

みらーれTVコミュニティチャンネル091ch【2025年度】

1/9(金)

～

1/15(木)

【毎週金曜更新】

時間	1/9(金)	1/10(土)	1/11(日)	1/12(月)	1/13(火)	1/14(水)	1/15(木)
5	00 みんなで介護予防体操！！ 岡島聰子さんの音楽介護予防体操④						
	10 NIIKAWA EXPRESS 【ニュース】・だいこんの会かぶら寿しづくり 【スポーツエクスプレス】「アクアフェアリーズvsアランマーレ山形」 【さえこの農家におじやま】「入善町のきくらげ①」 【にいかわToday】						
	30 シャッフル！						
6	00 きらきら☆キッズ						
	15 リー！リー！リー！						
	30 にいかわスクランブル		ナイスキャッチUOZU(NICE TV)			毎週水曜更新	
7	00 【入 善】						
	15 行政情報 【朝 日】子ども議会前編 ほか						
	30 【黒 部】						
	55 情報クリップ						
	57						
8	00 セ. レ. ク. ト		入善西中学校 合唱コンクール				
9	00						
	30 あさひ口コモ予防体操	鹿嶋神社編					
	40 富山かがやき物語	高岡②					
	45 全ジェネNEXT						
10	50 あさひ口コモ予防体操	島人ぬ宝編					
	00 にいかわスクランブル		Net3パラダイス(Net3)			毎週水曜更新	
	30 にいかわスクランブル		ナイスキャッチUOZU(NICE TV)			毎週水曜更新	
11	00 みんなで介護予防体操！！ 岡島聰子さんの音楽介護予防体操④						
	10 NIIKAWA EXPRESS 【ニュース】・だいこんの会かぶら寿しづくり 【スポーツエクスプレス】「アクアフェアリーズvsアランマーレ山形」 【さえこの農家におじやま】「入善町のきくらげ①」 【にいかわToday】						
	30 シャッフル！						
	55 情報クリップ		月下期				
12	57						
	00 【入 善】						
	15 行政情報 【朝 日】子ども議会前編 ほか						
	30 【黒 部】						
	55 情報クリップ		月下期				
13	57						
	00 きらきら☆キッズ						
	15 リー！リー！リー！						
	30 激スポ!!					毎週水曜更新	
	45 あさひ口コモ予防体操	島人ぬ宝編					
14	55 富山かがやき物語	高岡②					
	00						
14	30						

時間	1/9(金)	1/10(土)	1/11(日)	1/12(月)	1/13(火)	1/14(水)	1/15(木)				
15	00	【入 善】									
	15	行政情報	【朝 日】子ども議会前編 ほか								
	30	【黒 部】									
	55	情報クリップ									
	57										
16	00	脳トレで認知症を予防しよう 7月から年度末まで～休止の間は介護予防体操									
	10	NIIKAWA EXPRESS	【ニュース】・だいこんの会かぶら寿しづくり 【スポーツエクスプレス】「アクアフェアリーズvsアランマーレ山形」 【さえこの農家におじやま】「入善町のきくらげ①」 【にいかわToday】								
	30	シャツフル！									
17	00	きらきら☆キッズ									
	15	激スポ!!									
	30	あさひロコモ予防体操	鹿嶋神社編								
	40	富山かがやき物語	高岡②								
	45	北日本新聞ニュース	全ジェネNEXT		北日本新聞ニュース						
	50	ロコモ予防～島人ぬ宝編									
18	00	【入 善】									
	15	行政情報	【朝 日】子ども議会前編 ほか								
	30	【黒 部】									
	55	情報クリップ									
	57										
19	00	セ. レ. ク. ト									
		入善西中学校 合唱コンクール									
20	00										
	30	にいかわスクランブル	Net3/パラダイス(Net3)			毎週水曜更新					
21	00	脳トレで認知症を予防しよう 7月から年度末まで～休止の間は介護予防体操									
	10	NIIKAWA EXPRESS	【ニュース】・だいこんの会かぶら寿しづくり 【スポーツエクスプレス】「アクアフェアリーズvsアランマーレ山形」 【さえこの農家におじやま】「入善町のきくらげ①」 【にいかわToday】								
	30	シャツフル！									
	57										
22	00	【入 善】									
	15	行政情報	【朝 日】子ども議会前編 ほか								
	30	【黒 部】									
	55	情報クリップ									
	57										
23	00	きらきら☆キッズ									
	15	リー！リー！リー！									
	30	激スポ!!									
	45	全ジェネNEXT									
	50	あさひロコモ予防体操	鹿嶋神社編								
24	00	セ. レ. ク. ト									
	00	入善西中学校 合唱コンクール									
25	00										