	5/16 月	5/17 火	5/18 水	5/19 木	5/20 金	5/21 土	5/22 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 あいラブせんりゅう	00 マックニュースライン(再) 30 困ったときの頼れる味方！行政相談員	00 マックニュースライン(再) 30 令和3年度「心の詩」～想いを言葉にこめて～	00 マックニュースライン(再) 30 あいラブせんりゅう	00 **手話ニュース** 30 みんなのワンポイント手話総集編2	00 週間マック(再) 30 みんなのワンポイント手話　総集編1
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 住宅火災防止広報番組 45 神主と学ぶ 日本神話	00 第6回寺山修司アートカレッジ1 企画展「書を捨てよ町へ出よう」解説 ～稀代のコピーライター寺山修司～	00 DANCE LIVE 2022～REBOOT～	00 第38回三沢市老連芸能発表会 第二部	00 寫眞館「M」No.6　～三沢大火～ 45 犬猫のマイクロチップって何？	00 住宅火災防止広報番組 45 神主と学ぶ 日本神話	00 【ミス・ビードル号太平洋無着陸横断飛行90周年記念特別番組】「伝えていく物語～挑戦する勇気、夢支える勇志～」 45 みんなで支える在宅医療
10	00 第38回三沢市老連芸能発表会　第一部 45 いきいき健康教室㉒	30 寺山修司をよむ「第八章　書を捨てよ町へ出よう」 45 いきいき健康教室㉓	30 寺山修司をよむ『第十二章　野脇中学校文芸部』 45 いきいき健康教室①	00 寫眞館「M」No.8　～昭和の終わり～ 45 いきいき健康教室②	00 てけてけおじゃマップ 30 寫眞館「M」No.10　～昭和の終わり43年　十勝沖地震～ 45 いきいき健康教室③	00 寫眞館「M」No.8　～昭和の終わり～ 45 【ミス・ビードル号太平洋無着陸横断飛行90周年記念特別番組】「伝えていく物語～挑戦する勇気、夢支える勇志～」	00 第38回三沢市老連芸能発表会　第一部 45 寫眞館「M」No.10　～昭和の終わり43年　十勝沖地震～
11	00 第38回三沢市老連芸能発表会 第二部	00 寫眞館「M」No.9　～平成元年～	00 寫眞館「M」No.8　～昭和の終わり～ 45 市民投稿作品　じぇんごたろう⑨	00 寫眞館「M」No.9　～平成元年～	00 住宅火災防止広報番組 45 みさわの水道	30 てけてけおじゃマップ	00 令和3年度「心の詩」～想いを言葉にこめて～ 30 困ったときの頼れる味方！行政相談員
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 寫眞館「M」No.9　～平成元年～	00 第38回三沢市老連芸能発表会 第二部	00 第38回三沢市老連芸能発表会　第一部 45 みさわの水道	00 住宅火災防止広報番組 45 神主と学ぶ 日本神話	00 読書推進講演会 『ミス・ビードル号の太平洋無着陸横断飛行90周年によせて』	00 寫眞館「M」No.9　～平成元年～	00 住宅火災防止広報番組 45 寺山修司をよむ『第十二章　野脇中学校文芸部』
14	00 寫眞館「M」No.10　～昭和の終わり43年　十勝沖地震～ 15 いきいき健康教室㉒ 30 手話ニュース(再)	00 みさわの水道 15 いきいき健康教室㉓ 30 マックニュースライン(再)	00 神主と学ぶ 日本神話 15 いきいき健康教室① 30 マックニュースライン(再)	00 寫眞館「M」No.10　～昭和の終わり43年　十勝沖地震～ 15 いきいき健康教室② 30 マックニュースライン(再)	00 市民投稿作品　じぇんごたろう⑩ 15 いきいき健康教室③ 30 マックニュースライン(再)	00 あいラブせんりゅう 30 手話ニュース(再)	00 てけてけおじゃマップ 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 第38回三沢市老連芸能発表会 第二部	00 寫眞館「M」No.9　～平成元年～
16	00 第6回寺山修司アートカレッジ1 企画展「書を捨てよ町へ出よう」解説 ～稀代のコピーライター寺山修司～	00 住宅火災防止広報番組 45 神主と学ぶ 日本神話	00 寫眞館「M」No.9　～平成元年～	00 読書推進講演会 『ミス・ビードル号の太平洋無着陸横断飛行90周年によせて』	00 DANCE LIVE 2022～REBOOT～	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	30 寺山修司をよむ「第八章　書を捨てよ町へ出よう」 45 みさわの水道	00 DANCE LIVE 2022～REBOOT～	00 第38回三沢市老連芸能発表会 第二部	00 【ミス・ビードル号太平洋無着陸横断飛行90周年記念特別番組】「伝えていく物語～挑戦する勇気、夢支える勇志～」 45 寺山修司をよむ『第十二章　野脇中学校文芸部』	30 第38回三沢市老連芸能発表会　第一部	00 第6回寺山修司アートカレッジ1 企画展「書を捨てよ町へ出よう」解説 ～稀代のコピーライター寺山修司～	00 DANCE LIVE 2022～REBOOT～
18	00 あいラブせんりゅう 30 三沢スナップ(25分版)	30 三沢スナップ(25分版)	00 寫眞館「M」No.10　～昭和の終わり43年　十勝沖地震～ 15 犬猫のマイクロチップって何？ 30 三沢スナップ(25分版)	00 てけてけおじゃマップ 30 三沢スナップ(25分版)	15 神主と学ぶ 日本神話 30 三沢スナップ(25分版)	30 寺山修司をよむ「第八章　書を捨てよ町へ出よう」 45 寫眞館「M」No.10　～昭和の	30 あいラブせんりゅう
19	55 マックニュースライン 15 情報宅配便 30 てけてけおじゃマップ	55 マックニュースライン 15 情報宅配便 30 困ったときの頼れる味方！行政相談員	55 マックニュースライン 15 情報宅配便 30 第6回寺山修司アートカレッジ1 企画展「書を捨てよ町へ出よう」解説 ～稀代のコピーライター寺山修司～	55 マックニュースライン 15 情報宅配便 30 DANCE LIVE 2022～REBOOT～	55 マックニュースライン 15 情報宅配便 30 みんなのワンポイント手話総集編2	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.8　～昭和の終わり～ 45 寺山修司をよむ『第十二章　野脇中学校文芸部』	00 第38回三沢市老連芸能発表会　第一部 45 寫眞館「M」No.10　～昭和の終わり43年　十勝沖地震～	00 第38回三沢市老連芸能発表会 第二部	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 DANCE LIVE 2022～REBOOT～	00 第38回三沢市老連芸能発表会 第二部
21	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 DANCE LIVE 2022～REBOOT～	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 てけてけおじゃマップ	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 あいラブせんりゅう	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 第6回寺山修司アートカレッジ1 企画展「書を捨てよ町へ出よう」解説 ～稀代のコピーライター寺山修司～	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 令和3年度「心の詩」～想いを言葉にこめて～	30 困ったときの頼れる味方！行政相談員	00 第6回寺山修司アートカレッジ1 企画展「書を捨てよ町へ出よう」解説 ～稀代のコピーライター寺山修司～
22		00 読書推進講演会 『ミス・ビードル号の太平洋無着陸横断飛行90周年によせて』	00 令和3年度「心の詩」～想いを言葉にこめて～ 30 みんなのワンポイント手話総集編2		00 寫眞館「M」No.9　～平成元年～	00 第38回三沢市老連芸能発表会　第一部 45 みさわの水道	30 寺山修司をよむ「第八章　書を捨てよ町へ出よう」 45 神主と学ぶ 日本神話
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 読書推進講演会 『ミス・ビードル号の太平洋無着陸横断飛行90周年によせて』	00 寫眞館「M」No.8　～昭和の終わり～ 45 寺山修司をよむ『第十二章　野脇中学校文芸部』	00 住宅火災防止広報番組 45 みんなで支える在宅医療	00 第38回三沢市老連芸能発表会　第一部 45 みさわの水道	00 寫眞館「M」No.8　～昭和の終わり～ 45 寺山修司をよむ『第十二章　野脇中学校文芸部』	00 読書推進講演会 『ミス・ビードル号の太平洋無着陸横断飛行90周年によせて』	00 寫眞館「M」No.6　～三沢大火～ 45 市民投稿作品　じぇんごたろう⑪
1	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 困ったときの頼れる味方！行政相談員	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 令和3年度「心の詩」～想いを言葉にこめて～	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 てけてけおじゃマップ	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 あいラブせんりゅう	00 マックニュースライン(再) 20 情報宅配便 30 困ったときの頼れる味方！行政相談員	00 週間マック(再) 30 令和3年度「心の詩」～想いを言葉にこめて～	00 手話ニュース(再) 30 みんなのワンポイント手話総集編2
2	00 【ミス・ビードル号太平洋無着陸横断飛行90周年記念特別番組】「伝えていく物語～挑戦する勇気、夢支える勇志～」 45 みんなで支える在宅医療	00 寫眞館「M」No.1 30 みんなのワンポイント手話総集編2	00 読書推進講演会 『ミス・ビードル号の太平洋無着陸横断飛行90周年によせて』	00 困ったときの頼れる味方！行政相談員 30 2021全東北　空道ジュニア選手権大会　第2部	00 第6回寺山修司アートカレッジ1 企画展「書を捨てよ町へ出よう」解説 ～稀代のコピーライター寺山修司～	00 寫眞館「M」No.5～人口4万都市へ向かって～ 45 みんなで支える在宅医療	00 寫眞館「M」No.8　～昭和の終わり～ 45 犬猫のマイクロチップって何？
3	00 みんなのワンポイント手話総集編2 30 令和3年度「心の詩」～想いを言葉にこめて～	00 寫眞館「M」No.7　昭和50年代後半	00 2021全東北　空道ジュニア選手権大会　第1部		30 寺山修司をよむ「第八章　書を捨てよ町へ出よう」 45 みんなで支える在宅医療	00 みんなのワンポイント手話　総集編1 30 犬猫のマイクロチップって何？ 45 寺山修司をよむ『第十二章　野脇中学校文芸部』	00 読書推進講演会 『ミス・ビードル号の太平洋無着陸横断飛行90周年によせて』
4	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～」	00 三沢の歴史を知る～3万年間の流れ～Vol.13「昭和時代②」 30 虐待防止法及び虐待定義について
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