

	4/22	4/23	4/24	4/25	4/26	4/27	4/28
	月	火	水	木	金	土	日
6	00 週間マック(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 週間マック	00 手話ニュース(再)
	30 三沢スナップ	30 三沢スナップ	30 三沢スナップ	30 三沢スナップ	30 三沢スナップ	30 三沢スナップ	30 三沢スナップ
7	00 手話ニュース(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 手話ニュース	00 週間マック(再)
	30 とくまる!	30 犬猫のマイクロチップって何?	30 みんなのワンポイント手話 総集編3	30 お口の健康からからだの健康へ～フッ素洗口～	30 みんなのワンポイント手話 総集編4	30 みさわの水道	30 みんなのワンポイント手話 総集編4
8	00 週間マック(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 週間マック(再)	00 週間マック(再)
	30 情報宅配便	30 情報宅配便	30 情報宅配便	30 情報宅配便	30 情報宅配便	30 情報宅配便	30 情報宅配便
9	00 みんなのワンポイント手話 総集編4	00 写真館「M」No.15 ～続・平成4年～	00 第47回三沢市民俗芸能 公演会第一部	00 写真館「M」No.17 ～平成6年～	00 住宅火災防止広報番組	00 DANCE REVOLUTION DANCE LIVE 2023 - 10th Anniversary-	00 第7回県南地方学年別少年 柔道大会
	30 写真館「M」No.1	45 お口の健康からからだの健康へ～フッ素洗口～	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	30 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	30 第47回三沢市民俗芸能 公演会第二部
10	00 犬猫のマイクロチップって何?	00 みさわの水道	00 みーすけと学ぼう! @私たちの防災	00 犬猫のマイクロチップって何?	00 犬猫のマイクロチップって何?	00 犬猫のマイクロチップって何?	00 犬猫のマイクロチップって何?
	15 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	15 みーすけと学ぼう! @私たちの防災	15 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	15 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	15 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	15 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	15 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業
11	30 ミサワGood Taste～今から美味しいの食べるよ～	30 第47回三沢市民俗芸能 公演会第一部	30 みーすけと学ぼう! @私たちの防災	30 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～	30 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～	30 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～	30 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～
	45 第47回三沢市民俗芸能 公演会第二部	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業
12	00 週間マック(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 週間マック(再)	00 週間マック(再)
	30 求人情報	30 求人情報	30 求人情報	30 求人情報	30 求人情報	30 求人情報	30 求人情報
13	00 ドラマの時間「三つ色のファンタジー～君の恋愛実験～」第2話	00 令和5年度三沢市協働のまちづくり市民提案事業 成果発表会	00 第47回三沢市民俗芸能 公演会第二部	00 ドラマの時間「三つ色のファンタジー～君の恋愛実験～」第2話	00 写真館「M」No.17 ～平成6年～	00 第7回県南地方学年別少年 柔道大会	00 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～
	30 地産地消クッキング みさわの味! (長いも)	30 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～	30 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～	30 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～	30 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～	30 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～	30 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～
14	15 青地本ベース@みさわ ふんわり自衛隊 vol.8	15 青地本ベース@みさわ ふんわり自衛隊 vol.8	15 地産地消クッキング みさわの味! (長いも)	15 地産地消クッキング みさわの味! (長いも)	15 地産地消クッキング みさわの味! (長いも)	15 地産地消クッキング みさわの味! (長いも)	15 地産地消クッキング みさわの味! (長いも)
	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)	30 マックニュースライン(再)	30 マックニュースライン(再)	30 手話ニュース(再)	30 手話ニュース(再)
15	00 三沢スナップ	00 三沢スナップ	00 三沢スナップ	00 三沢スナップ	00 三沢スナップ	00 令和5年度三沢市協働のまちづくり市民提案事業 成果発表会	00 写真館「M」No.17 ～平成6年～
	30 情報宅配便	30 情報宅配便	30 情報宅配便	30 情報宅配便	30 情報宅配便	30 情報宅配便	30 情報宅配便
16	00 三沢市小中学校校歌特集	00 第47回三沢市民俗芸能 公演会第二部	00 写真館「M」No.17 ～平成6年～	00 令和5年度三沢市協働のまちづくり市民提案事業 成果発表会	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)	00 週間マック(再)
	30 みーすけと学ぼう! @私たちの防災	30 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	30 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	30 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	30 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	30 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	30 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業
17	00 第7回県南地方学年別少年 柔道大会	15 青地本ベース@みさわ ふんわり自衛隊 vol.8	15 みんなのワンポイント手話 総集編4	00 犬猫のマイクロチップって何?	00 犬猫のマイクロチップって何?	00 犬猫のマイクロチップって何?	00 DANCE REVOLUTION DANCE LIVE 2023 - 10th Anniversary-
	30 三沢市小中学校校歌特集	30 三沢市小中学校校歌特集	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業
18	00 地産地消クッキング みさわの味! (長いも)	00 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～	00 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～	00 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～	00 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～	00 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～	00 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～
	15 ミサワGood Taste～今から美味しいの食べるよ～	15 ミサワGood Taste～今から美味しいの食べるよ～	15 ミサワGood Taste～今から美味しいの食べるよ～	15 ミサワGood Taste～今から美味しいの食べるよ～	15 ミサワGood Taste～今から美味しいの食べるよ～	15 ミサワGood Taste～今から美味しいの食べるよ～	15 ミサワGood Taste～今から美味しいの食べるよ～
19	30 三沢スナップ(25分版)	30 三沢スナップ(25分版)	30 三沢スナップ(25分版)	30 三沢スナップ(25分版)	30 三沢スナップ(25分版)	30 三沢市小中学校校歌特集	45 地産地消クッキング みさわの味! (長いも)
	55 マックニュースライン	55 マックニュースライン	55 マックニュースライン	55 マックニュースライン	55 マックニュースライン	00 週間マック(再)	00 週間マック(再)
20	15 情報宅配便	15 情報宅配便	15 情報宅配便	15 情報宅配便	15 情報宅配便	30 情報宅配便	30 情報宅配便
	30 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～	30 住宅火災防止広報番組	30 第7回県南地方学年別少年 柔道大会	30 第47回三沢市民俗芸能 公演会第二部	30 第47回三沢市民俗芸能 公演会第一部	30 情報宅配便	30 情報宅配便
21	00 令和5年度三沢市協働のまちづくり市民提案 事業成果発表会	00 写真館「M」No.17 ～平成6年～	00 写真館「M」No.17 ～平成6年～	45 ミサワGood Taste～今から美味しいの食べるよ～	00 写真館「M」No.17 ～平成6年～	00 写真館「M」No.17 ～平成6年～	00 令和5年度三沢市協働のまちづくり市民提案 事業成果発表会
	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～	00 第47回三沢市民俗芸能 公演会第一部
22	20 情報宅配便	20 情報宅配便	20 情報宅配便	20 情報宅配便	20 情報宅配便	30 住宅火災防止広報番組	30 住宅火災防止広報番組
	30 住宅火災防止広報番組	30 第7回県南地方学年別少年 柔道大会	30 三沢市小中学校校歌特集	30 先生のと身体を守るために～新しい時代に対応した労働安全衛生管理体制～	30 みーすけと学ぼう! @私たちの防災	30 第47回三沢市民俗芸能 公演会第二部	30 第47回三沢市民俗芸能 公演会第二部
23	00 写真館「M」No.17 ～平成6年～	00 写真館「M」No.17 ～平成6年～	00 令和5年度三沢市協働のまちづくり市民提案 事業成果発表会	00 青地本ベース@みさわ ふんわり自衛隊 vol.8	00 写真館「M」No.3 ～昭和40年の三沢市～	30 ミサワGood Taste～今から美味しいの食べるよ～	30 ミサワGood Taste～今から美味しいの食べるよ～
	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	45 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
0	20 情報宅配便	20 情報宅配便	20 情報宅配便	20 情報宅配便	20 情報宅配便	00 週間マック(再)	00 週間マック(再)
	30 求人情報	30 求人情報	30 求人情報	30 求人情報	30 求人情報	30 求人情報	30 求人情報
1	00 ドラマの時間「三つ色のファンタジー～君の恋愛実験～」第2話	00 写真館「M」No.8 ～昭和の終わり～	00 写真館「M」No.11 ～平成2年～	00 写真館「M」No.7 昭和50年代後半	00 写真館「M」No.16 ～平成5年～	00 写真館「M」No.14 ～平成4年～	00 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業
	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	15 犬猫のマイクロチップって何?
2	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 マックニュースライン(再)	00 週間マック(再)	00 手話ニュース(再)
	20 情報宅配便	20 情報宅配便	20 情報宅配便	20 情報宅配便	20 情報宅配便	30 神山修司をよむ「第一章 海」	30 神山修司をよむ「第九章 ポケットに名言を」
3	30 第47回三沢市民俗芸能 公演会第一部	30 写真館「M」No.4 ～昭和44年三沢高校甲子園準優勝～	30 みーすけと学ぼう! 私たちの防災 特別編	30 ドラマの時間「三つ色のファンタジー～君の恋愛実験～」第2話	30 DANCE REVOLUTION DANCE LIVE 2023 - 10th Anniversary-	45 神山修司をよむ「第二章 空」	45 神山修司をよむ「第十章 われに五月を」
	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	00 神山修司をよむ「第三章 スポーツ」	00 神山修司をよむ「第十一章 歌集(田園に死す)」
4	00 DANCE REVOLUTION DANCE LIVE 2023 - 10th Anniversary-	00 写真館「M」No.9 ～平成元年～	00 DANCE REVOLUTION DANCE LIVE 2023 - 10th Anniversary-	00 みーすけと学ぼう! 私たちの防災	00 みーすけと学ぼう! 私たちの防災	15 神山修司をよむ「第四章 スポーツ2」	15 神山修司をよむ「第十二章 野嶺中学校文芸部」
	15 写真館「M」No.5～人口4万都市へ向かって～	15 写真館「M」No.5～人口4万都市へ向かって～	15 写真館「M」No.5～人口4万都市へ向かって～	15 写真館「M」No.5～人口4万都市へ向かって～	15 写真館「M」No.5～人口4万都市へ向かって～	30 神山修司をよむ「第五章 手紙」	30 神山修司をよむ「第十三章 東京」
5	30 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」	30 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」	30 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.5「平安・鎌倉時代」	45 神山修司をよむ「第六章 旅」	45 神山修司をよむ「第十四章 ニュースレター」
	45 みさわの水道	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	45 JAおいらせ 長いも収穫・選果 作業	00 神山修司をよむ「第七章 少女詩集」	00 神山修司をよむ「第十五章 5月4日 修司忌」
6	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	15 神山修司をよむ「第八章 書を捨てよ町へ出よう」	15 写真館「M」No.13 ～続・平成3年～
	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」	30 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.7「戦国時代～戸政の乱～」	30 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.8「江戸時代①～「木崎野の故」と三沢～」	30 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～」	45 犬猫のマイクロチップって何?	45 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.11「明治時代②～三沢村の新しい村づくり～」
7	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	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～」	30 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.13「昭和時代②」
	30 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.11「明治時代②～三沢村の新しい村づくり～」	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～」	30 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.13「昭和時代②」	30 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.14「昭和時代③～三沢村の新しい村づくり～」	30 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.15「昭和時代④～三沢村の新しい村づくり～」	30 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.16「昭和時代⑤～三沢村の新しい村づくり～」	30 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.17「昭和時代⑥～三沢村の新しい村づくり～」