ケーブルニュース（17～21日）		ictvケーブルニュース				（再）ケーブルニュース（24～28日）			ictvケーブルニュース			7
15 30	（再）テレビ広報 世界が認めた遠山郷の自然						おらほうのニュースまとめ 2021							15 30	いつくしみ深酒							竜東・遠山 寄ってみまい！							いつくしみ深酒			15 30
40	メイキング・オブ・モッコ in 高森町						戦争体験を語る 74 市岡茂芳さん（100歳）①							40	戦争体験を語る 74 市岡茂芳さん（100歳）②							戦争体験を語る 74 市岡茂芳さん（100歳）③							戦争体験を語る			40
55	きょうの5分						きょうの5分							55	きょうの5分							きょうの5分							きょうの5分			55
8	ictvケーブルニュース						ictvケーブルニュース					戦争体験を語る		8	ictvケーブルニュース					戦争体験を語る		ictvケーブルニュース				戦争体験を語る			ictvケーブルニュース			8
15 30	（再）テレビ広報 三六災害から60年											まるごと信州情報ネット		15 30						まるごと信州情報ネット						まるごと信州情報ネット						15 30
40	お練りの舞が息吹くとき				今週のきょうの5分		赤門スクール 飯田下伊那 小中学校校歌から学ぶ 元教諭 小木曽 豊氏							40	美博文化講座 飯田下伊那における疫病 近藤大知 学芸員					いつくしみ深酒		おぶすなアートプロジェクト お披露目公演（11月28日 鼎文化センター）							赤門スクール 女性たちは善光寺をめざす 美博 青木隆幸 専門研究員			40
9	平成22年 飯田お練りまつり				（再）ケーブルニュース（4～7日）							店の名は・・・ ラーメン屋 原点		9						25~ ぐるっとふるさと 30~ feeling −4K−						35~ 今週のきょうの5分						9
15 30 40												ぐるっとふるさと		15 30 40						35~ 今週のきょうの5分												15 30 40
55	きょうの5分						きょうの5分					35~ 今週のきょうの5分		55	きょうの5分														きょうの5分			55
10	ictvケーブルニュース				平成28年 飯田お練りまつり		ictvケーブルニュース					（再）ケーブルニュース（10～14日）		10	ictvケーブルニュース					（再）ケーブルニュース（17～21日）		ictvケーブルニュース				（再）ケーブルニュース（24～28日）			ictvケーブルニュース			10
15 30	おらほうのニュースまとめ 2021						（再）テレビ広報 世界が認めた遠山郷の自然							15 30	いつくしみ深酒							ictvケーブルニュース DRONE 空撮の旅							竜東・遠山 寄ってみまい！			15 30
40	メイキング・オブ・モッコ in 高森町						戦争体験を語る 74 市岡茂芳さん（100歳）①							40	戦争体験を語る 74 市岡茂芳さん（100歳）②							戦争体験を語る 74 市岡茂芳さん（100歳）③							戦争体験を語る			40
55	きょうの5分	feeling −4K−					きょうの5分							55	きょうの5分							きょうの5分							きょうの5分			55
11	ictvケーブルニュース						ictvケーブルニュース					戦争体験を語る		11	ictvケーブルニュース					戦争体験を語る		ictvケーブルニュース				戦争体験を語る			ictvケーブルニュース			11
15 30	平成28年 野池神社＆柏原明神社 御柱祭				平成28年 飯沼諏訪神社 御柱祭		おらほうのニュースまとめ 2021					まるごと信州情報ネット		15 30	いつくしみ深酒					いつくしみ深酒		竜東・遠山 寄ってみまい！				竜東・遠山 寄ってみまい！			いつくしみ深酒			15 30
38 40	（再）テレビ広報 やさしい日本語						ファファFUN TIME							40	語り継ぐ 三六災害の記憶							ファファFUN TIME							語り継ぐ 三六災害の記憶			40
55	きょうの5分						きょうの5分							55	きょうの5分					まるごと信州情報ネット		きょうの5分				まるごと信州情報ネット			きょうの5分			55
深夜 0	ictvケーブルニュース						ictvケーブルニュース							0	ictvケーブルニュース							ictvケーブルニュース							ictvケーブルニュース			0
15	平成4年 飯田お練りまつり				平成28年 ケーブルニュース 御柱祭 総集編		赤門スクール 飯田下伊那小中学校校歌から学ぶ 元教諭 小木曽 豊氏							15	25 美博文化講座 飯田下伊那における疫病 近藤大知 学芸員							25 おぶすなアートプロジェクト お披露目公演（11月28日 鼎文化センター）							赤門スクール 女性たちは善光寺をめざす 美博 青木隆幸 専門研究員			15
1	12 10 記録映画「天竜と共に」						40							1																		1
2	2 0 信毎文字ニュース						55 信毎文字ニュース							2	55 5 信毎文字ニュース							15 25 信毎文字ニュース							55 信毎文字ニュース			2