

みらーれTVコミュニティチャンネル091ch【2025年度】

3/20(金)

～

3/26(木)

【毎週金曜更新】

| 時間 | 3/20(金) | 3/21(土) | 3/22(日) | 3/23(月) | 3/24(火) | 3/25(水) | 3/26(木) |
|----|------------|---|---------|----------|---------|---------|---------|
| 5 | 00 | みんなで介護予防体操！！ 新・美よしの介護予防ヨガ① | | | | | |
| | 10 | NIIKAWA EXPRESS 【ニュース】 【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ゃま】「百笑一喜のさつまいもコロッケ」 【にいかわToday】 | | | | | |
| | 30 | シャッフル！ | | | | | |
| 6 | 00 | きらきら☆キッズ さわすぎ保育所 こあら保育所 ちびっこきらら保育園 | | | | | |
| | 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】 | | | | | |
| | 30 | 【黒 部】 | | | | | |
| | 55 | 情報クリップ | | | | | |
| | 57 | | | | | | |
| 8 | 00 | セ.レ.ク.ト | | | | | |
| 9 | 00 | | | | | | |
| | 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 | | 5月中旬から再開 | | | |
| | 45 | 全ジェネNEXT | | | | | |
| 50 | あさひロコモ予防体操 | | 島人ぬ宝編 | | | | |
| 10 | 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！！ 新・美よしの介護予防ヨガ① | | | | | |
| | 10 | NIIKAWA EXPRESS 【ニュース】 【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ゃま】「百笑一喜のさつまいもコロッケ」 【にいかわToday】 | | | | | |
| | 30 | シャッフル！ | | | | | |
| 12 | 00 | 【入 善】 | | | | | |
| | 15 | 行政情報 【朝 日】 | | | | | |
| | 30 | 【黒 部】 | | | | | |
| | 55 | 情報クリップ | | | | | |
| | 57 | | | | | | |
| 13 | 00 | きらきら☆キッズ さわすぎ保育所 こあら保育所 ちびっこきらら保育園 | | | | | |
| | 15 | リー！リー！リー！ | | | | | |
| | 30 | 激スポ!! | | | | 毎週水曜更新 | |
| | 45 | あさひロコモ予防体操 | | 島人ぬ宝編 | | | |
| | 55 | 富山かがやき物語 | | 5月中旬から再開 | | | |
| 14 | 00 | | | | | | |
| | 30 | | | | | | |

| 時間 | 3/20(金) | 3/21(土) | 3/22(日) | 3/23(月) | 3/24(火) | 3/25(水) | 3/26(木) | |
|----|---------|------------------------------------|--|---------|-----------|---------|---------|--|
| 15 | 00 | 【入 善】 | | | | | | |
| | 15 | 行政情報 | 【朝 日】 | | | | | |
| | 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 ②ストループテスト | | | | | | |
| | 10 | NIIKAWA EXPRESS | 【ニュース】 【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ゃま】「百笑一喜のさつまいもコロケ」 【にいかわToday】 | | | | | |
| | 30 | | シャッフル！ | | | | | |
| 17 | 00 | きらきら☆キッズ さわすぎ保育所 こあら保育所 ちびっこきらら保育園 | | | | | | |
| | 15 | 激スポ!! | | | | | 毎週水曜更新 | |
| | 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 5月中旬から再開 | | | | | | |
| | 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】 | | | | | |
| | 30 | | 【黒 部】 | | | | | |
| | 55 | | 情報クリップ | | | | | |
| | 57 | | | | | | | |
| 19 | セ.レ.クト | | | | | | | |
| 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 ②ストループテスト | | | | | | |
| | 10 | NIIKAWA EXPRESS | 【ニュース】 【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ゃま】「百笑一喜のさつまいもコロケ」 【にいかわToday】 | | | | | |
| | 30 | | シャッフル！ | | | | | |
| 22 | 00 | 【入 善】 | | | | | | |
| | 15 | 行政情報 | 【朝 日】 | | | | | |
| | 30 | | 【黒 部】 | | | | | |
| | 55 | | 情報クリップ | | | | | |
| | 57 | | | | | | | |
| 23 | 00 | きらきら☆キッズ さわすぎ保育所 こあら保育所 ちびっこきらら保育園 | | | | | | |
| | 15 | リー！リー！リー！ | | | | | | |
| | 30 | 激スポ!! | | | | | 毎週水曜更新 | |
| | 45 | 全ジェネNEXT | | | | | | |
| | 50 | あさひロコモ予防体操 鹿嶋神社編 | | | | | | |
| 24 | セ.レ.クト | | | | | | | |
| 25 | 00 | | | | | | | |