

2026 年始番組表

12月2日版

2026 1月	1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)
4	信毎文字ニュース			4
5	信毎文字ニュース			5
6	ライブカメラ			6
30	阿部知事に聞く 県政展望2026	50	歩こう動こうプラステン	50
7	つめこんじゃいました！ 新春アナウンサー 大集合スペシャル	阿部知事に聞く 県政展望2026		7
30		教えて！リニアのリアル #17		30
8	生中継 飯田市内 全20地区 初詣チャレンジ	つめこんじゃいました！ 新春アナウンサー大集合スペシャル		8
9				9
10				10
15 30				【録】 第74回長野県縦断駅伝競走 (2025年11月16日 松本市～飯田市)
11			11	
12			12	
1			1	
30			30	
2			2	
30			30	
45			45	
3			3	
30	15:30 終了予定		30	
4	つめこんじゃいました！ 新春アナウンサー大集合スペシャル			4
5	第18回 南信州獅子舞 フェスティバル①	第18回 南信州獅子舞 フェスティバル②	第18回 南信州獅子舞 フェスティバル③	5
6	お国自慢大新年会2026			6
20	Vlog Camp			6
35	教えて！リニアのリアル #17			
7	つめこんじゃいました！ 新春アナウンサー大集合スペシャル			7
8	ケーブルニュース2025			8
30	飯田で〇〇やってみた 8月	飯田で〇〇やってみた 9月	飯田で〇〇やってみた 10月	30
9	つめこんじゃいました！ 新春アナウンサー大集合スペシャル			9
10	録画 飯田市内 全20地区 初詣チャレンジ			10
15	令和四年 飯田お練りまつり 総集編	大鹿歌舞伎 秋の定期公演 二幕目 神霊矢口渡 八郎物語の段	大鹿歌舞伎 秋の定期公演 一幕目 義経腰越状 泉三郎館の段	10
30				30
11	つめこんじゃいました！ 新春アナウンサー大集合スペシャル			11
15				40
40				40
0	つめこんじゃいました！ 新春アナウンサー大集合スペシャル			0
15	教えて！リニアのリアル #17			
40	ケーブルニュース2025			
1	お国自慢大新年会2026			1
10	記録映画 天竜と共に			
2	お国自慢大新年会2026			2
30	ケーブルニュース2025			30
	阿部知事に聞く 県政展望2026			
3	信毎文字ニュース			3
	信毎文字ニュース			

P
M

深夜

2026	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1
1月	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
A M	5	河川ライブカメラ							河川ライブカメラ							河川ライブカメラ							5					
	6	前日の「きょうの5分」 前日の「ictv news」							前日の「きょうの5分」 前日の「ictv news」							前日の「きょうの5分」 前日の「ictv news」							6					
	15	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							25					
	7	生録大自然の旅 前日の「きょうの5分」 前日の「ictv news」							生録大自然の旅 前日の「きょうの5分」 前日の「ictv news」							生録大自然の旅 前日の「きょうの5分」 前日の「ictv news」							7					
	15	みんな野球しようぜ！							みんな野球しようぜ！							みんな野球しようぜ！							15					
	30	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	ライブカメラ							ライブカメラ							ライブカメラ							35					
	8	信州の子カラ 前日の「きょうの5分」 前日の「ictv news」							信州の子カラ 前日の「きょうの5分」 前日の「ictv news」							信州の子カラ 前日の「きょうの5分」 前日の「ictv news」							8					
	15	みんなのあそびバ！ 川路おむすび保育園							みんなのあそびバ！ 下條保育所							みんなのあそびバ！ 飯田中央保育園							15					
	30	阿部知事へ聞く 県政展望2026							(再)テレビ広報 12月 結婚や子育てに温かい地域社会とは							あいりんの「おしえてアゲるランキング」							30					
	50															竜東・遠山 寄ってまい！							50					
9	野球しようぜ！ 前日の「きょうの5分」 前日の「ictv news」							野球しようぜ！ 前日の「きょうの5分」 前日の「ictv news」							野球しようぜ！ 前日の「きょうの5分」 前日の「ictv news」							9						
15	みんなのあそびバ！ 川路おむすび保育園							みんなのあそびバ！ 下條保育所							みんなのあそびバ！ 飯田中央保育園							15						
30	教えて！リニアのリアル #17							教えて！リニアのリアル #17							あいりんの「おしえてアゲるランキング」							30						
50															竜東・遠山 寄ってまい！							50						
10	赤門スクール 「遠山郷の山林資源 ～その歴史と暮らし～」 美博学芸員 近藤大知氏 (12月5日 飯田合同庁舎)							第43回 伊那人形芝居公演 【前編】 (11月9日 黒田人形浄瑠璃伝承館)							第43回 伊那人形芝居公演 【後編】 (11月9日 黒田人形浄瑠璃伝承館)							10						
15															信州大学教授×地域企業 の社長と考える 地域とともに育てる未来 の人材 第1部【基調講演】 (11月24日 丘の上緑いスクエア)							15						
30	みんな野球しようぜ！							みんな野球しようぜ！							みんな野球しようぜ！							30						
45	みんなのあそびバ！ 川路おむすび保育園							みんなのあそびバ！ 下條保育所							みんなのあそびバ！ 飯田中央保育園							45						
12	(再)飯田で〇〇やってみた 8月							教えて！リニアのリアル #17							あいりんの「おしえてアゲるランキング」							12						
20															竜東・遠山 寄ってまい！							20						
30	毎日笑顔 テレビショッピング							毎日笑顔 テレビショッピング							毎日笑顔 テレビショッピング							30						
40															毎日笑顔 テレビショッピング							40						
1	第43回 伊那人形芝居公演 【前編】 (11月9日 黒田人形浄瑠璃伝承館)							第43回 伊那人形芝居公演 【後編】 (11月9日 黒田人形浄瑠璃伝承館)							信州大学教授×地域企業 の社長と考える 地域とともに育てる未来 の人材 第1部【基調講演】 (11月24日 丘の上緑いスクエア)							1						
30	今週の「きょうの5分」& 「ictv news」							今週の「きょうの5分」& 「ictv news」							今週の「きょうの5分」& 「ictv news」							30						
2	みんなのあそびバ！ 川路おむすび保育園							みんなのあそびバ！ 下條保育所							みんなのあそびバ！ 飯田中央保育園							2						
15															信州大学教授×地域企業 の社長と考える 地域とともに育てる未来 の人材 第2部【パネルディスカッション】 (11月24日 丘の上緑いスクエア)							15						
30	教えて！リニアのリアル #17							寄席チャンネル							竜東・遠山 寄ってまい！							30						
3	(再)テレビ広報 12月 結婚や子育てに温かい地域社会とは							(再)飯田で〇〇やってみた 8月							あいりんの「おしえてアゲるランキング」							3						
30	みんなのあそびバ！ 川路おむすび保育園							みんなのあそびバ！ 下條保育所							みんなのあそびバ！ 飯田中央保育園							30						
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							寄席チャンネル							45						
4	赤門スクール 「遠山郷の山林資源 ～その歴史と暮らし～」 美博学芸員 近藤大知氏 (12月5日 飯田合同庁舎)							第43回 伊那人形芝居公演 【前編】 (11月9日 黒田人形浄瑠璃伝承館)							第43回 伊那人形芝居公演 【後編】 (11月9日 黒田人形浄瑠璃伝承館)							4						
15															まるごと信州 情報ネット							15						
30	みんな野球しようぜ！							みんな野球しようぜ！							みんなのあそびバ！ 飯田中央保育園							30						
5	赤門スクール 「遠山郷の山林資源 ～その歴史と暮らし～」 美博学芸員 近藤大知氏 (12月5日 飯田合同庁舎)							第43回 伊那人形芝居公演 【前編】 (11月9日 黒田人形浄瑠璃伝承館)							第43回 伊那人形芝居公演 【後編】 (11月9日 黒田人形浄瑠璃伝承館)							5						
15															信州大学教授×地域企業 の社長と考える 地域とともに育てる未来 の人材 第1部【基調講演】 (11月24日 丘の上緑いスクエア)							15						
30	みんな野球しようぜ！							みんな野球しようぜ！							みんなのあそびバ！ 飯田中央保育園							30						
40	きょうの5分							きょうの5分							きょうの5分							40						
55	ぐらつとふるさと信越							ぐらつとふるさと信越							ぐらつとふるさと信越							55						
6	ictv news							ictv news							ictv news							6						
10	(再)飯田で〇〇やってみた 8月							教えて！リニアのリアル #17							あいりんの「おしえてアゲるランキング」							10						
30	みんなのあそびバ！ 川路おむすび保育園							みんなのあそびバ！ 下條保育所							みんなのあそびバ！ 飯田中央保育園							30						
40	みんなのあそびバ！ 川路おむすび保育園							みんなのあそびバ！ 下條保育所							みんなのあそびバ！ 飯田中央保育園							40						
55	きょうの5分							きょうの5分							きょうの5分							55						
7	ictv news							ictv news							ictv news							7						
10	10年前の「ケーブルニュース」							10年前の「ケーブルニュース」							10年前の「ケーブルニュース」							10						
30	みんなのあそびバ！ 川路おむすび保育園							みんなのあそびバ！ 下條保育所							みんなのあそびバ！ 飯田中央保育園							30						
40	きょうの5分							きょうの5分							きょうの5分							40						
55	きょうの5分							きょうの5分							きょうの5分							55						
8	ictv news							ictv news							ictv news							8						
10	教えて！リニアのリアル #17							(再)飯田で〇〇やってみた 8月							あいりんの「おしえてアゲるランキング」							10						
30	みんなのあそびバ！ 川路おむすび保育園							みんなのあそびバ！ 下條保育所							みんなのあそびバ！ 飯田中央保育園							30						
40	みんなのあそびバ！ 川路おむすび保育園							みんなのあそびバ！ 下條保育所							みんなのあそびバ！ 飯田中央保育園							40						
55	きょうの5分							きょうの5分							きょうの5分							55						
9	ictv news							ictv news							ictv news							9						
10	10年前の「ケーブルニュース」							10年前の「ケーブルニュース」							10年前の「ケーブルニュース」							10						
30	みんなのあそびバ！ 川路おむすび保育園							みんなのあそびバ！ 下條保育所							みんなのあそびバ！ 飯田中央保育園							30						
40	みんなのあそびバ！ 川路おむすび保育園							みんなのあそびバ！ 下條保育所							みんなのあそびバ！ 飯田中央保育園							40						
55	きょうの5分							きょうの5分							きょうの5分							55						
10	ictv news							ictv news							ictv news							10						
10	(再)飯田で〇〇やってみた 8月							教えて！リニアのリアル #17							あいりんの「おしえてアゲるランキング」							10						
30	みんなのあそびバ！ 川路おむすび保育園							みんなのあそびバ！ 下條保育所							みんなのあそびバ！ 飯田中央保育園							30						
40	みんなのあそびバ！ 川路おむすび保育園							みんなのあそびバ！ 下條保育所							みんなのあそびバ！ 飯田中央保育園							40						
55	きょうの5分							きょうの5分							きょうの5分							55						
11	ictv news							ictv news							ictv news							11						
10	15' みんなのあそびバ！							15' みんなのあそびバ！							15' みんなのあそびバ！							10						
30	教えて！リニアのリアル #17							まるごと信州情報ネット							あいりんの「おしえてアゲるランキング」							30						
40	第43回 伊那人形芝居公演 【前編】 (11月9日 黒田人形浄瑠璃伝承館)							第43回 伊那人形芝居公演 【後編】 (11月9日 黒田人形浄瑠璃伝承館)							信州大学教授×地域企業 の社長と考える 地域とともに育てる未来 の人材 第1部【基調講演】 (11月24日 丘の上緑いスクエア)							40						
50															まるごと信州情報ネット							50						
0																						0						
10	10年前の「ケーブルニュース」 上の番組の尺によって開始時間繰り上げ							10年前の「ケーブルニュース」 上の番組の尺によって開始時間繰り上げ							10年前の「ケーブルニュース」 上の番組の尺によって開始時間繰り上げ							10						
1																						1						
10																						10						
2	信毎文字ニュース							信毎文字ニュース							信毎文字ニュース							2						
30																						30						

深夜