

	10月22日(日)	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	
0:00	ビデオライブラリー	まるごと信州情報ネット	ビデオライブラリー					0:00
1:00	信毎文字ニュース							1:00
5:30	松川町の四季							5:30
5:50	【体操】信濃の国体操							5:50
6:00	信毎文字ニュース(d放送 音声告知強制起動)							6:00
7:00	ニュースまつかわ 金曜版 コーナー内 たのしいよ大島	あらいで動いてみる! たのしいよ福与	ニュースまつかわ月曜版	ニュースまつかわ水曜版		ニュースまつかわ 金曜版	7:00	
8:00	松川町音楽祭	ウィークリーニュース					8:00	
9:00							9:00	
10:00	ニュースまつかわ 金曜版 コーナー内 たのしいよ大島	あらいで動いてみる! たのしいよ福与	ニュースまつかわ月曜版	ニュースまつかわ水曜版		ニュースまつかわ 金曜版	10:00	
11:00	まるごと信州情報ネット	フレイル・転倒予防の運動	軽度認知障害予防の運動	日赤いきいき体操①	日赤いきいき体操②	日赤いきいき体操③	まるごと信州情報ネット	
	ビデオライブラリー	まるごと信州情報ネット	ビデオライブラリー					
12:00	ウィークリーニュース	あらいで動いてみる! たのしいよ福与	ニュースまつかわ月曜版	ニュースまつかわ水曜版		ニュースまつかわ 金曜版	12:00	
13:00		松川町音楽祭					13:00	
14:00	時の旅人アーカイブス						14:00	
15:00	松風祭 音楽会	【体操】信濃の国体操、ウィークリーニュース				長野県ご当地〇〇対決		15:00
16:00		フレイル・転倒予防の運動	軽度認知障害予防の運動	日赤いきいき体操①	日赤いきいき体操②	日赤いきいき体操③	時の旅人アーカイブス	
		まるごと信州情報ネット	ビデオライブラリー					
17:00	ビデオライブラリー	ナチュラルフードクッキング				ビデオライブラリー	17:00	
17:30	松尾アトム前派出所のりんご長者の旅(日曜・新)九十七話							
17:40	ぐるっとふるさと信越 / 17:45~ 信毎文字(データ放送 音告)							17:30
18:00	あらいで動いてみる! たのしいよ 福与	ニュースまつかわ 月曜版	ニュースまつかわ 水曜版		ニュースまつかわ 金曜版		18:00	
19:00	松風祭 音楽会	ニュースまつかわ 月曜版	ニュースまつかわ 水曜版		ニュースまつかわ 金曜版		19:00	
20:00		ニュースまつかわ 月曜版	ニュースまつかわ 水曜版		ニュースまつかわ 金曜版		20:00	
21:00	あらいで動いてみる! たのしいよ 福与	まるごと信州情報ネット	時の旅人アーカイブス				21:00	
22:00	松風祭 音楽会	ニュースまつかわ 月曜版	松風祭 音楽会	ニュースまつかわ 水曜版	松風祭 音楽会	ニュースまつかわ 金曜版 コーナー内たのしいよ上片桐	松風祭 音楽会	22:00
23:00		ニュースまつかわ 月曜版		ニュースまつかわ 水曜版		ニュースまつかわ 金曜版 コーナー内たのしいよ上片桐		23:00