	4/8 月	4/9 火	4/10 水	4/11 木	4/12 金	4/13 土	4/14 日
6	00 週間マック(再) 30 三沢スナップ	00 マックニュースライン(再) 30 三沢スナップ	00 マックニュースライン(再) 30 三沢スナップ	00 マックニュースライン(再) 30 三沢スナップ	00 マックニュースライン(再) 30 三沢スナップ	00 **週間マック** 30 三沢スナップ	00 手話ニュース(再) 30 三沢スナップ
7	00 手話ニュース(再) 30 とくまる！	00 マックニュースライン(再) 30 みんなのワンポイント手話総集編1	00 マックニュースライン(再) 30 みんなのワンポイント手話総集編2	00 マックニュースライン(再) 30 みんなのワンポイント手話総集編3	00 マックニュースライン(再) 30 みんなのワンポイント手話総集編4	00 **手話ニュース** 30 JAおいらせ にんじん収穫・選果作業 45 寺山修司をよむ「第三章　スポーツ1」	00 週間マック(再) 30 JAおいらせ 長いも収穫・選果作業 45 寺山修司をよむ「第四章　スポーツ2」
8	00 週間マック(再) 30 情報宅配便	00 マックニュースライン(再) 30 情報宅配便	00 マックニュースライン(再) 30 情報宅配便	00 マックニュースライン(再) 30 情報宅配便	00 マックニュースライン(再) 30 情報宅配便	00 週間マック(再) 30 情報宅配便	00 週間マック(再) 30 情報宅配便
9	00 第47回三沢市民俗芸能公演会第一部	00 第7回県南地方学年別少年柔道大会	00 第47回三沢市民俗芸能公演会第二部	00 寫眞館「M」No.14　～平成4年～ 00 犬猫のマイクロチップって何？	00 寫眞館「M」No.9　～平成元年～ 00 DANCE REVOLUTION DANCE LIVE 2023 -10th Anniversary-	00 第47回三沢市民俗芸能公演会第二部	00 DANCE REVOLUTION DANCE LIVE 2023 -10th Anniversary-
10	30 みさわの水道 45 寫眞館「M」No.3　～昭和40年の三沢市～	30 地産地消クッキング みさわの味！（長いも） 45 みーすけと学ぼう！⑩私たちの防災	15 住宅火災防止広報番組 45 ミサワGood Taste～今から美味しいの食べるよ～	15 JAおいらせ にんじん収穫・選果作業 30 みさわの水道 45 第47回三沢市民俗芸能公演会第二部		15 ミサワGood Taste～今から美味しいの食べるよ～ 30 地産地消クッキング みさわの味！（長いも） 45 青地本ベース@みさわ ふんわり自衛隊 vol.8	45 お口の健康から からだの健康へ～フッ素洗口～
11	30 青地本ベース@みさわ ふんわり自衛隊 vol.8 45 ミサワGood Taste～今から美味しいの食べるよ～	00 住宅火災防止広報番組 30 お口の健康から からだの健康へ～フッ素洗口～ 45 みさわの水道	00 寫眞館「M」No.17　～平成6年～		45 青地本ベース@みさわ ふんわり自衛隊 vol.8	00 **三沢市小中学校校歌特集** 45 犬猫のマイクロチップって何？	00 ミサワGood Taste～今から美味しいの食べるよ～ 15 みさわの水道 30 みんなのワンポイント手話総集編4
12	00 週間マック(再) 30 求人情報	00 マックニュースライン(再) 30 求人情報	00 マックニュースライン(再) 30 求人情報	00 マックニュースライン(再) 30 求人情報	00 マックニュースライン(再) 30 求人情報	00 週間マック(再) 30 求人情報	00 週間マック(再) 30 求人情報
13	00 **ドラマの時間「三つ色のファンタジー」第8話**	00 第47回三沢市民俗芸能公演会第一部	00 第7回県南地方学年別少年柔道大会	00 ドラマの時間「三つ色のファンタジー」第8話	00 寫眞館「M」No.17　～平成6年～	00 第47回三沢市民俗芸能公演会第一部	00 三沢市小中学校校歌特集
14	00 地産地消クッキング みさわの味！（長いも） 15 みーすけと学ぼう！⑩私たちの防災 30 手話ニュース(再)	30 マックニュースライン(再)	30 マックニュースライン(再)	00 ミサワGood Taste～今から美味しいの食べるよ～ 15 みーすけと学ぼう！⑩私たちの防災 30 マックニュースライン(再)	00 JAおいらせ 長いも収穫・選果作業 15 みーすけと学ぼう！⑧私たちの防災 30 マックニュースライン(再)	30 手話ニュース(再)	45 住宅火災防止広報番組 15 青地本ベース@みさわ ふんわり自衛隊 vol.8 30 手話ニュース(再)
15	00 三沢スナップ 30 情報宅配便	00 三沢スナップ 30 情報宅配便	00 三沢スナップ 30 情報宅配便	00 三沢スナップ 30 情報宅配便	00 三沢スナップ 30 情報宅配便	00 みーすけと学ぼう！⑩私たちの防災 15 住宅火災防止広報番組 45 お口の健康から からだの健康へ～フッ素洗口～	00 寫眞館「M」No.13　～続・平成3年～ 45 JAおいらせ にんじん収穫・選果作業
16	00 JAおいらせ にんじん収穫・選果作業 15 寺山修司をよむ「第十五章　5月4日　修司忌」 30 みんなのワンポイント手話総集編4	00 寫眞館「M」No.17　～平成6年～	00 DANCE REVOLUTION DANCE LIVE 2023 -10th Anniversary-	00 住宅火災防止広報番組 30 JAおいらせ 長いも収穫・選果作業 45 みーすけと学ぼう！⑧私たちの防災	00 第7回県南地方学年別少年柔道大会	00 手話ニュース(再) 30 情報宅配便	00 週間マック(再) 30 情報宅配便
17	00 第7回県南地方学年別少年柔道大会	00 第47回三沢市民俗芸能公演会第二部	45 青地本ベース@みさわ ふんわり自衛隊 vol.8	00 寫眞館「M」No.17　～平成6年～	30 住宅火災防止広報番組	00 第7回県南地方学年別少年柔道大会	00 第47回三沢市民俗芸能公演会第二部
18	30 三沢スナップ(25分版)	15 ミサワGood Taste～今から美味しいの食べるよ～ 30 三沢スナップ(25分版)	00 みーすけと学ぼう！⑩私たちの防災 15 地産地消クッキング みさわの味！（長いも） 30 三沢スナップ(25分版)	00 地産地消クッキング みさわの味！（長いも） 15 青地本ベース@みさわ ふんわり自衛隊 vol.8 30 三沢スナップ(25分版)	00 お口の健康から からだの健康へ～フッ素洗口～ 15 みーすけと学ぼう！⑩私たちの防災 30 三沢スナップ(25分版)	30 みさわの水道 45 犬猫のマイクロチップって何？	15 犬猫のマイクロチップって何？ 30 寫眞館「M」No.1
19	55 マックニュースライン 15 情報宅配便 30 住宅火災防止広報番組	55 マックニュースライン 15 情報宅配便 30 青地本ベース@みさわ ふんわり自衛隊 vol.8 45 犬猫のマイクロチップって何？	55 マックニュースライン 15 情報宅配便 30 第47回三沢市民俗芸能公演会第一部	55 マックニュースライン 15 情報宅配便 30 第7回県南地方学年別少年柔道大会	55 マックニュースライン 15 情報宅配便 30 第47回三沢市民俗芸能公演会第二部	00 週間マック(再) 30 情報宅配便	00 週間マック(再) 30 情報宅配便
20	00 寫眞館「M」No.17　～平成6年～	00 寫眞館「M」No.14　～平成4年～			45 ミサワGood Taste～今から美	00 寫眞館「M」No.17　～平成6年～	00 第7回県南地方学年別少年柔道大会
21	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 第47回三沢市民俗芸能公演会第二部	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 JAおいらせ にんじん収穫・選果作業 45 みーすけと学ぼう！⑨私たちの防災	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 犬猫のマイクロチップって何？	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 第47回三沢市民俗芸能公演会第一部	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 地産地消クッキング みさわの味！（長いも）	00 みーすけと学ぼう！⑨私たちの防災 15 寺山修司をよむ「第十五章　5月4日　修司忌」 30 第47回三沢市民俗芸能公演会第一部	
22	45 お口の健康から からだの健康へ～フッ素洗口～	00 寫眞館「M」No.16　～平成5年～	45 寫眞館「M」No.7　昭和50年代後半 45 JAおいらせ にんじん収穫・選果作業		45 寫眞館「M」No.15　～続・平成4年～ 30 JAおいらせ にんじん収穫・選果作業 45 犬猫のマイクロチップって何？		30 地産地消クッキング みさわの味！（長いも） 45 みーすけと学ぼう！⑩私たちの防災 00 寫眞館「M」No.17　～平成6年～
23	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 求人情報	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 求人情報	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 求人情報	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 求人情報	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 求人情報	00 週間マック(再) 30 求人情報	00 週間マック(再) 30 求人情報
0	00 **ドラマの時間「三つ色のファンタジー」第8話**	00 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.1「氷河時代」 30 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.2「縄文時代①」	00 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.3「縄文時代②」 30 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.4「弥生・古墳・奈良・平安初期」	00 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.5「平安・鎌倉時代」 30 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.6「鎌倉・南北朝・室町時代」	00 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.7「戦国時代～九戸政実の乱～」 30 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.8『江戸時代①～「木崎野の牧」と三沢～』	00 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.9「江戸時代②　～たくましく生きた百姓～」 30 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.10「明治時代①　～三沢の夜明け～」	00 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.11「明治②・大正時代～三沢村の新しい村づくりへ～」 30 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.12「昭和時代①～三沢村の空の夜明け～」
1	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 DANCE REVOLUTION DANCE LIVE 2023 -10th Anniversary-	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 寺山修司をよむ「第五章　手紙」 45 寺山修司をよむ「第六章　旅」	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 みーすけと学ぼう！私たちの防災 45 みーすけと学ぼう！②私たちの防災	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 ドラマの時間「三つ色のファンタジー」第8話	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 第47回三沢市民俗芸能公演会第一部	00 週間マック(再) 30 DANCE REVOLUTION DANCE LIVE 2023 -10th Anniversary-	00 手話ニュース(再) 30 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.13「昭和時代②」
2	00 寺山修司をよむ「第七章　少女詩集」 15 寺山修司をよむ「第八章　書を捨てよ町へ出よう」	00 寺山修司をよむ「第七章　少女詩集」 15 寺山修司をよむ「第八章　書を捨てよ町へ出よう」 30 寫眞館「M」No.6　～三沢大火～	00 みーすけと学ぼう！③私たちの防災 15 みーすけと学ぼう！④私たちの防災 30 みさわの水道 45 寫眞館「M」No.10　～昭和43年　十勝沖地震～ 00 お口の健康から からだの健康へ～フッ素洗口～	30 DANCE REVOLUTION DANCE LIVE 2023 -10th Anniversary-	00 寺山修司をよむ「第十三章　東京」		00 山本雅也　デビュー10周年コンサート「ふれあい」
3	15 寺山修司をよむ「第一章　海」 30 寺山修司をよむ「第二章　空」 45 寺山修司をよむ「第三章　スポーツ1」	15 DANCE REVOLUTION DANCE LIVE 2023 -10th Anniversary-	15 寫眞館「M」No.8　～昭和の終わり～		15 寺山修司をよむ「第十四章　ニュースレター」 30 寺山修司をよむ「第十五章　5月4日　修司忌」 45 みさわの水道	15 JAおいらせ 長いも収穫・選果作業 30 MASSAN×BASHIRY LIVE2022	30 みーすけと学ぼう！⑦私たちの防災 45 みーすけと学ぼう！⑧私たちの防災
4	00 寺山修司をよむ「第四章　スポーツ2」 15 寫眞館「M」No.4　～昭和44年三沢高校甲子園準優勝～ 45 犬猫のマイクロチップって何？		00 寺山修司をよむ「第九章　ポケットに名言を」 15 寺山修司をよむ「第十章　われに五月を」 30 寺山修司をよむ『第十一章　歌集「田園に死す」』 45 寺山修司をよむ『第十二章　野脇中学校文芸部』	15 みーすけと学ぼう！私たちの防災　特別編 30 みーすけと学ぼう！私たちの防災　特別編② 45 お口の健康から からだの健康へ～フッ素洗口～	00 寫眞館「M」No.11　～平成2年～		00 みーすけと学ぼう！⑨私たちの防災 15 寫眞館「M」No.5～人口4万都市へ向かって～
5	00 情報宅配便	00 情報宅配便	00 情報宅配便	00 情報宅配便	00 情報宅配便	00 情報宅配便	00 情報宅配便