

### 飯山市広報番組

#### ■i ネット情報局 「いいやま情報便」 (30分番組)

(日) 7:00～、12:30～、15:30～、19:30～、22:30～

(月/火) 7:00～、12:30～、15:30～、17:30～、19:30～、22:30～

○市役所からの情報、ハローワークからのお知らせ、北信州花便り。

○週前半に起きた行事や話題。

○市民、JA、消防署、警察署などからのお知らせ。

○市民からの投稿ビデオ。

#### ■i ネット情報局 「ほっとスタジオ」 (30分番組)

(水/木) 7:00～、12:30～、15:30～、17:30～、19:30～、22:30～、0:00～

(金) 7:00～、12:30～、15:30～、19:30～、22:30～、0:00～

(土) 7:00～、12:30～、15:30～、19:30～、22:30～

○スタジオから週末に起きた行事や話題を伝える。

○市民からのお知らせ、図書館のお知らせ。

○市役所、JA、消防署、警察署などからのお知らせ。

#### ■ウィーク・エンド飯山 (90分番組)

(土/日) 9:00～、13:30～、20:30～、23:00～

○なちゅら、公民館、学校等で行われたイベント、講演会、発表会等、コンサートなど放映しています。

※新型コロナの影響でイベント等中止のため、現在他局・連盟の番組で補っている

#### ■リクエストウィーク・エンド飯山

(火) 23:00～

○見逃してしまった、録画しそびれてしまった人のためにリクエストを受け付けて再放送します。

#### ■健康チャンネル (30分番組)

(毎日) 6:30～、11:30～、13:30～、16:30～、19:00～

○身体に良い料理のレシピ・笑いヨガ・筋力アップ体操など健康に関する内容を盛りだくさんで放映しています。

## i ネット飯山番組

### ■レッツゴー！まちっぷちゃん（30分番組）

（金）9:00～、14:00～、19:00～、21:30～、1:00～（土）11:00～、1:00～

（日）11:00～、22:00～、1:00～

○長野県住みます芸人こてつとフリーアナウンサー浅井みどりが「信越自然郷」を中心に地域に根差した取材でタウン情報を全国に発信する「地域応援番組」です。

### ■i・i ネット川柳投句しよう（25分番組）

毎月第2週、3週（月／火／水） 8:00～、12:00～、17:00～、18:30～

○投句頂いた中から月ごとの天位、地位、人位、入選作品を発表します。

○「川柳名句に学ぶ」コーナー、司会者・今月真紀の句

### ■スカイホーム・スカイガーデン（約20分）※5月からの新番組

毎月第4週、翌月第1週（月／火／水） 8:00～、12:00～、17:00～、18:30～

○飯山市園芸指導員から自宅のできる園芸のポイントを解説してもらいます。

### ■ご当地〇〇対決

（水）9:00～、13:30～、20:30～、1:00～（木）10:00～

○飯山、木島平、中野、諏訪、伊那、駒ヶ根のケーブル局でテーマごとに地元を紹介する番組です。

### ■信越トライウォーク（30分番組）

（金）8:00～、12:00～、14:30～、21:00～、23:30～（土）12:00～、22:00～（日）10:30～、19:00～

○北信州と新潟県 CATV7局（飯山、中野、野沢温泉、木島平、上越、能生、魚沼）、チャンネル 700 制作の情報番組。

各局のリポーターが地元の観光名所や食文化、おすすめスポットを紹介します。

### ■ALT English Channel -Let's have fun!（10分）※5月からの新番組

第4週（日）7:50～、13:30～、16:20～、20:20～、23:20～

（月）7:50～、13:30～、16:20～、18:20～、20:20～、23:20～

○市内中学校のALT（外国語指導助手）の先生が自国の食事や文化を英語で紹介していく番組です。

### ■i ネット特別番組

（月）9:00～、13:00～、20:30～（火）9:00～、13:00～、20:30～（土／日）17:00～

○地域のお祭りやイベント、スポーツ大会、講演会、生中継再放送、議会再放送などの特別番組です。

（特別番組の放送がない場合は他局の番組を放送します）

### ■近隣市町村 CATV

（土／日）17:00～（月／火）9:00～、13:30～、20:30～

○野沢温泉村、木島平村、中野市・山ノ内町など近隣市町村のケーブルテレビで制作したニュース番組を放送。

### ■まるごと信州情報ネット

(水) 10:30～、(木) 8:00～、13:30～、18:30～、21:30～、1:00～ (金)10:00～

○長野県内のケーブルテレビ局のニュースをまとめた 30 分番組。

### ■JAながの広報番組 v i v i d

(日) 7:50～、13:20～、16:20～、20:20～、23:20～

(月) 7:50～、13:20～、16:20～、18:20～、20:20～、23:20～

○JAながのから旬の農産物情報や農業の魅力を発信しています。

### ■生録大自然の旅 3

(金) 7:45～、13:15～、16:15～、20:15～、23:15～、0:45～

(土) 7:45～、13:15～、16:15～、20:15～、23:15～

○パーソナリティー桐原冬夜が長野県内の山・自然などを歩きレポートします。

### ■テレ便君 & JA 市況 (随時)

○市内のイベント情報や番組内容、JAの市況などを文字情報でお知らせしています。

※7月からの新番組

### ■ぽたぽたむーぶ

○2代目長野県住みます芸人のゆでたかのが、飯山の地を散歩しながら歴史を学んでいく番組です。

### ■飯山史跡ものがたり

○飯山市内にある史跡を訪ね、その歴史や伝承などを紹介していく番組です。

■他局の番組

CS:ショッピングチャンネル 毎日 5:00～6:00  
CS:落語チャンネル (月～金)6:00～7:00  
CS:スーパーゲートボール (土/日)6:00～7:00  
CS:ミュージックジャパン TV (月)1:00～4:00 (火)1:00～2:00 (金)17:00～19:00  
連盟:けーぶるにつぼん躍動! JAPAN (火)19:00,22:00 (金)11:00,13:30,22:00 (土)10:30,19:00  
連盟:サイエンスチャンネル (日)7:30,13:00,16:00,20:00,23:00  
(月)7:30,13:00,16:00,18:00,20:00,23:00  
INC:みんなのラーメン① (月)10:30,22:00,0:30 (火)11:00,13:00,18:00,23:00  
大分:友チャリ② //  
横浜 YOU:横浜ミストリー③ //  
東京ケーブル:あらぶんちよ散歩④ //  
.....  
あづみ野:ガラポンで行く! ① (月)11:00,19:00,23:30 (火)7:30,10:30,16:00,20:00  
駒ヶ岳:ユウジと成美のまだまだ遊ぼう② //  
北海道:てけてけおじゃマップ③ //  
島根:うらうらとゆく島根半島四十二浦を巡る旅④ //  
.....  
茨城:神保シェフと茨城を食べよう①(水)7:45,13:15,16:15,18:15,20:15,0:45  
(木)7:45,13:15,16:15,18:15,20:15,0:45  
長崎:ナチュラルクッキング②④ //  
富山:NET3キッチン③ //  
.....  
石川:じわもん万歳① (水)10:00,23:30 (木)11:00,14:30,19:00,22:00  
横浜 YOU:新素適音楽館/富山:スポ少応援シリーズ② //  
三重:伊勢美し国から/島根:神主と学ぶ③ //  
東京:秋本奈緒美が行く日本名水巡りの旅④ //  
.....  
島根:海士 X(アマックス)/島根:お地蔵ものがたり① (水)14:30,22:00 (木)9:30,12:00,17:00,21:00  
(金)9:30  
岩手:釣るテレ② //  
秋田:のんびりしーな③ //  
岡山:こころ一かる! ④ //  
.....  
上越:すまいる one 毎週 (水)11:00,19:00,21:30 (木)9:00,14:00,20:30,23:30  
.....  
伊那:素でどうでしょう① (金)10:30,20:30 (土)8:00,18:30 (日)8:00,12:00,18:30  
北海道:釣りバカ Z② //  
中野:突撃! ケーブルテレビ③ //  
東京:神保町昭和歌謡倶楽部④ //