2026 6月	1 月	2 火	3 水	4 木	5 金	6 土	7 日	8 月	9 火	10 水	11 木	12 金	13 土	14 日
AM 5	河川ライブカメラ							河川ライブカメラ						
6	生録大自然の旅	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」				生録大自然の旅		生録大自然の旅	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」				生録大自然の旅	
15	歩こう動こうプラステン							歩こう動こうプラステン						
25	ライブカメラ							ライブカメラ						
7	大鹿鳥瞰図	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」				大鹿鳥瞰図		大鹿鳥瞰図	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」				大鹿鳥瞰図	
15	みんな野球しようぜ！							みんな野球しようぜ！						
30	歩こう動こうプラステン							歩こう動こうプラステン						
35	ライブカメラ							ライブカメラ						
8	生録大自然の旅	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」				生録大自然の旅		生録大自然の旅	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」				生録大自然の旅	
15	みんなのあそビバ！ 泰阜保育所							みんなのあそビバ！ 殿岡保育園						
30	釣りバカZ							あいりんのおしえてアゲる♪						
50														
9	野球しようぜ！	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」				野球しようぜ！		野球しようぜ！	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」				野球しようぜ！	
15	みんなのあそビバ！ 泰阜保育所							みんなのあそビバ！ 殿岡保育園						
30	素でどうでしょう							あいりんのおしえてアゲる♪						
50														
10	令和7年度 県立歴史館講座 第7回 縄文時代の社会を考える ～ジェンダー、階層、そして戦争と平和～ （3月14日 長野県立歴史館）					大鹿歌舞伎 春の定期公演 一幕目 奥州安達原 宗任物語の段 （5月3日 大磯神社）		大鹿歌舞伎 春の定期公演 一幕目 奥州安達原 宗任物語の段 （5月3日 大磯神社）					大鹿歌舞伎 春の定期公演 二幕目 源平咲別け躑躅 扇屋の段 （5月3日 大磯神社）	
15														
11														
15														
30	みんな野球しようぜ！							みんな野球しようぜ！						
45	みんなのあそビバ！ 泰阜保育所							みんなのあそビバ！ 殿岡保育園						
PM 12	教えて！リニアのリアル ＃18							あいりんのおしえてアゲる♪						
15														
30	まるごと信州情報ネット 5月30日～					まるごと信州情報ネット		まるごと信州情報ネット 6月6日～					まるごと信州情報ネット	
45														
1	大鹿歌舞伎 春の定期公演 一幕目 奥州安達原 宗任物語の段 （5月3日 大磯神社）					今週の「きょうの5分」&「ovn news」		大鹿歌舞伎 春の定期公演 二幕目 源平咲別け躑躅 扇屋の段 （5月3日 大磯神社）					今週の「きょうの5分」&「ovn news」	
30														
45														
2						みんなのあそビバ！							みんなのあそビバ！	
15														
30	テレビ広報 ～市民の皆さんへ～ 5月 「地域産業を支える高等教育機関」							あいりんのおしえてアゲる♪						
45														
3	寄席チャンネル							寄席チャンネル						
45														
4	みんなのあそビバ！ 泰阜保育所							みんなのあそビバ！ 殿岡保育園						
15	令和7年度 県立歴史館講座 第7回 縄文時代の社会を考える ～ジェンダー、階層、そして戦争と平和～ （3月14日 長野県立歴史館）					大鹿歌舞伎 春の定期公演 一幕目 奥州安達原 宗任物語の段 （5月3日 大磯神社）		大鹿歌舞伎 春の定期公演 一幕目 奥州安達原 宗任物語の段 （5月3日 大磯神社）					大鹿歌舞伎 春の定期公演 二幕目 源平咲別け躑躅 扇屋の段 （5月3日 大磯神社）	
30														
5														
15														
30														
40	みんな野球しようぜ！					45		みんな野球しようぜ！					45	
55	きょうの5分							きょうの5分						
6	ovn news					教えて！リニアのリアル ＃18		ovn news					あいりんのおしえてアゲる♪	
10	教えて！リニアのリアル ＃18							あいりんのおしえてアゲる♪						
30						みんなのあそビバ！							みんなのあそビバ！	
40	みんなのあそビバ！ 泰阜保育所					45~ 前週のみんなのあそビバ！		みんなのあそビバ！ 殿岡保育園					45~ 前週のみんなのあそビバ！	
55	きょうの5分							きょうの5分						
7	ovn news					今週の「きょうの5分」&「ovn news」		ovn news					今週の「きょうの5分」&「ovn news」	
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」						
30														
40	みんなのあそビバ！ 泰阜保育所							みんなのあそビバ！ 殿岡保育園						
55	きょうの5分							きょうの5分						
8	ovn news					15~ みんなのあそビバ！		ovn news					15~ みんなのあそビバ！	
10	テレビ広報 ～市民の皆さんへ～ 5月 「地域産業を支える高等教育機関」							あいりんのおしえてアゲる♪						
30						まるごと信州情報ネット							まるごと信州情報ネット	
40	みんなのあそビバ！ 泰阜保育所							みんなのあそビバ！ 殿岡保育園						
55	きょうの5分							きょうの5分						
9	ovn news					教えて！リニアのリアル ＃18		ovn news					あいりんのおしえてアゲる♪	
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」						
30						みんなのあそビバ！							みんなのあそビバ！	
40	みんなのあそビバ！ 泰阜保育所					45~ みんな野球しようぜ！		みんなのあそビバ！ 殿岡保育園					45~ みんな野球しようぜ！	
55	きょうの5分							きょうの5分						
10	ovn news					今週の「きょうの5分」&「ovn news」		ovn news					今週の「きょうの5分」&「ovn news」	
10	教えて！リニアのリアル ＃18							あいりんのおしえてアゲる♪						
30														
40	みんなのあそビバ！ 泰阜保育所							みんなのあそビバ！ 殿岡保育園						
55	きょうの5分							きょうの5分						
11	ovn news					15~ みんなのあそビバ！		ovn news					15~ みんなのあそビバ！	
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」						
30						10年前の「ケーブルニュース」							あいりんのおしえてアゲる♪	
40	みんなのあそビバ！ 泰阜保育所							みんなのあそビバ！ 殿岡保育園						
55	ぐるっとふるさと信越							ぐるっとふるさと信越						
深夜 0	QVC テレビショッピング							QVC テレビショッピング						
1	大鹿歌舞伎 春の定期公演 一幕目 奥州安達原 宗任物語の段 （5月3日 大磯神社）					まるごと信州情報ネット		大鹿歌舞伎 春の定期公演 二幕目 源平咲別け躑躅 扇屋の段 （5月3日 大磯神社）					まるごと信州情報ネット	
30														
2														
30	信毎文字ニュース							信毎文字ニュース						

2026 6月	15 月	16 火	17 水	18 木	19 金	20 土	21 日	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金	27 土	28 日
AM 5	河川ライブカメラ							河川ライブカメラ						
6	生録大自然の旅	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」					生録大自然の旅	生録大自然の旅	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」				生録大自然の旅	
15	歩こう動こうプラステン							歩こう動こうプラステン						
25	ライブカメラ							ライブカメラ						
7	大鹿鳥瞰図	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」					大鹿鳥瞰図	大鹿鳥瞰図	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」				大鹿鳥瞰図	
15	みんな野球しようぜ！							みんな野球しようぜ！						
30	歩こう動こうプラステン							歩こう動こうプラステン						
35	ライブカメラ							ライブカメラ						
8	生録大自然の旅	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」					生録大自然の旅	生録大自然の旅	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」				生録大自然の旅	
15	みんなのあそビバ！ 竜丘保育園							みんなのあそビバ！ 川路保育園						
30	テレビ広報 ～市民の皆さんへ～ 「環境文化都市30周年」							竜東・遠山 寄ってみまい！						
50														
9	野球しようぜ！	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」					野球しようぜ！	野球しようぜ！	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」				野球しようぜ！	
15	みんなのあそビバ！ 竜丘保育園							みんなのあそビバ！ 川路保育園						
30	テレビ広報 ～市民の皆さんへ～ 「環境文化都市30周年」							竜東・遠山 寄ってみまい！						
50														
10	大鹿歌舞伎 春の定期公演 二幕目 源平咲別け躑躅 扇屋の段 （5月3日 大磯神社）						【録】 夏の高校野球 組み合わせ抽選会 長野大会	県立歴史館講座 丸山晩霞と明治の水彩画 長野県立歴史館総合情報課 林 誠氏 （1月31日 長野県立歴史館）					コンサート ア・ラ・カルト フレッシュコンサート	
15														
11														
15														
30	みんな野球しようぜ！							みんな野球しようぜ！						
45	みんなのあそビバ！ 竜丘保育園							みんなのあそビバ！ 川路保育園						
PM 12	テレビ広報 ～市民の皆さんへ～ 「環境文化都市30周年」							竜東・遠山 寄ってみまい！						
15														
30	まるごと信州情報ネット 6月13日～					まるごと信州情報ネット		まるごと信州情報ネット 6月20日～					まるごと信州情報ネット	
45														
1	県立歴史館講座 丸山晩霞と明治の水彩画 長野県立歴史館総合情報課 林 誠氏 （1月31日 長野県立歴史館）					あいりん	今週の「きょうの5分」&「ovn news」	コンサート ア・ラ・カルト フレッシュコンサート （6月14日 飯田人形劇場）					今週の「きょうの5分」&「ovn news」	
30						野球しようぜ								
45						【生】								
2							みんなのあそビバ！						みんなのあそビバ！	
15														
30	テレビ広報 ～市民の皆さんへ～ 「環境文化都市30周年」					※	テレビ広報	竜東・遠山 寄ってみまい！						
45														
3	※第108回 夏の高校野球長野大会 組み合わせ抽選会（ユメックスアリーナ（塩尻市）から生中継） 寄席チャンネル					野球しようぜ	【録】 夏の高校野球 組み合わせ抽選会	寄席チャンネル						
45														
4	みんなのあそビバ！ 竜丘保育園							みんなのあそビバ！ 川路保育園						
15	大鹿歌舞伎 春の定期公演 二幕目 源平咲別け躑躅 扇屋の段 （5月3日 大磯神社）							県立歴史館講座 丸山晩霞と明治の水彩画 長野県立歴史館総合情報課 林 誠氏 （1月31日 長野県立歴史館）					コンサート ア・ラ・カルト フレッシュコンサート	
30														
5							あいりんのランキング！							
15														
30							大自然の旅							
40	みんな野球しようぜ！					45		みんな野球しようぜ！					45	
55	きょうの5分							きょうの5分						
6	ovn news					テレビ広報		ovn news					竜東・遠山 寄ってみまい！	
10	テレビ広報 ～市民の皆さんへ～ 「環境文化都市30周年」							竜東・遠山 寄ってみまい！						
30						みんなのあそビバ！							みんなのあそビバ！	
40	みんなのあそビバ！ 竜丘保育園					45~ 前週のあそビバ！		みんなのあそビバ！ 川路保育園					45~ 前週のみんなのあそビバ！	
55	きょうの5分							きょうの5分						
7	ovn news					今週の「きょうの5分」&「ovn news」		ovn news					今週の「きょうの5分」&「ovn news」	
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」						
30														
40	みんなのあそビバ！ 竜丘保育園							みんなのあそビバ！ 川路保育園						
55	きょうの5分							きょうの5分						
8	ovn news					【録】 第108回 夏の高校野球 長野大会 組み合わせ抽選会	15~ みんなのあそビバ！	ovn news					15~ みんなのあそビバ！	
10	テレビ広報 ～市民の皆さんへ～ 「環境文化都市30周年」							竜東・遠山 寄ってみまい！						
30							まるごと信州情報ネット						まるごと信州情報ネット	
40	みんなのあそビバ！ 竜丘保育園							みんなのあそビバ！ 川路保育園						
55	きょうの5分							きょうの5分						
9	ovn news						テレビ広報	ovn news					竜東・遠山 寄ってみまい！	
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」						
30							あそビバ！						みんなのあそビバ！	
40	みんなのあそビバ！ 竜丘保育園						45~ みんな野球しようぜ！	みんなのあそビバ！ 川路保育園					45~ みんな野球しようぜ！	
55	きょうの5分							きょうの5分						
10	ovn news					今週の「きょうの5分」&「ovn news」		ovn news					今週の「きょうの5分」&「ovn news」	
10	テレビ広報 ～市民の皆さんへ～ 「環境文化都市30周年」							竜東・遠山 寄ってみまい！						
30														
40	みんなのあそビバ！ 竜丘保育園							みんなのあそビバ！ 川路保育園						
55	きょうの5分							きょうの5分						
11	ovn news					15~ みんなのあそビバ！		ovn news					15~ みんなのあそビバ！	
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」						
30						テレビ広報 「環境文化都市30周年」							竜東・遠山 寄ってみまい！	
40	みんなのあそビバ！ 竜丘保育園							みんなのあそビバ！ 川路保育園						
55	ぐるっとふるさと信越							ぐるっとふるさと信越						
深夜 0	QVC テレビショッピング							QVC テレビショッピング						
1	県立歴史館講座 丸山晩霞と明治の水彩画 長野県立歴史館総合情報課 林 誠氏 （1月31日 長野県立歴史館）					まるごと信州情報ネット		コンサート ア・ラ・カルト フレッシュコンサート （6月14日 飯田人形劇場）					まるごと信州情報ネット	
30														
2														
30	信毎文字ニュース							信毎文字ニュース						

2026 6月	29 月	30 火	1 水	2 木	3 金
AM 5					
6	生録大自然の旅	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」			
15	歩こう動こうプラステン				
25	ライブカメラ				
7	大鹿鳥瞰図	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」			
15	みんな野球しようぜ！				
30	歩こう動こうプラステン				
35	ライブカメラ				
8	生録大自然の旅	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」			
15	あそビバ！ 飯田子供の園保育園				
30	夏の高校野球 開幕スペシャル めざせ甲子園！ 飯伊6校の挑戦				
45					
9	野球しようぜ！	前日の「きょうの5分」 前日の「ovn news」			
15	あそビバ！ 飯田子供の園保育園				
30	教えて！リニアのリアル ＃19				
50					
10	コンサート ア・ラ・カルト フレッシュコンサート （6月14日 飯田人形劇場）				
15					
11					
15					
30	みんな野球しようぜ！				
45	あそビバ！ 飯田子供の園保育園				
PM 12	教えて！リニアのリアル ＃19				
15					
30	夏の高校野球 開幕スペシャル めざせ甲子園！ 飯伊6校の挑戦				
45					
1	第63回飯田市公民館大会 わたしたちの公民館 パネルディスカッション 「ほしい未来を自分たちでつくる」場へ （2月15日 鼎公民館）				
30					
45					
2					
15					
30	教えて！リニアのリアル ＃19				
45					
3	寄席チャンネル				
45					
4	あそビバ！ 飯田子供の園保育園				
15	コンサート ア・ラ・カルト フレッシュコンサート （6月14日 飯田人形劇場）				
30					
5					
15					
30					
40	みんな野球しようぜ！				
55	きょうの5分				
6	ovn news				
10	教えて！リニアのリアル ＃19				
30					
40	あそビバ！ 飯田子供の園保育園				
55	きょうの5分				
7	ovn news				
10	夏の高校野球 開幕スペシャル めざせ甲子園！ 飯伊6校の挑戦				
30					
40	あそビバ！ 飯田子供の園保育園				
55	きょうの5分				
8	ovn news				
10	教えて！リニアのリアル ＃19				
30					
40	あそビバ！ 飯田子供の園保育園				
55	きょうの5分				
9	ovn news				
10	夏の高校野球 開幕スペシャル めざせ甲子園！ 飯伊6校の挑戦				
30					
40	あそビバ！ 飯田子供の園保育園				
55	きょうの5分				
10	ovn news				
10	教えて！リニアのリアル ＃19				
30					
40	あそビバ！ 飯田子供の園保育園				
55	きょうの5分				
11	ovn news				
10	夏の高校野球 開幕スペシャル めざせ甲子園！ 飯伊6校の挑戦				
30					
40	あそビバ！ 飯田子供の園保育園				
55	ぐるっとふるさと信越				
深夜 0	QVC テレビショッピング				
1	光キャストビジョンコンサート VOL.16 七海由加里 ノスタルジックコンサート in 飯田 （4月19日 サロンド タン）				
30					
2					
30	信毎文字ニュース				