Vol.767 2025年12月1日(月曜日)

上田ケーブルビジョン 上田市中央6-12-6 https://ucv.co.jp/ 発行所 TEL.0268-23-1600 / 0120-160-074 FAX.0268-25-3243



上田ケーブルビジョン

UCV121

UCV121のみどころ………2面 UCV122のみどころ3面 UCV112·あおチャンのみどころ…3面 UCV121番組表·················4·5面 UCV122番組表······6面 おちゃのま倶楽部………… (プレゼント・取材ノート・おたより ほか) UCVからのお知らせ………8面 題字





UCV121

です。

リー」(パン屋)を一挙 屋)、「リーテンベーカ

こ紹介します!

今回は丸山邸特集!

て、地域の魅力をみっけ

気になるお店を訪ね

(MIKKE) る番組

すか?

上田城から移

設したとされる石垣が

城の丸山邸をご存じで みなさんは上田市常磐

生中継

議会12月定例会

開宿から400年を迎 行われ、大勢の参拝客 で賑わいました。(写真上) 北向観音では御開帳が 東御市では海野宿が まち歩きやふれあ

8月に最高気温39度を 今年の夏、上田市では

記録的猛暑となった

ました。信濃国分寺や 最多の42日間を記録し 観測し、猛暑日も過去 主なできごとをまとめ、映像で1年をふりかえります。

でしょうか。毎日放送している「UCVレポート」のニュースから、地域の

2025年も残すところわずかとなりました。皆さんはどんな1年だった

が開催されました。(写真

児童会が中心となって

を記念して11月7日、 年を迎えました。これ

記念式典を開きまし

にさかきモノづくり展 場型としては8年ぶり トが開かれました。

旧西塩田小学校が合併 校は、旧別所小学校と

上田市立塩田西小学

6日4 再 3日4

して開校し、今年30周

坂城町では10月、来

い祭りなど記念イベン

長選で北村政夫さんが 青木村では4月の村

式典のテーマは「塩田

MIKKEXMIKKE Andrand

タスコーヒー」(カフェ)、

「ペトリコール」(花

に放送した講座を改め

を 偲び、 UCV で 過去 歴任した櫻井松夫さん 保護審議会会長などを

会会長、上田市文化財 「国宝安楽寺八角三重 ◎うえだ学のススメ

纂主任や上小郷土研究 し、上田市誌編纂室編 地域の中世史を研究

追悼 櫻井松夫さん

暗」 丸子にもたらした明と

第2回「義仲が信濃

涯

その栄光と挫折」

第1回「木曽義仲の生

す玉割りや「未成年の 主張」など、手作りの温 かな会となりました。

生日をお祝いする」。く 西小学校の30歳のお誕

15日/3~

えります。

地域の1年をふりか

UCV122

30周年記念式典塩田西小学校開校

目をスタートさせまし 無投票で再選し、4期

た。(写真左下)

塔の建立」 「木曽義仲と信濃」

◎100分d木曽義仲 武田への対抗」 「村上氏の大領主化と 「北条氏の時代と上田」

を知る!連続講座

作文コンクール

「小さな親切」運動

UCV121

催しています。 年作文コンクールを開 な親切」運動本部は毎 公益社団法人「小さ 今年

日(水)10時~ りします。 よる作文の朗読をお送 した。受賞者の中から、 度、長野県内では45 ◎長野県議会(CAT ン) 9日(火)9時 ◎青木村議会(あおチャ 12点の応募がありま 田市内の小中学生に 8日(月)~10 ※予定

◎東御市議会(UCV ◎上田市議会(UCV (水)9時30分~※予定 11) 1日(月)~3日 12) 8日(月)・9日 一般質問

んのオシャレなお店が な場所に、最近たくさ 残る「ザ・日本文化!」

立ち並んでいるんです

(ドーナツ店)、

「ナグモドー

ナツ

(火)9時~ 坂城町議

5日(金)10時~

[初 詣]

V007) 2日(火)~

12日(金)

U C V

生のころに届かなかった想いが、数 十年の空白を越えてゆっくりと満ち ていく。本作が胸を打つのは、恋 愛のトキメキではなく、人生の"重 み"そのものが愛の形を変えている からだ。

いいね! UCV

堺雅人が主演を務める映画『平

離婚を経て地元に戻った青砥健将

(堺雅人)、夫と死別し一人で生き

てきた須藤葉子(井川遥)。中学

場の月』が、話題を集めている。 原作は第32回山本周五郎賞を受 賞した朝倉かすみの同名小説。本 作で堺雅人は8年ぶりの主演映画 となる。同級生だった男女が50歳 で再会し、人生の「続き」を取り

戻していく物語だ。

UCV121で放送中!

監督は『花束みたいな恋をした』 の土井裕泰。若い恋を描いてきた 土井監督が、本作では熟成した感 情の揺らぎに真正面から向き合う。 特に、成田凌が演じる謎めいた元 恋人の存在が、二人の関係に静か な緊張をもたらし、物語に深い奥行 きを与えている。

介護、子育て、仕事、老い-50代の人生に絡みつく現実を抱え ながら、それでも誰かを想う。その 姿こそ、観客の胸を震わせる。タイ トルに刻まれた「平場」の名の通り、 特別ではない日常の中でこそ輝く感 情がある。大人の恋をこんなに丁 寧に描けるのは土井監督ならではの

演出だ。心 を静かに満 たしてくれる -本である。



<mark>ネットとテレビで各地の年越しの様子を中継します</mark>

●北向観音 ●生島足島神社 ▶眞田神社

[上田市] ※テレビ中継は ●印の2カ所です

▶信濃国分寺 ▶科野大宮社

白鳥神社 [東御市] https://ucv.co.jp/

[二年参り] ▶12月31日(水) 23時~25時

> ▶1月1日休) 7時~15時 6時~8時、10時~12時、14時~16時



▶大星神社

初

詣

▶山家神社

はたらきモン

楽しさを追求する技術とは?の巻

放送日 フ日電 再8日@

作る機械を操ったり商 ワダ長野事業所です。 さを追求するお仕事が いっぱい。そして知ら 品を詰めたりと、楽し 工場には、

れざる達人も? へ、出発だ! おもちゃを作る裏側 ブロックを

ナノブロックを2名様 ◎視聴者プレゼント ご覧ください。 に。詳しくは、番組を

バレー、マラソン、駅 伝など、さまざまな競 カー、バスケットボール、 返ります。 野球やサッ

総合スポーツ番組

¥ XX Y

物体があります」。

f u !

f a !

技で選手が活躍し、多 くの人がスポーツを楽

しみました。

行われたスポーツイベ

2025年に地域で

4 日 む

再11日分

トや大会などを振り

スタッフが調べます。

高い円盤型の塔が…。 本当に宇宙人? 番組 何のために? まさか 確かにアパートより おはなしランド



走ることが多くなった サッカー教室に入り

おおきくなあれ

竹花廣子

ど、ちょっと無理そう ってもらいたいのだけ 5年生の浩人。 新品のスパイクを買

3 日

(水

◎下之条保育園



昨年の様子

に対局に取り組む生徒

新人戦に向けて熱心

互い腕を磨いています。 とその後の感想戦でお 放課後に集まって対局

サツマイモで、やきい ◎大屋幼稚園 **₺**! ホクホクの甘いやきい も会が開かれました。 しました。 園児 たちが育てた 秋の味覚を堪能

田千曲高校方面を見る 近くの堤防道路から上

UFOのような詸

た。「サントミューゼ に疑問が寄せられまし

打ち上げやパフォ

夏とはひと 味違う、冬の花 火をお楽しみく ださい。

す。

17日 (水) 囲24日

視聴者から番組宛て 5日命 画 12日命

(水 てお伝えします。

スの違いや予防につ 症です。インフルエン お送りする番組です。 ザと新型コロナウイル 今回のテーマは感染 ・とUCVが協力して 信州上田医療センタ



◎講師 感染管理認定看護師 (信州上田医療センタ 再 4日分

感染症予防~新型コロナウイルスとインフルエンザ~信州上田医療センター市民講座 第37回 放送日 2日少

詳しい放送時間は4・5面の番組表をご

円盤型の塔?」

第6回花火を楽しむ会

13日⊕ 今月6日(土)、県営上田野球場を会場に花火

大会が行われます。冬の花火で地域を元気にし

ようと、上田市内の花火業者や賛同する地元企 業の経営者でつくる「花火を楽しむ会実行委員 会」が主催するイベントで、趣向を凝らした花火の

ななみのなんで? 上田市中之条に

マンスなどが予定されていま

※背景色が白いタイトルはレギュラ・

ら、「歴史」や について深掘りしなが 原かおりさん 「未来」 ■信州上田5大学リレー -講座「未来学科」 2025

9月から11月にかけて、上田市内の大学・短期大学・短期大学校で開かれた連続講座をお送りしま す。全4回のうち3講座以上受講した方には上田市より修了証が贈呈されます。会場で受講できな かった方も番組を視聴し、レポートを提出することで出席とみなされます。 お問合せは上田市教育委員会生涯学習・文化財課まで

電話:0268-23-6370 Fax:0268-23-6368 メール:shogaku@city.ueda.nagano.jp

放送日	内 容	収録日
6日(土)	第1回 「AI・データ・半導体が支えるものづくりと暮らし」 講師 矢島正男さん(長野大学共創情報科学部設置準備室教授)	9/13
13日(土)	第2回「蚕糸の地域活動とこれから」 講師 梶浦善太さん(信州大学繊維学部応用生物科学科教授)	9/28
20日(土)	第3回「表現から『つくる (デザインする)』を見つめる」 講師 岡村綾華さん (上田短期大学総合文化学科専任講師)	10/11
27日(土)	第4回「電池のはなし〜仕組みから先端技術まで〜」 講師 正村亮さん(長野県工科短期大学校 情報エレクトロニクス学科准 教授)	11/8



オレ、走る!! 10日砂 再 17日砂

> 信じてないけど…。 ることにした。 サンタさんにお願いす なので、クリスマスに 作·朗読 たけしげみさこ 本当はサンタなんて

> > の家やおばけやしきな つき組さんは、おかし り組みました。年長の て子供たちが制作に取

どを作りました。

についてです。

12月は自主防災組織

上田高校棋道班 熱中!ティーンズ

ています。部員たちは、 わせて9人で活動をし 在、1年生と2年生あ 上田高校棋道班は現 1日② 再8日②

城の歴史と未来石垣から見る上田 上田城トークショー 5日命 再19日命

かれました。城の石垣 劇でトークショーが開 た機運醸成の一環とし 田城の復元整備に向け て、11月8日に上田映 上田市が進める上

毎日の街のできごとをお届け ~土 初回放送17時、再放送18時、19時~22時(リピート放送)、 翌日5時30分、6時、9時、12時 (ダイジェスト) 初回放送17時

3口周年祝い 手作りの記念式典

どをシリーズでお伝えし の取組みや話題、課題な ニュースの中から、地域12月は今年放送した お伝えするニュース番組地域の出来事を毎日 です。

(月に1回 最終水曜日放送) 推しのワイン 紹介

地域のワイナリーを訪 ね、ブドウ栽培やワイン醸 造に携わる方々にワインへ の思いなどを聞くとともに、 「推しの一杯」を紹介して もらいます。





放送数日後から番組動画を ネットで配信。

過去1年間のバックナンバー 手軽に見られます。



たちに、将棋の魅力に

について語りました。

◎トークテーマ

ついて聞きました。

~防災・減災を考える~ みちしるべ 自主防災組織 2日必 再9日必

ぷちエク

発災時の行動について さんに、災害の時に必 紹介してもらいます。 要となる日頃の備えや んぽぽ代表の西藤直義 うえだ防災研究所た

月の作品展にむけ

えるきっかけにしてもら 救急医療について考 11月30日に上

> 康に過ごしましょう。 かし、毎日を元気で健

おうと、 から学ぶ」 救急医療シンポジウム 救急医療現場 11日公 画 18日公

する番組です。

テレビの前で体を動

るエクササイズを紹介

おうちで簡単にでき

月~土

教授·史跡上田城跡整 修復研究センター長 術工科大学文化財保存 備専門家会議委員)/ マニア・観光ライター) いなもとかおりさん(城

北野博司さん(東北芸 ◎登壇者 目指せ!上田城の復元

②調査研究成果から 員に話を聞きます。 いて、上田税務署の職

税に関する話題につ 2日必 再7日ョ

「給与所得者の年末調整」

知って納得! 暮らしの税

師や消防職員が救急医 療について話しました。

最前線で活動する医

城のここがすごい

①石垣から迫る!上

田文化会館で行われた お送りします。 シンポジウムの模様を

月間番組表(放送時間

前半

グリーンファームカレッジ2025「干し芋、切り干し大根の上手な作り方」

講師 岡田真平さん/おさむ家しょう内さん(言語聴覚士・アマチュア落語家)

市民大学講座 「雷電没後200年記念講演会」 講師 唐澤光章さん・堀田雄二さん

第21回長野県高等学校文化連盟 軽音楽専門部 県フェスティバル Power Live

第21回長野県高等学校文化連盟 軽音楽専門部 県フェスティバル Power Live

第21回長野県高等学校文化連盟 軽音楽専門部 県フェスティバル Power Live

市民大学講座「雷電没後200年記念講演会」 講師 唐澤光章さん・堀田雄二さん

第21回長野県高等学校文化連盟 軽音楽専門部 県フェスティバル Power Live

第21回長野県高等学校文化連盟 軽音楽専門部 県フェスティバル Power Live

第21回長野県高等学校文化連盟 軽音楽専門部 県フェスティバル Power Live

グリーンファームカレッジ2025「干し芋、切り干し大根の上手な作り方」

2日(火) とうみ歴史研究会 「戌立遺跡通年講座」 第2回 講師 中沢利和さん

グリーンファームカレッジ2025 「冬の寄せ植え」

とうみ音楽団10周年記念コンサート

月刊とうみチャンネル11月号

令和7年度音楽会 祢津小学校 7日(日) 令和7年東御市議会12月定例会 開会

8日(月) 【9:00~牛中継】令和7年東御市議会12月定例会

令和7年度東御市フレイル予防講演会

第65回長野県コーラスまつり上小地区

2025 KF No.1~19

2025 KF No.20~39

2025 KF No.40~55·審査結果

20日(土) TNSジャスオーケストラ第39回定期演奏会

1年をふりかえる〜東御市〜

24日(水) 第65回長野県コーラスまつり上小地区 25日(木) TNSジャスオーケストラ第39回定期演奏会

2025 KF No.1~19

2025 KF No.20~39

2025 KF No.40~55·審査結果

令和7年度音楽会 袮津小学校

令和7年度音楽会 和小学校

グリーンファームカレッジ2025 「果樹の剪定」

【9:00~生中継】令和7年東御市議会12月定例会

海野宿ふれあい祭り 400年記念ステージイベント

5日(金) 月刊とうみチャンネル11月号



放送日

1日(月)

3日(水)

4日(木)

9日(火)

10日(水)

11日(木)

12日(金)

13日(土)

14日(日)

15日(月)

16日(火)

17日(水)

18日(木)

19日(金)

21日(日)

22日(月)

23日(火)

26日(金)

27日(土)

28日(日)

29日(月)

組はHPで その他の番

30日(火) 令和7年度音楽会

31日(水) 1年をふりかえる~東御市~

田雄二さん(元文書館 ◎講師 講演会の模様をお送り します。 後200年を記念した 雷電顕彰会会長)/堀 郷土が生んだ名力 雷電為右衛門の没 ※11/23収録 唐澤光章さん

9:00.15:00.21:00)

-般質問

記念講演会」 市民大学講座 雷電没後200年 13日 ● 三 23日 ❷

ストが 生が中心のこの大会で 開かれました。1、2年 市サンテラスホールで はステージデビューを 高校生ミュージシャ 11月8日、東御

ンが集う軽音楽コンテ

県フェスティバル Power 文化連盟 軽音楽専門部 第21回 長野県高等学校 L->e 2025 KF 再 1月放送

全国高等学校軽音楽

に愛知県で開催予定の 位2バンドは来年3月

発表会に進めます。

果たす生徒が多く、上

コカリナやまぼうし、 辺/上田クロモニカ

ください

多彩な内容をお楽しみ

◎結果

演奏をお届けします。

37校52バンドの熱い

最優秀賞 シーグラス

文化祭 発表会第5回城南地区

11月2日、 6日① 再 26日命

線など11の団体の発表 唱やハーモニカ、三味 城南公民館を会場に合 ◎参加団体 ふれあいハーモニー川 会が開かれました。 上田市の

> 師講話や「チクマン みんなの笑顔~」。医 を共に~拡げよう! たなフィールドで未来 荘病院祭をお届けしま 27 日 ① 今年のテーマは 11月30日開催の千曲 再 1月放送 新

サンフラワー パドル 上田岳風会城南教室、 アロハ・フラ・イリマ 荻元君香社中 アロハ フラ イムア 体操/藤本頼貴次会> ソナタ ヘアロハ リコ/星の パドル体操/

千第曲19 荘回 病院祭

準最優秀賞

on Z e

(小諸高校)

(上田高校)

地域で活動するコーラ 9日に開かれた、上小 ス団体の発表会の模様 上田文化会館で11 6日⊕ 再3日砂

まつり! コーラス

上小地区

(撮影 千曲荘病院

■コンサート・行事

ジャーショー」

など、

放送日	コンサート・行事名						
14日(日)	第9回 仮装大賞in武石 (制作 丸子テレビ放送)	9/14					
140(0)	坂城町シニアクラブ連合会 活動発表会	11/20					
20日(土)	長野県長寿社会開発センター 上小支部・上小地区賛助会 活動発表会	11/20					
	混声アンサンブルNOVA ア・カペラコンサート	11/15					
21日(日)	上田岳風会 第56回吟道大会	11/30					
210(0)	上田グローリア合唱団 第67回定期演奏会	11/16					
000(0)	上田市消防団音楽隊 第20回定期演奏会	11/30					
28日(日)	上田リーグ卒団式	11/16					

をお送りします。

■幼稚園 運動会

10 時·19

◆松田邸講座 講演会

浮世絵と北斎_

20日(土):21日(日)

9時・14時・18時

29日(月)~31日

水

フマラソン

◆第11回千曲川ハー

特集

◆2025かわら版

ケーズルネット千曲

放送日	幼稚園名
100(+)	上田短期大学附属幼稚園
18日(木)	信学会 上田幼稚園·上田北幼稚園·上田南幼稚園

第 17 回

小県医師会

14日(日)

10時・13時・19時・22時

や錦絵鑑賞のポイ ら、浮世絵の魅力

ントなどを紹介し

◆市民公開講座

9時・13時・19

1時·22時

画業をたどりなが 称される北斎の んが、「画狂人」と

13日(土)

フェスタ2025

◆げんきまるこ産業

学芸員ウェイ笑さ

丸子テレビ

Weekly!とうみ 【放送時間】6時・12時・18時 ※毎週金曜日更新

東御市内の話題や、保育園・幼稚園、学校の活動をお伝えします。 ※スマートフォンからも視聴できます。

和小学校

※UCV111・112は上田市、東御市、坂城町、及び青木村の一部のご契約世帯でご覧いただけます。※あおきチャンネルは青木村の放送サービス加入者様にご覧いただけます。

だ注目情報」「行ちゃ 日5時・7時・9 んがゆく」ほか き・健康プラザうえ だ」「ひとまちげん ◆「市政企画番組_ **ーテレビ版広報うえ** ·19時·21時·23時 時·13 時·15 時·17 時 毎

> 時·12時·18時·21時 ◆あおトピ

毎日6

発信-生地

21日(日

可能性を切り拓く未 造館開館5周年記念

―五島慶太の 青木村からの

◆五島慶太未来

予定 22日(月)~28日 う夢祈願 年12月に開催され鹿教湯温泉で毎 ます。 願」について紹介し る「氷灯ろう夢祈 日

行事を放送 ◆鹿教湯温泉氷灯ろ 14日(日) 2 5 日日

◆青木村産業祭20

主

青木村のお知らせや ◆令和7年青木村文 行事を放送

上田市のお知らせや

U C V 1

あおきチャンネル

おきチャンス

勿

Č V

今年1年を「千曲 ニュース」で振り返

25日(木)・26日(金)

9時・14時 27日(土):28日 神社「大頭祭」 ◆令和7年 ます。

22日(月):23日(火) 健康フォーラム

·時·13時·19時·22時

武水別 日

小布施の北斎館 18時

近隣CATV

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)	8(月)
	●熱中!ティーンズ	●みちしるべ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド	●fun!fan!スポーツ ●ダンスチャンネル All JAPAN SUPER KIDS	●ななみのなんで? 東御市ってなんでクルミを 育てるようになったの?	●MIKKE×MIKKE ●5大学リレー講座「未来学科」 2025 第1回	●MIKKE×MIKKE ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン	●熱中!ティーンズ ●はたらきモン カワダ長野事業所(東御市)
今日	■ものうくりから見た江戸時代 講師:田中優子さん 6:45~、12:45~	●上田市小学校連合音楽会 午前 6:45~、12:45~	●のはなしラフト マアチュとミイチュと 金色の雲	DANCE CONTEST 2025 信州予選 7:05~、13:05~	●上田城トークショー 石垣から見る上田城の歴史と未来	Al・データ・半導体が支える	●fun!fan!スポーツ ●みちしるべ	●ものづくりから見た江戸時代 7:00~、13:00~
の番	●対談 江戸のものづくりと 松平忠固と横浜開港	午後 9:45~、22:45~ (10月24日収録)	●「小さな親切」運動 作文コンクール 受賞作品	●ダンスチャンネル All JAPAN CHALLENGE CUP		講師:矢島正男さん ●ひとこと手話①、②	●知って納得!暮らしの税 ●おおきくなあれ	●対談 江戸のものづくりと 松平忠固と横浜開港
組		●ガスdeクッキング ●上田藩盗賊改方の判鑑 講師:尾崎行也さん	●上田社会教育大学 上田図書館との連携講座 第4回 ヤックラと千曲川	2025 2ndシリーズ信州予選 9:30~、22:30~ ●信州上田医療センター	和根崎剛さん (11月8日収録) ウィークリーとうみ	●休日当番医 ●信州上田医療センター 市民講座 感染症予防	●ななみのなんで? ●フラワーアレンジメント ●ひとこと手話①、②	10:00~、23:00~ ●ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレ
	●ガスdeクッキング	15:00~	講師:手塚典子さん	市民講座 感染症予防 15:00~	●坂城10min	15:00~	●おはなしランド	カルトッチョ
	5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル	5:30 レポ 50 お天気 6:00 レポ 20 MIKKE	5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト
	30 熱中! ティーンズ 45 ものづくりから見た江戸時代	6:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ	6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル	6:00 UCVレポート 20 fun!fan!スポーツ	6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル	6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル	40 熱中! 55 はたらきモン 7:10 fun!fan!スポーツ	30 熱中!ティーンズ 上田高校棋道班
+	8:30 お天気チャンネル 55 ガスdeクッキング	40 知って納得!暮らしの税 45 小学校連合音楽会 午前	30 おおきく 40 おはなし 7:00 小さな親切 作文	7:05 KIDS DANCE CONTEST	30 ななみのなんで? 40 上田城トークショー	30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第1回	55 みちしるべ 8:05 暮らしの税 10 おおきく	45 はたらきモン 7:00 ものづくりから見た江戸時代
あさ	9:00 まとめてダイジェスト	8:30 信州上田医療センター	30 上田社会教育大学	9:00 UCVレポート	8:10 ウィークリーとうみ	8:45 ひとこと手話①	20 ななみ 30 フラワー	8:30 お天気 55 ガス
	30 熱中!ティーンズ 45 江戸のものづくりと	市民講座 感染症予防 55 ガスdeクッキング	8:30 お天気 50 ぶちエク 9:00 レポ 20 お天気	20 お天気チャンネル 30 All JAPAN	40 坂城10min 50 ぷちエク 9:00 UCVレポート	50 休日当番医 9:00 UCVレポート	9:00 レポ 20 MIKKE 40 熱中! 55 はたらきモン	9:00 まとめてダイジェスト 30 熱中! 45 はたらきモン
	松平忠固と横浜開港 10:45 第19回上田市	9:00 レポ 20 お天気 30 みちしるべ 40 暮らしの税	30 おおきく 40 おはなし 10:00 小さな親切 作文	CHALLENGE CUP 2025	20 お天気 30 ななみ 40 上田城トークショー	20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第1回	10:10 fun!fan!スポーツ 55 みちしるべ	10:00 江戸時代のものづくりと 松平忠固と横浜開港
	社会福祉大会 11:55 ガスdeクッキング	45 小学校連合音楽会 午後 11:55 ガスdeクッキング	30 上田社会教育大学 11:50 ぷちエク	11:50 ぷちエク	11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぷちエク	11:45 ひとこと手話② 50 休日当番医	11:05 暮らしの税 10 おおきく 20 ななみ 30 フラワー	11:00 第19回上田市社会福祉大会 55 ガスdeクッキング
	12:00 まとめてダイジェスト	12:00 UCVレポート	12:00 レポ 20 お天気	12:00 UCVレポート	12:00 UCVレポート	12:00 UCVレポート	12:00 レポ 20 MIKKE	12:00 まとめてダイジェスト
	30 熱中!ティーンズ 45 ものづくりから見た江戸時代	20 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得!暮らしの税	30 おおきく 40 おはなし 13:00 小さな親切 作文	20 fun!fan!スポーツ 13:05 KIDS DANCE	20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで?	20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第1回	40 熱中! 55 はたらきモン 13:10 fun!スポ 55 みちしるべ	30 熱中! 45 はたらきモン 13:00 ものづくりから見た江戸時代
71	14:55 ガスdeクッキング 15:00 上田市戦没者遺族大会	45 小学校連合音楽会 午前 14:55 ガスdeクッキング	30 上田社会教育大学 14:50 ぷちエク	CONTEST 15:00 信州 F田医療センター	40 上田城トークショー 14:10 ウィークリーとうみ	14:45 ひとこと手話① 50 休日当番医	14:05 暮らしの税 10 おおきく 20 ななみ 30 フラワー	14:55 ガスdeクッキング 15:00 上田市戦没者遺族大会
ひる	体験報告「戦争は絶対ダメ!」	15:00 上田藩盗賊改方の判鑑	15:00 高齢者の自動車運転を考える	市民講座 感染症予防	40 坂城10min 50 ぷちエク	15:00 信州上田医療センター	15:00 MIKKE 20 熱中!	体験報告「戦争は絶対ダメ!」
6	報告者:三井謙さん 16:30 テロップ 50 ぷちエク	16:30 テロップ 50 ぷちエク 17:00 UCVレポート	運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん	30 第19回上田市社会福祉大会 16:30 テロップ 50 ぷちエク	15:00 こどぶき大学40年のつどい (11月14日収録)	市民講座 感染症予防 30 第19回上田市社会福祉大会	35 はたらきモン 50 fun!スポ 16:35 みちしるべ 45 暮らしの税	報告者:三井謙さん 16:30 テロップ 50 ぷちエク
	17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル	20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	16:30 テロップ 50 ぷちエク 17:00 UCVレポート	17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル	16:30 テロップ 50 ぷちエク 17:00 UCVレポート	16:30 テロップ 50 ぷちエク 17:00 UCVレポート	50 おおきくなあれ 17:00 ダイジェ 30 道路情報	17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル
	30 道路情報 55 ガス 18:00 UCVレポート	55 ガスdeクッキング 18:00 UCVレポート	20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート	30 道路情報チャンネル 18:00 UCVレポート	20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート	20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート	35 手話① 40 おはなし 18:00 まとめてダイジェスト	30 道路情報 55 ガス 18:00 UCVレポート
	20 お天気チャンネル	20 お天気 30 道路情報	20 お天気チャンネル	20 お天気チャンネル	20 お天気チャンネル	20 お天気チャンネル	30 道路情報チャンネル	20 お天気チャンネル
	30 道路情報チャンネル 55 ガスdeクッキング	45 ぐるっとふるさと信越 高森町ケーブルテレビ	30 道路情報チャンネル	30 道路情報チャンネル	30 道路情報チャンネル 45 ぐるっとふるさと信越	30 道路情報チャンネル	35 ひとこと手話② 40 おはなしランド	30 道路情報チャンネル 55 ガスdeクッキング
		55 ガスdeクッキング	10.00	1 ****	高森町ケーブルテレビ		19:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 熱中!	19:00~ UCVレポート リピート放送
ょ			19:00~ UCVレポート リピ・ いつから見ても20分間	ート放达 間で地域の動きがわかります。			20:05 はたらきモン 20 fun!スポ 21:05 みちしるべ 15 暮らしの税	
る	22:20 お天気チャンネル	22:20 お天気チャンネル	22:20 お天気チャンネル	22:20 お天気チャンネル	22:20 お天気チャンネル	22:20 お天気チャンネル	20 おおきく 30 ななみ	22:20 お天気チャンネル 30 熱中!ティーンズ
	30 熱中!ティーンズ 45 江戸のものづくりと	30 みちしるべ 40 知って納得!暮らしの税	30 おおきくなあれ 40 おはなしランド	30 All JAPAN CHALLENGE CUP	30 ななみのなんで? 40 上田城トークショー	30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第1回	22:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 熱中!	45 はたらきモン 23:00 江戸時代のものづくりと
	松平忠固と横浜開港 23:45 第19回上田市	45 小学校連合音楽会 午後 24:30 信州上田医療センター	23:00 小さな親切 作文 30 上田社会教育大学	2025 24:50 ぷちエク	24:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min	24:45 ひとこと手話② 50 休日当番医	23:05 はたらきモン 20 fun!スポ 24:05 みちしるべ 15 暮らしの税	松平忠固と横浜開港 24:00 第19回上田市
	社会福祉大会 24:55 ガスdeクッキング	市民講座 感染症予防 55 ガスdeクッキング	24:50 ぷちエク		50 ぷちエク	77 11 5 5 5 5	20 おおきく 30 ななみ 40 フラワーアレンジメント	社会福祉大会 55 ガスdeクッキング
	24.33 /J/\de_/ 94//	33 /3/de/94-22					40 777 707777	33 73 Ade 2 9 + 2 2
1 1	- (1)	- (1)						
		10 (水) ●おおきくなあれ	11 (木) ●fun!fan!スポーツ	12(金) ●ななみのなんで?	13(土) •MIKKE×MIKKE	14 (日) ●追悼 櫻井松夫さん	15 (月) ●1年をふりかえる	16 (火) ●1年をふりかえる
ľ	●みちしるべ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド オレ、走る!!	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察	●ななみのなんで? 東御市ってなんでクルミを 育てるようになったの?	●MIKKE×MIKKE 丸山邸のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科」	●追悼 櫻井松夫さん 過去の講座を放送 ●MIKKE×MIKKE	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~	●1年をふりかえる 東御市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~
今日	●みちしるべ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動	●ななみのなんで? 東御市ってなんでクルミを	●MIKKE×MIKKE 丸山邸のお店を大満喫!	●追悼 櫻井松夫さん 過去の講座を放送	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月	●1年をふりかえる 東御市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ ●みちしるべ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税
今日の番組	●かちしるべ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●第29回上田ロボコン大会 (11月1日収録) ●ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド・オレ、走る!! ●塩田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (1月22日収録) 高齢者の自動車運転を考える 連転終活の考え方	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茨木信行さん (11月20日収録)	●ななみのなんで? 東御市ってなんでクルミを 育てるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座 第3回 江戸時代の村人の くらし 天保三辰年 五人組御仕置帳より 講師・矢島節子さん	●MIKKE×MIKKE 丸山邸のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科」 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから 講師・梶浦善太さん (9月28日収録) ●ひとごと子話3、④	●追悼 櫻井松夫さん 週去の講座を放送 ●MIKKE×MIKKE ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●fun!fan!スポーツ ●みちしるへ ●知つて納得!暮らしの税	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12:9 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●信州健康リポート	●1年をふりかえる 東御市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ ●みちしるべ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●ガス(セクッキング スパゲッティ ボンゴレ
今日の番組	● みちしるべ 自主防災組織 ● 知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ● 第29回上田ロボコン大会 ((1)1日(口級) ● ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレ	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド オレ、走る!! ●塩田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) ●高齢者の自動車運転を考える	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茨木信行さん (11月20日収録) ●教急医療シンポジウム (11月30日収録)	●ななみのなんで? 東御市ってなんでクルミを 育てるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座 第3回 江戸時代の村人の くらし 天保三辰年 五人組御仕置帳より	●MIKKE×MIKKE 丸山邸のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科」 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから 講師・採浦善太さん (9月28日収録)	●追悼 櫻井松夫さん 過去の講座を放送 ●MIKKE×MIKKE ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●fun!fan!スポーツ ●みちしるべ	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン	●1年をふりかえる 東御市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ ●みちしるべ 自主防災組織 ●知って新号としの税 給与所得者の存末調整 ●ガスdeクッキング
今日の番組	● みちしるべ 自主防災組織 ● 知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ● 第29回上田ロボコン大会 (11月1日収録) ● ガス(セクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ● 上田藩盗賊改方の判鑑 講師: 尾崎行也さん 15:00~ 5:30 UCVレボート	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ・おはなしランド オレ、走る!! ・ 場面・城かの発掘調査と城下町 講師・倉澤正幸さん (11月22日収録) ・ 高齢者の自動車運転を考える 運転終近の考え方 講師・宮下卓也さん (11月22日収録) 15:00~	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茶木信行さん (11月20日収録) ●救急医療シンポジウム (11月30日収録) 15:00~	●ななみのなんで? 東御市ってなんでクルミを育てるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座第3回 江戸時代の村人のくらし天保三辰年 五人組御仕置帳より講師・矢島節子さん(11月12日収録) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min 5:30 UCVレポート	●MIKKE×MIKKE 丸山邸のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科」 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから 講師・梶浦善太さん (9月28日収録) ●ひとこと手話3、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会 (12月6日収録) 15:00~	●追悼 櫻井松夫さん 過去の講座を放送 ●MIKKE×MIKKE ●熱中・ティーンズ ●はたらきモン ●fun!fan!スポーツ ●みちしるべ ●知って納得! 暮らしの税 ●おおきくなあれ ●ななみのなんで? ほか 5:30 レポ 50 お天気	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中1ティーンズ ●はたらきを ●信外健康リポート ●ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト	●1年をふりかえる 東御市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ ゆかちしるへ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●ガスセタッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ●上田藩盗賊改方の判鑑 15:00~
今日の番組	● かちしるべ 自主防災組織 ● 知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ● 第29回上田ロボコン大会(11月1日収録) ● ガス(セクツキング スパゲッティ ボンゴレカルトッチョ ● 上田藩盗賊改方の判鑑講師: 尾崎行也さん 15:00~ 5:30 UC Vレボート 50 お天気チャンネル 6:00 UC Vレポート	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ・おはなしランド オレ、走る!! ・地域の発掘調査と城下町 講師・倉澤正幸さん (11月22日収録) ・高齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師・宮下卓也さん (11月22日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:洗木信行さん (11月20日収録) ●救急医療シンポジウム (11月30日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート	●ななみのなんで? 東御市ってなんでクルミを 育てるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座 第3回 江戸時代の村人の くらし 天保三毎年 五人組御仕置帳より 講師:矢島節子さん (11月12日収録) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min 5:30 UCVレボート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート	●MIKKE×MIKKE 丸山邸のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科」 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから 講師・梶浦善太さん (9月28日収録) ●ひとこと手話3、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会 (12月6日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート	●追悼 櫻井松夫さん 過去の講座を放送 ●MIKKE×MIKKE ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●如ったりとしない。 ●知って対解! 暮らしの税 ●おおきくなあれ ●ななみのなんで? ほか 5:30 レボ 50 お天気 6:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中1ティーンズ ●はたらきた ●信州健康リボート ● 万スdeクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる	●1年をふりかえる 東御市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ ゆかちしるへ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●ガスセクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ●上田藩盗賊改方の判鑑 15:00~ 5:30 UCVレボート 6:00 UCVレボート
今日の番組	● かちしるべ 自主防災組織 ● 知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ● 第29回上田ロボコン大会 (11月1日収録) ● ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレカルトッチョ ● 上田藩盗賊改方の判鑑 講師: 尾崎行也さん 15:00~ 5:30 UCVレボート 50 お天気チャンネル	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ・おはなしランド オレ、走る!! ・地域の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) ・高齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん (11月22日収録) 15:00~	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茨木信行さん (11月20日収録) ●救急医療シンポジウム (11月30日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル	●ななみのなんで? 東御市ってなんでクルミを 育てるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座 第3回 江戸時代の村人の くらし 天保三辰年 五人組御仕置帳より 調師・矢島節子さん (11月12日収録) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル	●MIKKE×MIKKE 丸山邸のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科」 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから 講師・梶浦善太さん (9月28日収録) ●ひとこと手話3、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会 (12月6日収録) 15:00~	●追悼 櫻井松夫さん 過去の講座を放送 ●MIKKE×MIKKE ●熱中・ティーンズ ●はたらきモン ●加い指加・スポーツ ●かちしるべ ●知って納得・暮らしの税 ●おおきくなあれ ●ななみのなんで? ほか 5:30 レポ 50 お天気 6:00 レポ 20 お天気	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●徒たらきたン ●信州健康リボート ●ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月	●1年をふりかえる 東御市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ ゆみちしるへ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●ガスセタッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ●上田藩盗賊改方の判鑑 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル
今日の番組	● かちしるべ 自主防災組織 ● 知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ● 第29回上田ロボコン大会 (11月1日収録) ● ガス仓をツッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ● 上田藩盗賊改方の判鑑 講師: 尾崎行也さん 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得! 暮らしの税 45 上田ロボコン大会	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなレランド オレ、走る!! ●塩田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) 「高齢者の目動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん (11月22日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茶木信行さん (11月20日収録) ●教急医療シンポジウム (15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動	●ななみのなんで? 東衛市ってなんでクルミを育てるようになったの? 育てるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座第3回 江戸時代の村人のくらし 天保三辰年 五人組御仕置帳より講師:矢島節子さん(11月12日以課) ●ウイークリーとうみ ●坂城10min 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座	●MIKKE×MIKKE 丸山邸のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科」 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから 講師・梶浦善太さん (9月28日収録) ●ひとこと手話3、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会 (12月6日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回	●追悼 櫻井松夫さん 週去の講座を放送 ● MIKKE×MIKKE ● MIKKE×MIKKE ● MIP・イーンス ● はたらきモン ● かちしるべ ● 知って納得! 暮らしの税 ● おおきくなおれ ● ななみのなんで? ほか 5:30 レボ 50 お天気 6:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん うえだ学のススメより 国宝安楽寺八角三重塔の建立 8:10 MIKKE×MIKKE	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●信州健康リボート ●カスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気	●1年をふりかえる 東御市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ ● かちしるべ 自主防災組織 ● 知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ● ガス(をクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東御市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税
今日の番組	● かちしるべ 自主防災組織 ● 知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ● 第29回上田ロボコン大会 (11月1日収録) ● ガス(をクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ● 上田藩盗賊改方の判鑑 講師:尾崎行也さん 15:00~ 5:30 UCVレボート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田ロボコン大会 8:30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予防	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド オレ、走る!! ●は田城かの発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) ・高齢者の目動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん (11月22日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 8:50 ぶちエク	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茶木信行さん (11月20日収録) ●教急医療シンポジウム (11月20日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート	●ななみのなんで? 東衛市ってなんでクルミを育てるようになったの? 育てるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座第3回 江戸時代の村人のくらし天保三辰年 五人組御仕置帳より講師:矢島節子さん(11月12日収録) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 8:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク	●MIKKE×MIKKE 丸山郎のお店を大満喫! ●5大学リレー講座床来学科] 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから 講師・掲浦書太さん (9月28日収録) ●ひとこと手話③、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会 (12月6日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 8:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医	●追悼 櫻井松夫さん 週去の講座を放送 ●MIKKE×MIKKE ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●かちしるべ ●知つて納得!暮らしの税 ●おおきくなあれ。 ●ななみのなんで? ほか 5:30 レボ 50 お天気 6:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん うえだ学のススメより 国宝安楽寺八角三重塔の建立 8:10 MIKKE×MIKKE 30 熱中! 45 はたらきモン 9:00 レボ 20 お天気	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●信州健康リポート ●ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレカルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気 40 健康リポ 55 ガス 9:00 まとめてダイジェスト	●1年をふりかえる 東御市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ 歩城町 9:30~、22:30~ ● かちしるべ 自主防災組織 ●知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●ガス(母ケッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ● 上田藩盗賊放方の判鑑 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東御市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税 30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予防
今日の番組あり	● かちしるべ 自主防災組織 ● 知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ● 第29回上田ロボコン大会 (11月1日収録) ● ガス倍をツッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ● 上田藩盗賊改方の判鑑 講師: 尾崎行也さん 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得! 暮らしの税 45 上田ロボコン大会 8:30 信州上田医療センター	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド オレ、走る!! ●塩田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) ・高齢者の目動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん (11月22日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 塩田城跡の発掘調査と城下町	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茶木信行さん (11月20日収録) ●教急医療シンポジウム (11月20日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク	●ななみのなんで? 東衛市ってなんでクルミを育てるようになったの? 育てるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座第3回 江戸時代の村人のくらし 天保三辰年 五人組御仕置帳より講師:矢島節子さん(11月12日以資) ●ウイークリーとうみ ●坂城10min 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 8:10 ウィークリーとうみ	●MIKKE×MIKKE 丸山郎のお店を大満喫! ●5大学リレー講座 床来学科」 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから 講師・梶浦善太さん (9月28日収録) ●ひとこと手話③、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会 (12月6日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 8:45 ひとこと手話③	●追悼 櫻井松夫さん 週去の講座を放送 ●MIKKE×MIKKE ●熱中!ティーンス ●はたらきモン ●かちしるべ ●知って納得!暮らしの税 ●おおきくなあれ ●ななみのなんで? ほか 5:30 レボ 50 お天気 6:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん うえだ学のススメより 国宝安楽寺八角三重塔の建立 8:10 MIKKE×MIKKE 30 熱中! 45 はたらきモン	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●信州健康リボート ●ガスピグッティ ボンゴレ カルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気 40 健康リボ 55 ガス	●1年をふりかえる 東御市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ ・ 歩気の 1 自主防災組織 ・ 利力 て納得! 暮らしの税 ・ 給与所得者の年末調整 ・ ガス侵クッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ・ 上田藩盗賊改方の判鑑 15:00~ 5:30 UCVレポート ・ 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート ・ 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東御市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税 30 信州上田医療センター
今日の番組あ	● かちしるべ 自主防災組織 ● 知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ● 第29回上田ロボコン大会 (11月1日収録) ● ガス(セクッキング カルトッチョ 上田藩盗賊改方の判鑑 講師:尾崎行也さん 15:00~ 5:30 UCVレボート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田ロボコン大会 8:30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予防 55 ガスdeクッキング	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド オレ、走る!! ●ははなしランド オレ、走る!! ●塩田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) ・高齢者の目動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん (11月22日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師・茨木信行さん (11月20日収録) ●教急医療シンポジウム (11月30日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル	●ななみのなんで? 東衛市ってなんでクルミを育てるようになったの? 育てるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座第3回 江戸時代の村人のくらし天保三辰年 五人組御仕置帳より講師:矢島節子さん(11月12日収録) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 8:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 9:00 UCVレポート	●MIKKE×MIKKE 丸山郎のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科」 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから 講師・掲浦書太さか (9月28日収録) ●ひとこと手話③、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会 (12月6日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 8:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE	●追悼 櫻井松夫さん 週去の講座を放送 ●MIKKE×MIKKE ●熱中!ティーンズ ●はた5きモン ●かちしるべ ●列って納得!暮らしの税 ●おおきくなあれ ●ななみのなんで? ほか 5:30 レボ 50 お天気 6:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 国宝安業寺/角三重塔の建立 8:10 MIKKE×MIKKE 30 熱中! 45 はたらきモン 9:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はかけディーンズ ●はかけ です。 では、	●1年をふりかえる 東御市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ 场域町 9:30~、22:30~ ● みちしるべ 自主防災組織 ● 知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ● ガス(母クッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ・上田藩盗賊改方の判鑑 15:00~ 5:30 UCVレボート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレボート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東御市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税 30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予防 55 ガス(ロタッキング
今日の番組あり	●かちしるべ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●第29回上田のボコン大会 (11月1日収録) ●ガス(セクッキング スパゲッティ ボンゴレカルトッチョ ●上田藩盗賊改方の判鑑講師:尾崎行也さん 15:00~ 5:30 UC Vレポート 50 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田ロボコン大会 8:30 信州上田医療センター市民講座 感染症予防 55 ガスdeクッキング 9:00 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 碧らしの税 45 ロボコン 11:55 ガスdeクッキング	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド・オレ、走る!! ●は知城かの発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) ・高齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん (11月22日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茶木信行さん (11月20日収録) ●救急医療シンポシウム (11月30日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:15 シジュウカラの繁殖行動 11:50 ぶちエク	●ななみのなんで? 東御市ってなんでクルミを育てるようになったの? ・一古文書に見る地域の歴史講座第3回 江戸時代の村人のくらし天保三辰年 五人組御仕置帳より講師・矢島部子さん(11月12日収録) ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	●MIKKE×MIKKE 丸山郎のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科] 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから 講師・梶浦善太さか (9月28日収録) ●ひとこと手話③、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会 (12月6日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 8:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医	●追悼 櫻井松夫さん 過去の講座を放送 ●MI KK E×MI KK E ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●かちしるべ ●列って納得! 暮らしの税 ●おおきくなあれ ●おおきくなあれ ●ななみのなんで? ほか 5:30 レボ 50 お天気 6:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん うえだ学のススメより 国宝安楽寺/角三重塔の建立 8:10 MIKKE×MIKKE 30 熱中! 45 はたらきモン 9:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん うえだ学のススメより 木曽義仲と信濃 11:00 fun!スポ 45 みちしるべ 55 知って納得! 暮らしの税	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●話きモン ●信州健康リポート ●ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレカルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気 40 健康リポ 55 ガス 9:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス	●1年をふりかえる 東創市 6:30〜、12:30〜 坂城町 9:30〜、22:30〜 ●みちしるべ 自主防災組織 ●知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●ガスペラッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ●上田藩盃械改方の判鑑 15:00〜 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東創市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税 30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予防 55 ガスdeクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東創市 8:00 みちしるべ 10 軽 55 ガス 10 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス
今日の番組あり	●かちしるべ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●第29回上田のボコン大会 (11月1日収録) ●ガス(セクッキング スパゲッティ ボンゴレカルトッチョ ●上田藩名賊改方の判鑑講師:尾崎行也さん 15:00~ 5:30 UC Vレポート 50 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田ロボコン大会 8:30 信州上田医療センター市民講座 感染症予防 55 ガスdeクッキング 9:00 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 暮らしの税 45 ロボコン 11:55 ガスdeクッキング 12:00 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 暮らしの税 45 ロボコン 11:55 ガスdeクッキング 12:00 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド・オレ、走る!! ●はなしランド・オレ、走る!! ●塩田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) ・高齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん (11月22日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茶木信行さん (11月20日収録) ●救急医療シンポシウム (11月30日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:15 シジュウカラの繁殖行動 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル	●ななみのなんで? 東御市ってなんでクルミを育てるようになったの? ● 古文書に見る地域の歴史講座第3回 江戸時代の村人のくらし天保三辰年 五人組御仕置帳より講師:矢島節子さん(11月12日収録) ● ウィークリーとうみ●坂城10min 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 8:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 垃圾は10min 50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 垃圾域10min 50 ぶちエク	●MIKKE×MIKKE 丸山邸のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科」 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから 講師・梶浦善太さん (9月28日収録) ●ひとこと手話③、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会 (12月6日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 8:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医	●追悼 櫻井松夫さん 過去の講座を放送 ●MI KK E×MI KK E ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●カちしるへ ●カラしるへ ●知って納得! 暮らしの税 ●おおきくなあれ ●ななみのなんで? ほか 5:30 レボ 50 お天気 6:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん うえだ学のススメより 国宝安楽寺/角三重塔の建立 8:10 MIKKE×MIKKE 30 熱中! 45 はたらきモン 9:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん うえだ学のススメより 木曽義仲と信濃 11:00 fun!スポ 45 みちしるべ 55 知って納得! 暮らしの税 12:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●焼ききモン ●信州健康リポート ●ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気 40 健康リポ 55 ガス 9:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス 9:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス	●1年をふりかえる 東御市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ ・ 歩坂は町 9:30~、22:30~ ・ 歩ちしるべ 自主防災組織 ・ 知力て納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ・ ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ・ 上田藩盗賊改方の判鑑 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東側市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税 30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予防 55 ガスdeクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル
今日の番組ある	●かちしるべ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●第29回上田のボコン大会 (11月1日収録) ●ガス(セクッキング スパゲッティ ボンゴレカルトッチョ ●上田藩 経賊改方の判鑑講師:尾崎行也さん 15:00~ 5:30 UC Vレポート 50 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田口ボコン大会 8:30 信州上田医療センター市民講座 感染症予防 55 ガスdeクッキング 9:00 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 暮らしの税 45 ロボコン 11:55 ガスdeクッキング 12:00 UC Vレポート	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド・オレ、走る!! ●ははなしランド・オレ、走る!! ●塩田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) ・高齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん (11月22日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茶木信行さん (11月20日収録) ●救急医療シンポシウム (11月30日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:15 シジュウカラの繁殖行動 11:50 ぶちエク	●ななみのなんで? 東御市ってなんでクルミを育てるようになったの? ● 古文書に見る地域の歴史講座第3回 江戸時代の村人のくらし天保三辰年 五人組御仕置帳より講師:矢島節子さん(11月12日収録) ● ウィークリーとうみ●坂城10min 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 8:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 垃城10min 50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 垃圾城10min 50 ぶちエク	●MIKKE×MIKKE 丸山邸のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科」 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから 講師・梶浦善太さん (9月28日収録) ●ひとこと手話③、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会 (12月6日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 8:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医	●追悼 櫻井松夫さん 過去の講座を放送 ●MI KK E×MI KK E ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●カちしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●ななみのなんで? ほか 5:30 レボ 50 お天気 6:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん うえだ学のススメより 国宝安楽寺/角三重塔の建立 8:10 MIKKE×MIKKE 30 熱中! 45 はたらきモン 9:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん うえだ学のススメより 木曽義仲と信濃 11:00 fun!スボ 45 みちしるべ 55 知って納得!暮らしの税 12:00 レボ 20 お天気	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●信州健康リポート ●ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気 40 健康リボ 55 ガス 9:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リボ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト	●1年をふりかえる 東創市 6:30〜、12:30〜 坂城町 9:30〜、22:30〜 ●みちしるべ 自主防災組織 ●知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●ガスペラッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ●上田藩盗賊改方の判鑑 15:00〜 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東創市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税 30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予防 55 ガスdeクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート
今日の番組ある	●かちしるべ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 総与所得者の年末調整 ●第29回上田のボコン大会 (11月1日収録) ●ガス(セクッキング スパゲッテォー・スパゲッティ・ボンゴレカルトッチェー・スパゲッティ・ボンゴレカルトッチェー・スパゲッティ・ボンゴレカルトッチェー・スパゲッティ・ボンゴレカルトッチェー・スパゲッティ・ボンゴレカルトッチェー・スペイート 15:30 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田ロボコン大会 8:30 信州上田医療センター市民講座 感染症予防 55 ガスセクッキング 9:00 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 暮らしの税 45 ロボコン 11:55 ガスセクッキング 12:00 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田ロボコン大会 14:55 ガスセクッキング	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド・オレ、走る!! ・塩田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (1月22日収録) ・運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん (11月22日収録) 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:添木信行さん (11月20日収録) ●救急医療シンポジウム (11月30日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:15 シジュウカラの繁殖行動 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:15 シジュウカラの繁殖行動	●ななみのなんで? 東御市つてなんでクルミを育てるようになったの? 東でるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座第3回 江戸時代の村人のくらし天保三辰年 五人組御仕置帳より講師・矢島部子さん(11月12日収録) ●ウィークリーとうみ●坂城10min 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 8:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 古文書に見る地域の歴史講座 11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 五文書に見る地域の歴史講座 11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク	●MIKKE×MIKKE 丸山邸のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科」 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから 講師・梶浦善太さん (9月28日収録) ●かとこと手話③、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会 (12月6日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 8:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医	●追悼 櫻井松夫さん 過去の講座を放送 ●MIKKE×MIKKE ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●かちしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●カラしるへ ●ななみのなんで? ほか 5:30 レボ 50 お天気 6:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 国宝安楽号八角三重塔の 里宝安楽号八角三重塔の 第10 MIKKE×MIKKE 30 熱中! 45 はたらきモン 9:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 木曽義仲と信濃 11:00 fun!スボ 45 みちしるべ 55 知って納得!暮らしの税 12:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん 北条氏の時代と上田 14:15 おおきくなあれ 25 ななみのなんで?	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●信州健康リポート ● ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気 40 健康リポ 55 ガス 9:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス	●1年をふりかえる 東御市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ ●みちしるべ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●ガス(ペラッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ●上田藩盗賊改方の判鑑 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東側市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税 30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予防 55 ガス(セラッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東側市 14:00 みちしるべ 10 暮らしの税 55 ガス(セラッキング
今日の番組 あ さ	●かちしるべ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●第29回上田のボコン大会 (11月1日収録) ●ガスセクッキング スパゲッティ ボンゴレカルトッチョ ●上田藩盗賊改方の判鑑 講師:尾崎 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田ロボコン大会 8:30 信州上田医療センター市民講座 感染症予防 55 ガスセクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 第一の税 45 ロボコン 11:55 ガスセクッキング 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 第一の税 45 ロボコン 11:55 ガスセクッキング 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田ロボコン大会 14:55 ガスセクッキング 15:00 上田港盗賊改方の判鑑 16:30 テロップ 50 ぶちエク	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド オレ、走る!! ●塩田城跡の発掘調査と城下町講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) 15:00~ 「11月22日収録) 15:00~ 「11月22日	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茨木信行さん (11月20日収録) ●救急医療シンポジウム (11月30日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:15 シジュウカラの繁殖行動 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 11:50 ぶちエク 15:00 数気医療シンポジウム	●ななみのなんで? 東御市つてなんでクルミを育てるようになったの? 東省市ってなんでクルミを育てるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座第3回 江戸時代の村人のくらし天保三辰年 五人組御仕置帳より講師・矢島節子さん(11月12日収録) ●ウィークリーとうみ●坂城10min 5:30 UCVレボート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレボート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 8:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 9:00 UCVレボート 20 お天気 30 ななみ 40 古文書に見る地域の歴史講座 11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 12:00 UCVレボート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 14:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク	●MIKKE×MIKKE 丸山邸のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科」 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから講師・梶浦薔太さん (9月28日収録) ●かとこと手話③、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会 (12月6日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 8:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 14:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医	●追悼 櫻井松夫さん 過去の講座を放送 ●MIKKE×MIKKE ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●かちしるへ ●カカしるへ ●知つて納得! 暮らしの税 ●おおきくなあれ ●ななみのなんで? ほか 5:30 レボ 50 お天気 6:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 国宝安等・川角三重塔の建立 8:10 MIKKE×MIKKE 9:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 木曽義仲と信濃 11:00 fun!スボ 45 みちしるべ 55 知って納得! 暮らしの税 12:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん 北条氏の時代と上田 14:15 おおきくなあれ 25 なみみのなんで? 15:00 追悼 櫻井松夫さん 村上氏の大領主化と	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●信州健康リボート ●ガスdeクッキング ブスパゲッティ ボンゴレカルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気 40 健康リボ 55 ガス 9:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リボ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:00 熱中! 15 はたらきモン 40 健康リボ 55 ガス 15:00 上田市戦没者遺族大会 体験報告「戦争は総対ダメ!」	●1年をふりかえる 東創市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ ● かちしるべ 自主防災組織 ● 知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ● 力ス(をクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ● 上田藩盗賊改方の判鑑 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東創市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税 30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予防 55 ガスdeクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東創市 14:00 みちしるべ 10 暮らしの税 55 ガスdeクッキング 15:00 上田藩盗賊改方の判鑑 15:00 上田藩盗賊改方の判鑑 16:30 テロップ 50 ぶちエク
今日の番組 あさ ひ	●かちしるべ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 総与所得者の年末調整 ●第29回上田のボコン大会 (11月1日収録) ●ガス(セクッキング スパゲッテョ ●上田藩盗賊改方の判鑑講師:尾崎行也さん 15:00~ 5:30 UC Vレポート 50 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田ロボコン大会 8:30 信州上田医療センター市民講座 感染症予防 55 ガスセクッキング 9:00 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 類って納得!暮らしの税 45 ロボコン大会 8:30 信州上田医療センター市民講座 感染症予防 55 ガスセクッキング 9:00 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 類って納得!暮らしの税 45 上田ロボコン大会 11:55 ガスセクッキング 12:00 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田ロボコン大会 14:55 ガスセクッキング 15:00 上田藩盗賊改方の判鑑	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド・オレ、走る!! ●塩田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (1月22日収録) ●連転総括の考え方 講師:宮下卓也さん (11月22日収録)15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 13:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク 15:00 高齢者の自動車運転を考える	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茶木信行さん (11月20日収録) ●救急医療シンポジウム (11月30日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:15 シジュウカラの繁殖行動 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 11:50 ぶちエク	●ななみのなんで? 東御市つてなんでクルミを育てるようになったの? 東省あるようになったのでからになったのです。 ●古文書に見る地域の歴史講座第3回 江戸時代の村人のくらし天保三辰年 五人組御仕置帳より講師・矢島部子さん(11月12日収録) ●ウィークリーとうみ●坂城10min 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 8:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 垃圾城10min 50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 垃圾城10min 50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 垃圾城10min 50 ぶちエク	●MIKKE×MIKKE 丸山邸のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科」 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから講師・梶浦薔木さん (9月28日収録) ●かとこと手話③、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会 (12月8日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 500 サンスルート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 8:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医	●追悼 櫻井松夫さん 過去の講座を放送 ●MIKKE×MIKKE ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●かちしるへ ●かちしるへ ●知つて納得! 暮らしの税 ●おおきくなあれ ●ななみのなんで? ほか 5:30 レボ 50 お天気 6:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 国宝安業号八角三重塔の建立 8:10 MIKKE×MIKKE 30 熱中! 45 はたらきモン 9:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 木曽義仲と信濃 11:00 fun!スボ 45 みちしるべ 55 知って納得! 暮らしの税 12:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん 北条氏の時代と上田 14:15 おおきくなあれ 25 ななみのなんで? 15:00 追悼 櫻井松夫さん	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●信州健康リポート ● ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気 40 健康リポ 55 ガス 9:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:00 熱中! 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス	●1年をふりかえる 東御市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ ●みちしるべ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●ガス(セクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ●上田藩盗賊改方の判鑑 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予防 55 ガス(セクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂崎町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂崎町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東側市 14:00 みちしるべ 10 暮らしの税 55 ガス(セクッキング 15:00 上田藩盗賊改方の判鑑
今日の番組 あさ ひ	●かちしるべ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●第29回上田のボコン大会 (11月1日収録) ●ガス倍クッキング カルトッチョ ●上田藩盗賊改方の判鑑 講師:尾崎 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田ロボコン大会 8:30 信州上田医療センター市民講座 感染症予防 55 ガスdeクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田ロボコン 11:55 ガスdeクッキング 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 第三の税 45 ロボコン 11:55 ガスdeクッキング 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田ロボコン大会 14:55 ガスdeクッキング 15:00 上田藩盗賊改方の判鑑 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなレランド オレ、走る!! ●塩田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) ●塩田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 13:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 14:50 ぶちエク 15:00 高齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓中さん	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茶木信行さん (11月20日収録) ●教急医療シンポジウム (11月30日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:15 シジュウカラの繁殖行動 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 13:15 シジュウカラの繁殖行動 14:50 ぶちエク 15:00 救急医療シンポジウム 16:50 ぶちエク	●ななみのなんで? 東衛市ってなんでクルミを育てるようになったの? 育てるようになったの? 南古文書に見る地域の歴史講座第3回 江戸時代の村人のくらし 天保三房年 五人組御仕置帳より講師:矢島節子さん(11月12日以課) ●ウイークリーとうみ ●坂城10min 50 びちエク 40 坂城10min 50 ぶちエク 40 坂城10min 50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 古文書に見る地域の歴史講座 11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 古文書に見る地域の歴史講座 11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気 54 で 2 で 4 で 4 で 4 で 5 で 5 で 5 で 5 で 5 で 5 で 5	●MIKKE×MIKKE 丸山郎のお店を大満喫! ●5大学リレー講座 抹来学科] 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから 講師・掲浦書太さか (9月28日収録) ●かとこと手話③、④ ●休日当番医 第6回花火を楽しむ会 (12月6日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 8:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 大学リレー講座 第2回 14:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 14:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 15:00 第6回花火を楽しむ会 16:30 テロップ 50 ぶちエク	● 追悼 櫻井松夫さん 週去の講座を放送 ● MI KK E×MI KK E ● MI KK E×MI KK E ● MI F7 ← ンズ ● はたらきモン ● かちしるべ ● かちしるべ ● かちしるべ ● かちしるべ ● かちさくなあれ ● ななみのなんで? ほか 5:30 レボ 50 お天気 6:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 国宝安楽寺八角三重塔の建立 8:10 MIKKE×MIKKE 30 熱中! 45 はたらきモン 9:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 木曽美仲と信濃 11:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 木曽美仲と信濃 11:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん 55 知って納得! 暮らしの祝 12:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん 12:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん 北条氏の時代と上田 14:15 おおきくなあれ 25 ななみのなんで? 15:00 追悼 櫻井松夫さん 村上氏の大領主化と 武田への対抗	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●信州健康リボート ●カスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気 40 健康リボ 55 ガス 9:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リボ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:00 熱中! 15 はたらきモン 40 健康リボ 55 ガス 15:00 上田市 1月~6月 14:00 熱中! 15 はたらきモン 40 健康リボ 55 ガス	●1年をふりかえる 東創市 6:30~、12:30~ 歩城町 9:30~、22:30~ 歩かしるべ 自主防災組織 ●対フて納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●ガス(セクッキング スパゲッティ ボンゴレカルトッチョ 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東創市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税 30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予防 55 ガスセクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東創市 14:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 15:00 LCWレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東創市 14:00 みちしるべ 10 暮らしの税 55 ガスセクッキング 15:00 上田藩盗賊改方の判鑑 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート
今日の番組 あさ ひ	●かちしるペ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得書の年末調整 ●知って納得!暮らしの税 給与所得書の年末調整 ●第29回上田のボコン大会 (11月1日回線) ●ガス(セクッキング カルトッチョ ●上田藩盗賊で力の判鑑 講師:尾崎行也さん 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるペ 40 知って知る中半ング 45 上田田底療センター市民講座 感染症予防 55 ガスセクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるペ 40 暮らしの税 45 ロボコン 11:55 ガスセクッキング 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるペ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田ロボコンナ会 11:55 ガスセクッキング 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるペ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田ロボコンナ会 14:55 ガスセクッキング 15:00 上田藩盗賊改方の判鑑 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 57 スセクッキング 15:00 上田藩盗賊改方の判鑑 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 57 スセクッキング 18:00 UCVレポート	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなレランド オレ、走る!! ●は田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) ●高齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん (11月22日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 13:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 13:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 14:50 ぶちエク 15:00 高齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茶木信行さん (11月20日収録) ●教急医療シンポジウム (11月20日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:15 シジュウカラの繁殖行動 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 13:15 シジュウカラの繁殖行動 14:50 ぶちエク 15:00 数を優多シンポジウム 16:50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル	●ななみのなんで? 東衛市ってなんでクルミを育てるようになったの? 育てるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座 第3回 江戸時代の村人の くらし 天保三房年 五人組御仕置帳より講師:矢島節子さん (11月12日刊選) ●ウイークリーとうみ ●坂城10min 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 8:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気、30 ななみ 40 古文書に見る地域の歴史講座 11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 14:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 15:00 ことぶき大学40年のつとい (11月14日収録) 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気、30 道路情報	●MIKKE×MIKKE 丸山郎のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科」 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから講師・掲浦書太さか() 9月28日収録) ●ひとこと手話③、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会(12月6日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 8:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 14:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 15:00 第6回花火を楽しむ会 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル	● 追悼 櫻井松夫さん 週去の講座を放送 ● MI KKE×MI KKE ● MI KKE×MI KKE ● 熱中! ティーンス ● はたらきモシ ● かちしるべ ● かちしまで、また気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 本曽義仲と信濃 11:00 fun!スポ 45 みちしるべ ちち知って納得! 暮らしの税 12:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 本曽義仲と信濃 11:00 fun!スポ 45 みちしるべ 55 知って納得! 暮らしの税 12:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っち知って納得! 暮らしの税 12:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん 大き知ってがおけたと田 14:15 おおきくなあれ 25 ななみのなんで? 15:00 追悼 櫻井松夫さん 対上氏の大領主化と 武田への対抗 16:30 MI KKE×MI KKE 17:00 ダイジェ 30 道路情報 35 手話③ 40 おはなし 18:00 まとめてダイジェスト	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●信州健康リポート ●ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気 40 健康リポ 55 ガス 9:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:00 熱中! 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス 15:00 上田市 戦分者・高大ス 15:00 上田市戦分者・高大ス 15:00 上田市戦分者・高大ス 15:00 上田市戦分者・1万ス 15:00 上田市戦分者・1万ス 15:00 上田市戦分者・1万ス 15:00 上田市戦分者・1万ス 15:00 上田市戦分者・1万ス 15:00 上田市戦分者・1万元 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス 18:00 UCVレポート	●1年をふりかえる 東御市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ ・多ちしるべ 自主防災組織 ● 知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ● ガス(を) カナンマー ボンゴレカルトッチョ ・上田藩盗賊放方の判鑑 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東御市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税 30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予防 55 ガス(を) カナンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東御市 14:00 みちしるべ 10 暮らしの税 55 ガス(を) カナンネル 30 1年をふりかえる 東側市 14:00 みちしるべ 10 暮らしの税 55 ガス(を) カナンネル 30 1年をふりかえる 東側市 14:00 カトしるべ 10 暮らしの税 55 ガス(を) カナンネル 30 1年をふりかえる 東側市 14:00 カトしるべ 10 暮らしの税 55 ガス(を) オング 15:00 上田藩盗賊改方の判鑑 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル
今日の番組 あさ ひ	●かちしるペ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得田のボコン大会 (11月1日収録) ●ガス(ロクッキング カルトッチョ 上田藩盗賊改方の判鑑 講師:尾崎行也さん 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるペ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田ロボコン大会 8:30 信州上田医療センター市民講座 感染症予防 55 ガスdeクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるペ 40 知って対しまる。 8:30 信州上田医療・ア防 55 ガスdeクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるペ 40 暮らしの税 45 ロボコン 11:55 ガスdeクッキング 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるペ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田ロポコン大会 16:30 デロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 57 カスセクッキング 15:00 上田藩盗賊改方の判鑑 16:30 デロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 57 カスセクッキング 18:00 UCVレポート 20 お天気 57 カスレール 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報 45 ぐるっとふるさと信越	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド オレ、走る!! ●塩田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) ●高齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん (11月22日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 13:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 14:50 ぶちエク 15:00 高齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茶木信行さん (11月20日収録) ●教急医療シンポジウム (11月20日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:15 シジュウカラの繁殖行動 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 13:15 シジュウカラの繁殖行動 14:50 ぶちエク 15:00 数テ気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 13:15 シジュウカラの繁殖行動	●ななみのなんで? 東衛市ってなんでクルミを育てるようになったの? 育てるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座 第3回 江戸時代の村人のくらし 天保三辰年 五人組御仕置帳より講師:矢島節説) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 8:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 古文書に見る地域の歴史講座 11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 14:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 15:00 こどぶき大学40年のつとい (11月14日収録) 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報	●MIKKE×MIKKE 丸山郎のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科] 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから講師・掲浦書太さか(9月28日収録) ●ひとこと手話③、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会(12月6日収録)15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 8:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 14:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 14:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 15:00 第6回花火を楽しむ会 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報 40 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20	● 追悼 櫻井松夫さん 週去の講座を放送 ● MI KK E×MI KK E ● MI C E A C	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●信州健康リポート ●ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気 40 健康リポ 55 ガス 9:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:00 熱中! 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:00 熱中! 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス 15:00 上田市戦没者遺族大会 体験器告戦争は総対ダメリ 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス 18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル	●1年をふりかえる 東御市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ ・多ちしるべ 自主防災組織 ● 知力て納得! 暮与大調整 ● ガス(ラッキング スパゲッティ ボンゴレカルトッチョ ・上田藩盗賊放方の判鑑 15:00~ 5:30 UCVレボート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレボート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東御市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税 30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予防 55 ガス(ロンドボート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレボート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東御市 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレボート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東御市 14:00 みちしるべ 10 暮らしの 15:00 上田藩盗賊改方の判鑑 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレボート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル
今日の番組 あさ ひ	● かちしるべ 自主防災組織 ● 知って納得! 暮らしの税 給与所得告の年末調整 ● 第29回上田田のボコン大会 (11月1日回線) ● ガス(セクッキング ま30 UC Vレポート を 10 お天気 30 みちしるべ 40 知って前得! 暮らしの税 45 上田田に素をとかるであるが 45 上田田に素をとかるであるが 45 上田の税 45 上田の税 45 上田の税 46 といるが 55 ガスセクッキング 9:00 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 第一の税 45 上田の税 46 日ボコン大会 8:30 信州上田医療センター市民講座 感染症予防 55 ガスセクッキング 9:00 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 第つしの税 45 上田の税 45 日ボコン 11:55 ガスセクッキング 12:00 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得! 暮らしの税 45 上田のポコン大会 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UC Vレポート 20 お天気 57 スセクッキング 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UC Vレポート 20 お天気 57 スセクッキング 18:00 UC Vレポート 20 お天気 57 スセクッキング 18:00 UC Vレポート 20 お天気 57 スセクッキング 18:00 UC Vレポート 20 お天気 30 道路情報	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなレランド オレ、走る!! ●は出域がの発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) ●高齢者の目動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん (11月22日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 13:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 14:50 ぶちエク 15:00 高齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茶木信行さん (11月20日収録) ●教急医療シンポジウム (11月30日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:15 シジュウカラの繁殖行動 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 13:15 シジュウカラの繁殖行動 14:50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 13:15 シジュウカラの繁殖行動 14:50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル	●ななみのなんで? 東衛市ってなんでクルミを育てるようになったの? 第170 まろになったのの語中語に見る地域の歴史講座第3回 江戸時代の村人のくらし天保三原年 五人組御仕置帳より講師:矢島・一のサークリーとうみ●坂城10min 5:30 UCVレポート20 お天気チャンネル6:00 UCVレポート20 お天気チャンネル30 ななみんで?40 古文書に見る地域の歴史講座8:10 ウィークリーとうみ40 坂城10min 50 ぶちエク9:00 UCVレポート20 お天気 30 ななみ40 古文書に見る地域の歴史講座11:10 ウィークリーとうみ40 坂城10min 50 ぶちエク12:00 UCVレポート20 お天気チャンネル30 ななみのなんで?40 古文書に見る地域の歴史講座11:10 ウィークリーとうみ40 坂城10min 50 ぶちエク15:00 ことぶき大学40年のつとい(11月14日収録)16:30 テロップ 50 ぶちエク17:00 UCVレポート20 お天気 30 道路情報18:00 UCVレポート20 お天気 30 道路情報18:00 UCVレポート20 お天気 30 道路情報	●MIKKE×MIKKE 丸山郎のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科] 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから講師・掲浦書太さか() 9月28日収録) ●ひとこと手話③、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会(12月6日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 8:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 11:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路長気チャンネル	● 追悼 櫻井松夫さん 週去の講座を放送 ● MI KKE×MI KKE ● MI KKE×MI KKE ● 熱中! ティーンス ● はたらきモシ ● かちしるべ ● かちしるべ ● かちしるべ ● かちしるべ ● かちしるべ ● 知って納得! 暮らしの税 ● おおきくなあれ。 ● ななみのなんで? ほか 5:30 レボ 50 お天気 6:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 国宝安楽寺川角=重塔の建立 8:10 MIKKE×MIKKE 30 熱中! 45 はたらきモン 9:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 木曽義仲と信濃 11:00 「加!スボ 45 みちしるべ 55 知って納得! 暮らしの税 12:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 木曽・一、大きをしている。 11:00 は、11:00 は、12:00 は、13:00 は、13	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●信州健康リポート ●ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気 40 健康リポ 55 ガス 9:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:00 熱中! 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:00 熱中! 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス 15:00 上田市戦没者遺族大会 体験報告戦争は総対ダメ! 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス 18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル	●1年をふりかえる 東御市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ 場域町 9:30~、22:30~ 場がしるべ 自主防災組織 ●対フて納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●ガス(母クッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ・上田藩盗賊放方の判鑑 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東御市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税 30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予防 55 ガス(ロッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東御市 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東御市 14:00 みちしるべ 10 暮らしの税 55 ガス(ロッキング 15:00 上田藩盗賊改方の判鑑 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル
今日の番組 あさ ひる	●かちしるペ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得田のボコン大会 (11月1日収録) ●ガス(をクッキング カルトッチョ 上田藩盗賊(力な) あまる。 30 みちしるペ 40 知って対し、 40 知って対し、 45 上田に原産を力を大会 8:30 信所上田医療を力を力が 5:30 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるペ 40 知って対し、 45 上田に療を力を力が 55 ガス(をクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるペ 40 知って対し、 45 上田に療を力が 11:55 ガス(をクッキング 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるペ 40 知って対し、 45 コボコン 11:55 ガス(をクッキング 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるペ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田の税 45 上田の税 45 上田の税 45 カス(をクッキング 15:00 上田藩盗賊改方の判鑑 16:30 デロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 ガス(をクッキング 15:00 上田藩公監 がカッキング 16:30 デロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 45 ぐるっとふるさと信越 佐久ケーブルテレビ	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド オレ、走る!! ●は田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) ●高齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん (11月22日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 13:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 14:50 ぶちエク 15:00 高齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茶木信行さん (11月20日収録) ●教急医療シンポジウム (11月20日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:15 シジュウカラの繁殖行動 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 13:15 シジュウカラの繁殖行動 14:50 ぶちエク 15:00 数を優勢シンポジウム 16:50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル	●ななみのなんで? 東衛市ってなんでクルミを育てるようになったの? 東でるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座第3回 江戸時代の村人のくらし 天保三房年 五人組御仕置帳より講師:矢島節歌) ●ウイークリーとうみ ●坂城10min 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみか 40 坂城10min 50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 古文書に見る地域の歴史講座 11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気のなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気のなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 14:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 15:00 ことぶき大学40年のつとい (11月14日収録) 16:30 テロッブ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報	●MIKKE×MIKKE 丸山郎のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科] 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから講師・掲浦書太さか() 9月28日収録) ●ひとこと手話③、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会(12月6日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 8:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 11:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路長気チャンネル	● 追悼 櫻井松夫さん 過去の講座を放送 ● MI KK E×MI KK E ● MI LK E×MI KK E ● MI LK E×MI KK E ● MI LT E×	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●信州健康リポート ●ガスピグッティ ボンゴレ カルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気 40 健康リボ 55 ガス 9:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リボ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:00 熱中! ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リボ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:00 熱中! 15 はたらきモン 40 健康リボ 55 ガス 15:00 上田市戦没者遺族大会 体験報告に受けるがメリ 16:30 テロッブ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス 18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 55 ガスdeクッキング	●1年をふりかえる 東館市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ 場域町 9:30~、22:30~ 場がしるべ 自主防災組織 ●対フて納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●ガス(をクッキング スパゲッティ ボンゴレカルトッチョ 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東部市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税 30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予り 55 ガス(をクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東部市 14:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東部市 14:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 15:00 上田滞盗賊改方の判鑑 15:00 上田滞盗賊改方の判鑑 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 55 ガス(をクッキング 18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 35 ガス(をクッキング 18:00 UCVレポート 30 道路情報チャンネル 55 ガス(をクッキング 18:00 UCVレポート 30 道路情報チャンネル 55 ガス(をクッキング
今日の番組 あ さ ひ る	●かちしるペ 自主防災組織 ●知って納得! 暮らしの税 給与所得田のボコン大会 (11月1日収録) ●ガス(全クッキング カルトッチョ 上田藩盗賊が力の判鑑 講師: 尾崎でします。 はの 知って約得! 暮らしの税 といるでは、	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド・オレ、走る!! ●場田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) ●画齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん (11月22日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 13:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 14:50 ぶちエク 15:00 高齢者の自動車運転を考える 運転終宮下卓也さん 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茶木信行さん (11月20日収録) ●救急医療シンポジウム (11月20日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:15 シジュウカラの繁殖行動 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 13:15 シジュウカラの繁殖行動 14:50 ぶちエク 15:00 教急医療シンポジウム 16:50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	●ななみのなんで? 東衛市ってなんでクルミを育てるようになったの? 第170 まうになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座第3回 江戸時代の村人のくらし 天保三辰年 五人組御仕置帳より講師:矢島節歌) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min 5:30 UCVレボート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレボート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座8:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 9:00 UCVレボート 20 お天気 30 ななみ 40 古文書に見る地域の歴史講座11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 12:00 UCVレボート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 12:00 UCVレボート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 14:10 ウィークリーとう ぶちエク 15:00 こどぶま大学40年のつとい (11月14日収録) 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレボート 20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレボート 20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレボート 20 お天気 30 道路情報	●MIKKE×MIKKE 丸山郎のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科] 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから講師・梶浦薔太さか() 9月28日収録) ●ひとこと手話③、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会(12月6日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 8:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル	●追悼 櫻井松夫さん 過去の講座を放送 ●MI KKE×MIKKE ●熱中!ティーンズ ●対ちしるペ ●列力で納得!暮らしの税 ●おおきくなおれ ●おおきくなおれ ●おおきくなおれ ●おおきくなおれ ●おおきくなおれ ●おおきくなおれ ●おりるで ●初りのは、20 お天気 6:00 レボ 20 お天気 6:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 国宝安業寺/角ニ重等の建立 8:10 MIKKE×MIKKE 30 熱中! 45 はたらきモン 9:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 本曽義仲と信濃 11:00 fun!スボ 45 みちしるべ 55 知って納得!暮らしの税 12:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん 北条氏の時代と上田 14:15 おおきくなおれ 25 なみみのなんで? 15:00 追悼 櫻井松夫さん 対上への対抗 16:30 MIKKE×MIKKE 17:00 ダイジェスト 30 道路情報チャンネル 35 ひとこと手話① 40 おはなしランド 19:00 まとめてダイジェスト 30 追悼 櫻井松夫さん 本曽美砂でダイジェスト 30 道路情報チャンネル 35 ひとこと手話① 40 おはなしランド 19:00 まとめてダイジェスト 30 追悼 櫻井松夫さん 本曽美やの生涯 その栄光と挫折	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたちきモン ●信州健康リボート ●ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレカルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気 40 健康リボ 55 ガス 9:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リボ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:00 熱中! 15 はたらきモン 40 健康リボ 55 ガス 15:00 上田市 1月~6月 14:00 熱中! リボ 55 ガス 15:00 上田市戦没者当歳族大会 体験報当・総対グメリ 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレボート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス 18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 55 ガスdeクッキング	●1年をふりかえる 東創市 6:30〜、12:30〜 坂城町 9:30〜、22:30〜 ● 数5しるべ 自主防災組機 ● 知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ● ガスdeクッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ ● 上田藩盗賊改方の判鑑 15:00〜 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東創市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税 30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予防 55 ガスdeクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東創市 14:00 みちしるべ 10 暮らしの税 55 ガスdeクッキング 15:00 上田藩盗賊改方の判鑑 16:30 テロッブ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 45 ぐるっとふるさと信越 伊那ケーブルテレビジョン 55 ガスdeクッキング 18:00 UCVレポート 30 道路情報チャンネル 45 ぐるっとふるさと信越 伊那ケーブルテレビジョン 55 ガスdeクッキング
今日の番組 あさ ひる よー	●かちしるペ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 給与所得田のボコン大会 (11月1日収録) ●ガス(をクッキング カルトッチョ 上田藩盗賊(力な) あまる。 30 みちしるペ 40 知って対し、 40 知って対し、 45 上田に原産を力を大会 8:30 信所上田医療を力を力が 5:30 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるペ 40 知って対し、 45 上田に療を力を力が 55 ガス(をクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるペ 40 知って対し、 45 上田に療を力が 11:55 ガス(をクッキング 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるペ 40 知って対し、 45 コボコン 11:55 ガス(をクッキング 12:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるペ 40 知って納得!暮らしの税 45 上田の税 45 上田の税 45 上田の税 45 カス(をクッキング 15:00 上田藩盗賊改方の判鑑 16:30 デロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 ガス(をクッキング 15:00 上田藩公監 がカッキング 16:30 デロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 45 ぐるっとふるさと信越 佐久ケーブルテレビ	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド オレ、走る!! ●は田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) ●高齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん (11月22日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 13:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 14:50 ぶちエク 15:00 高齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視鏡カメラでの観察 講師:茶木信行さん (11月20日収録) ●教急医療シンポジウム (11月20日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:15 シジュウカラの繁殖行動 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 13:15 シジュウカラの繁殖行動 14:50 ぶちエク 15:00 数を優勢シンポジウム 16:50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル	●ななみのなんで? 東衛市ってなんでクルミを育てるようになったの? 東でるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座第3回 江戸時代の村人のくらし 天保三房年 五人組御仕置帳より講師:矢島節歌) ●ウイークリーとうみ ●坂城10min 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみか 40 坂城10min 50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 古文書に見る地域の歴史講座 11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気のなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気のなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 14:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 15:00 ことぶき大学40年のつとい (11月14日収録) 16:30 テロッブ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報	●MIKKE×MIKKE 丸山郎のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科] 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから講師・掲浦書太さか() 9月28日収録) ●ひとこと手話③、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会(12月6日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 8:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 11:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路長気チャンネル	●追悼 櫻井松夫さん 過去の講座を放送 ●MI KKE×MIKKE ●熱中!ティーンズ ●対ちしるペ ●効力で納得!暮らしの税 ●おおさくなおれ。 ●ななみのなんで? ほか 5:30 レボ 50 お天気 6:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 国宝安業寺/角ニ重塔の建立 8:10 MIKKE×MIKKE 30 熱中! 45 はたらきモン 9:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 国宝安業寺/角ニ重塔の建立 8:10 MIKKE×MIKKE 30 熱中! 45 はたらきモン 9:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん っえだ学のススメより 本曽義仲と信濃 11:00 funlスポ 45 みちしるべ 55 知って納得!暮らしの税 12:00 レボ 20 お天気 30 追悼 櫻井松夫さん 北条氏の時代と上田 14:15 おおきくなあれ 25 ななみのなんで? 15:00 追悼 櫻井松夫さん 対上氏への対抗 16:30 MIKKE×MIKKE 17:00 ダイジェ 30 道路情報 35 手話③ 40 おはなし 18:00 まとめてダイジェスト 30 追悼 櫻井松夫さん 本曽美かでダイジェスト 30 追悼 櫻井松夫さん 本曽まびのまとかてダイジェスト 30 追悼 櫻井松夫さん 本曽まびイジェスト 30 追悼 櫻井松夫さん 本曽まびイジェスト 30 追悼 櫻井松夫さん 本曽まびイジェスト 30 追悼 櫻井松夫さん 本曽美かの生涯	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●信州健康リポート ●ガスピグッティ ボンゴレ カルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気 40 健康リボ 55 ガス 9:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リボ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:00 熱中! ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リボ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:00 熱中! 15 はたらきモン 40 健康リボ 55 ガス 15:00 上田市戦没者遺族大会 体験報告に受けるがメリ 16:30 テロッブ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス 18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 55 ガスdeクッキング	●1年をふりかえる 東館市 6:30~、12:30~ 坂城町 9:30~、22:30~ 場域町 9:30~、22:30~ 場がしるべ 自主防災組織 ●対フて納得!暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●ガス(をクッキング スパゲッティ ボンゴレカルトッチョ 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東部市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税 30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予り 55 ガス(をクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東部市 14:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東部市 14:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 15:00 上田滞盗賊改方の判鑑 15:00 上田滞盗賊改方の判鑑 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 55 ガス(をクッキング 18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 35 ガス(をクッキング 18:00 UCVレポート 30 道路情報チャンネル 55 ガス(をクッキング 18:00 UCVレポート 30 道路情報チャンネル 55 ガス(をクッキング
今日の番組 あ さ ひ る よ	●かちしるべ 自主防災組織 ●知って納得! 暮らしの税 給与所得田のボコン大会 (11月1日収録) ●ガス(はクッキング スパゲッテョ 上田藩盗賊が力なか 15:00 ・ 5:30 UC Vレポート 50 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得! 暮らしの税 45 上田田ボコン大会 8:30 信州上田医療センター市民講座 感染症 55 ガスセクッキング 9:00 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得! 暮らしの税 45 上田口ボコン大会 8:30 信州上田医療センター市民講座 感染症 55 ガスセクッキング 9:00 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 第ラしの税 45 ロボコン 11:55 ガスセクッキング 12:00 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 知って納得! 暮らしの税 45 上田 スセクッキング 15:00 上田 藩盗賊改方の判鑑 16:30 デロップ 50 ぶちエク 17:00 UC Vレポート 20 お天気 30 がちエク 17:00 UC Vレポート 20 お天気 30 がちエク 17:00 UC Vレポート 20 お天気 30 道路情報 45 ぐるっとふるさと信越 佐久ケーブルテレビ 55 ガス セクッキング	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなしランド・オレ、走る!! ●場はなしランド・オレ、走る!! ●場田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) ●高齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん (11月22日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 13:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 14:50 ぶちエク 15:00 高齢者の自動車運転を考える 運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 19:00~ UCVレポート 20 お天気 30 道路情報	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視線カメラでの観察 講師:茶木信行さん (11月20日収録) ●教急医療シンポジウム (11月30日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:15 シジュウカラの繁殖行動 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 13:15 シジュウカラの繁殖行動 14:50 ぶちエク 15:00 教急医療シンポジウム 16:50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	●ななみのなんで? 東衛市ってなんでクルミを育てるようになったの? 第170 まうになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座 第3回 江戸時代の村人の くらし 天保三辰年 五人組御仕置帳より講師:矢島節歌) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 8:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 ななみ 40 古文書に見る地域の歴史講座 11:10 ウィークリーとうみ 40 坂城10min 50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 11:10 ウィークリーとう ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんで? 40 古文書に見る地域の歴史講座 14:10 ウィークリーとう ぶちエク 15:00 ことごま 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 18:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 45 ぐるっとふるさと信越 ケスケーブルテレビ	●MIKKE×MIKKE 丸山郎のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科] 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから講師・梶浦薔太さか() 9月28日収録) ●ひとこと手話③、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会(12月6日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 8:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 14:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 15:00 第6回花火を楽しむ会 16:30 テロッブ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	● 造悼 櫻井松夫さん 過去の講座を放送 ● MIKKE×MIKKE ● MIKKE×MIKKE ● MIKKE×MIKKE ● MIP (●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●情が健康リポート ●ガスdeクッキング ・信がゆッティ ボンゴレカルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気 40 健康リポ 55 ガス 9:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:00 熱中! 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス 15:00 上田市 1月~6月 14:00 熱中! 15 はたらきモン 40 健康リポ 55 ガス 15:00 上田市戦争は総対ダメ!] 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス 18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 55 ガスdeクッキング 19:00~ UCVレポート リレいつから見ても20分 22:20 お天気チャンネル	●1年をふりかえる 東御市 6:30〜、12:30〜 坂城町 9:30〜、22:30〜 ●みちしるべ 自主防災組機 ●知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ●ガス(ウッキング スパゲッティ カルトッチョ ●上田藩盗賊改方の判鑑 15:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東創市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税 30 信州上田医療センター 市民講座 感染症ラ防 55 ガス(ロート) 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東創市 14:00 みちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東創市 14:00 みちしるべ 10 暮らしの税 55 ガス(ロート) 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東創市 14:00 かましるべ 10 暮らしの税 55 ガス(ロート) 15:00 上田藩盗賊改方の判鑑 16:30 テロップ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 45 くるっとふるさと信越 伊那ケーブルテレビション 55 ガス(ローケーターターターターターターターターターターターターターターターターターター
今日の番組 あ さ ひ る よ る	●かちしるべ 自主防災組織 ●知って納得! 暮らしの祝 給与所得日の (11月1日 回線) ●ガス(11月1日 回線) ●ガス(11月1日 回線) ●ガス(11月1日 回線) ●ガス(11月1日 回線) ●ガス(11月1日 回線) ●ガス(11月1日 回線) ● 上田藩盗賊(力さん) 15:00~ 5:30 UC Vレポート 20 お天気 30 みちしるべ 40 知って 40 知って 45 日の祝 46 知って 40 知って 50 ぶち カラしの 45 日の祝 46 日の祝 47	●おおきくなあれ 上田市下之条保育園 ●おはなレランド オレ、走る!! ●塩田城跡の発掘調査と城下町 講師:倉澤正幸さん (11月22日収録) 15:00~ 「11月22日収録) 15:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 「11月22日収録) 11:00 出日収録の発掘調査と城下町 「11:00 ぶちエク 「11:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 「11:00 ぶちエク 「11:00 塩田城跡の発掘調査と城下町 「11:00 ぶちエク 「11:00 高齢者の自動車運転を考える運転終活の考え方 講師:宮下卓也さん 「11:00 にしていば、一ト 20 お天気、30 道路情報 「11:00~ いたことには、11:00~ いたことには、1	●fun!fan!スポーツ ●シジュウカラの繁殖行動 内視線カメラでの観察 講師:茶木信行さん (11月20日収録) ●教急医療シンポジウム (11月30日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 7:15 シジュウカラの繁殖行動 8:50 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:15 シジュウカラの繁殖行動 11:50 ぶちエク 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 13:15 シジュウカラの繁殖行動 14:50 ぶちエク 15:00 教急医療シンポジウム 16:50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	●ななみのなんで? 東衛市ってなんでクルミを育てるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座 第3回 江戸時代の村人の くらし ティース エース エース ス は 1 は 1 は 1 は 1 は 1 は 1 は 1 は 1 は 1	●MIKKE×MIKKE 丸山郎のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科」 2025 第2回 蚕糸の地域活動とこれから 講師・梶浦善太さん (9月28日収録) ●かとこそ手話③、④ ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会 (12月0日収録) 15:00~ 5:30 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 11:45 ひとこと手話④ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 14:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 5大学リレー講座 第2回 14:45 ひとこと手話③ 50 休日当番医 15:00 第6回花火を楽しむ会 16:30 テロッブ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル	● 追悼 櫻井松夫さん 過去の講座を放送 ● MI KK E×MI KK E ● MI LK E×MI KK E ● MI LF 5きモン ● funifan!スポーツ ● みちしるへ ● 知って納得! 暮らしの税 ● おおきくなおれ ● おおきくなおれ ● おおさとない。 世界 大きさん 方えだ学のススメより 国宝安業寺/ 角 三重 場別 連盟 を	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~、12:30~ 上田市 7月~12月 9:30~、22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●信州健康リボート ●ガスdeクッキィ オブッティ オブリカルトッチョ 5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 8:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 30 お天気 40 健康リボ 55 ガス 9:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 7月~12月 11:00 熱中!ティーンズ 15 はたらきモン 40 健康リボ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:00 熱中! ディーンズ 15 はたらきモン 40 健康リボ 55 ガス 12:00 まとめてダイジェスト 30 1年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:00 熱中! 15 はたらきモン 40 健康リボ 55 ガス 15:00 上田市戦没争は総対ダメリ 16:30 テロッブ 50 ぶちエク 17:00 UCVレボート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス 18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス 19:00~ UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス 18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス 18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス 18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス	●1年をふりかえる 東御市 6:30〜、12:30〜 坂城町 9:30〜、22:30〜 ● かちしるべ 自主防災組機 ● 知って納得! 暮らしの税 給与所得者の年末調整 ● ガス(ウッキング スパゲッティ カルトッチョ ● 上田藩盗賊改方の判鑑 15:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東創市 8:00 みちしるべ 10 暮らしの税 30 信州上田医療センター 市民講座 感染症予防 55 ガス(ロート) 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 かちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 坂城町 11:00 かちしるべ 10 税 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東創市 14:00 みちしるべ 10 積 55 ガス 12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 1年をふりかえる 東創市 14:00 かちしるべ 10 積 55 ガス 15:00 上田藩盗賊改方の判鑑 16:30 テロッブ 50 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 30 道路情報チャンネル 45 ぐるっとふるさと信越 伊那ケーブルテレビション 55 ガスdeクッキング

	25(不)	26(金)	2/(工)	28(日)	29(月)	30(火)	31(水)	l l
≥, 田の音糸	●救急医療シンボジウム	●ななみのなんで? 東御市ってなんでクルミを 育てるようになったの? ●古文書に見る地域の歴史講座 第3回 江戸時代の村人の くらし 天保三辰年 五人組御仕置帳より 講師・矢島節子さん (11月12日収録) ●ウイークリーとうみ	●MIKKE×MIKKE 丸山邸のお店を大満喫! ●5大学リレー講座「未来学科」 2025 第4回 電池のはなし 仕組みから先端技術まで 講師・正村売さん (11月8日収録) ●休日当番医 ●第6回花火を楽しむ会 (12月6日収録) 15:00~	●追悼 櫻井松夫さん 適去の講座を放送 ● MIKKE MIKKE ●熱中! ティーンズ ●はたらきモン ●fun!fan!スポーツ ●みちしるべ ●知って納得! 暮らしの税 ●おおきくなあれ ●ななみのなんで? ほか	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~ 上田市 7月~12月 9:30~ 東御市 12:30~ 坂城町 15:00~ 青木村 22:30~ ●熱中!ティーンズ ●はたらきモン ●信州健康リポート ●力ス(deクッキング (協力:上田ガス)	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 6:30~ 上田市 7月~12月 9:30~ 東御市 12:30~ 坂城町 15:00~ 青木村 22:30~ ●かちしるべ 自主防災組織 ●知って納得!暮らしの税 ●ガスセラッキング スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ	●1年をふりかえる 上田市 1月~6月 万~12月 東御市、坂城町、青木村 ●「小さな親切」運動 作文コンクール受賞作品 8:00~、11:00~	(、8団体に賞状が贈られ
	5:30 UCVレポート	5:30 UCVレポート	5:30 UCVレポート	5:30 レポ 50 お天気	5:30 まとめてダイジェスト	5:30 UCVレポート	5:30 UCVレポート	れま
	50 お天気チャンネル	50 お天気チャンネル	50 お天気チャンネル	6:00 レポ 20 お天気	6:00 まとめてダイジェスト	50 お天気チャンネル	50 お天気チャンネル	<u> </u>
	6:00 UCVレポート	6:00 UCVレポート	6:00 UCVレポート	30 追悼 櫻井松夫さん	30 1年をふりかえる	6:00 UCVレポート	6:00 UCVレポート	た。
	20 お天気チャンネル	20 お天気チャンネル	20 お天気チャンネル	うえだ学のススメより	上田市 1月~6月	20 お天気チャンネル	20 お天気チャンネル	i
	30 fun!fan!スポーツ	30 ななみのなんで?	30 MIKKE×MIKKE	国宝安楽寺八角三重塔の建立		30 1年をふりかえる	30 1年をふりかえる	i
₫		40 古文書に見る地域の歴史講座	50 5大学リレー講座 第4回	8:10 MIKKE×MIKKE	15 はたらきモン 30 お天気	上田市 1月~6月	上田市 1月~6月	_
2	8:50 ぷちエク	8:10 ウィークリーとうみ	8:40 ひとこと手話⑦	30 熱中! 45 はたらきモン		8:00 みちしるべ 10 暮らしの税	8:00 小さな親切 作文	を
	9.00 00 00 00 00	40 坂城10min 50 ぷちエク	50 休日当番医	9:00 レポ 20 お天気	9:00 まとめてダイジェスト	30 お天気 55 ガス	30 休日当番医	を聴く催
	20 お天気チャンネル	9:00 UCVレポート	9:00 UCVレポート	30 追悼 櫻井松夫さん	30 1年をふりかえる	9:00 レポ 20 お天気	9:00 UCVレポート	併
	30 fun!fan!スポーツ	20 お天気 30 ななみ	20 お天気チャンネル	うえだ学のススメより	上田市 7月~12月	30 1年をふりかえる	20 お天気チャンネル	ΙU
	10:15 シジュウカラの繁殖行動	40 古文書に見る地域の歴史講座	30 MIKKE×MIKKE	木曽義仲と信濃	11:00 熱中!ティーンズ	上田市 7月~12月	30 一年をふりかえる	が
		11:10 ウィークリーとうみ	50 5大学リレー講座 第4回		15 はたらきモン	11:00 みちしるべ 10 暮らしの税	上田市 7月~12月	開か
	11:50 ぷちエク	40 坂城10min 50 ぷちエク	11:40 手話⑦ 50 休日当番医	55 知って納得!暮らしの税	40 健康リポ 55 ガス	55 ガスdeクッキング	11:00 小さな親切 30 休日当番医	かれ
	12:00 UCVレポート	12:00 UCVレポート	12:00 UCVレポート	12:00 レポ 20 お天気	12:00 まとめてダイジェスト	12:00 UCVレポート	12:00 UCVレポート	ま
	20 お天気チャンネル	20 お天気チャンネル	20 お天気チャンネル	30 追悼 櫻井松夫さん	30 1年をふりかえる 東御市	20 お天気チャンネル	20 お天気チャンネル	ιĻ
	30 fun!fan!スポーツ	30 ななみのなんで?	30 MIKKE×MIKKE	北条氏の時代と上田	14:00 熱中!ティーンズ	30 1年をふりかえる 東御市	30 1年をふりかえる 東御市	た。
	13:15 シジュウカラの繁殖行動	40 古文書に見る地域の歴史講座	50 5大学リレー講座 第4回		15 はたらきモン	14:00 みちしるべ		i
7	′	14:10 ウィークリーとうみ	14:40 手話⑦ 50 休日当番医	25 ななみのなんで?	40 健康リポ 55 ガス	10 知って納得!暮らしの税	14:00 1年をふりかえる 坂城町	i
-	15:00 救急医療シンポジウム	40 坂城10min 50 ぷちエク	15:00 第6回花火を楽しむ会	15:00 追悼 櫻井松夫さん	15:00 1年をふりかえる 坂城町	55 ガスdeクッキング		i
~		15:00 こどぶき大学40年のつどい	16:30 テロップ回覧板	村上氏の大領主化と	16:30 テロップ 50 ぷちエク	15:00 1年をふりかえる 坂城町	15:30 1年をふりかえる 青木村	ı —
	16:50 ぷちエク	(11月14日収録)	50 ぷちエク	武田への対抗	17:00 UCVレポート	16:30 テロップ 50 ぷちエク		事務所)
	17:00 UCVレポート	16:30 テロップ 50 ぷちエク	17:00 UCVレポート	16:30 MIKKE×MIKKE	20 お天気チャンネル	17:00 UCVレポート	17:00 1年をふりかえる	一務
	20 お天気チャンネル	17:00 UCVレポート	20 お天気チャンネル	17:00 ダイジェ 30 道路情報	30 休日当番医	20 お天気チャンネル	上田市 1月~6月	
	30 道路情報チャンネル	20 お天気 30 道路情報	30 道路情報チャンネル	35 手話 7 45 おはなし	55 ガスdeクッキング	30 休日当番医 55 ガス	10:00 15 = 50 5 = 7	i
	18:00 UCVレポート	18:00 UCVレポート	18:00 UCVレポート	18:00 まとめてダイジェスト	18:00 UCVレポート	18:00 UCVレポート	18:30 1年をふりかえる	i
	20 お天気チャンネル	20 お天気チャンネル	20 お天気チャンネル	30 道路情報チャンネル	20 お天気チャンネル	20 お天気チャンネル	上田市 7月~12月	i
	30 道路情報チャンネル	30 道路情報チャンネル	30 道路情報チャンネル	35 ひとこと手話⑦	30 休日当番医	30 休日当番医		i
		45 ぐるっとふるさと信越		45 おはなしランド	55 ガスdeクッキング	55 ガスdeクッキング	00.00 / = = = = = = = = = = = = = = = = = =	i
		上越ケーブルビジョン		19:00 まとめてダイジェスト	19:00~ UCVレポート リヒ	2ート放送	20:00 1年をふりかえる 東御市	i
		CVレポート リピート放送		30 追悼 櫻井松夫さん	いつから見ても20分	間で地域の動きがわかります。		i
ام	t)	つから見ても20分間で地域の動き	がわかります。	木曽義仲の生涯その栄光と挫折	22:20 お天気チャンネル	22:20 お天気チャンネル	21:30 1年をふりかえる 坂城町	l
7	3 22:20 お天気チャンネル	22:20 お天気チャンネル	22:20 お天気チャンネル	21:20 熱中!ティーンズ	30 1年をふりかえる 青木村	22.20 の大気チャクネル 30 1年をふりかえる 青木村	21.30 1年をかりかえる 収拠	i
7	30 fun!fan!スポーツ	30 ななみのなんで?	30 MIKKE×MIKKE	35 はたらきモン	24:00 熱中!ティーンズ	24:00 みちしるべ		l
	23:15 シジュウカラの繁殖行動	40 古文書に見る地域の歴史講座	50 5大学リレー講座 第4回		15 はたらきモン	10 知って納得!暮らしの税	23:00 1年をふりかえる 青木村	i
	20・10 ノノユノハノの糸池11到	一人首に元の地域の歴史調座	りょう の の の の の の の の の の の の の の の の の の の	22.00 & COUCH TOTAL	13 10/2/36 [2	10 刈って約14: 母うしの低	20.00 1十でかりかんる 自小的	i

30 追悼 櫻井松夫さん

義仲が信濃・丸子に

もたらした明と暗 24:30 フラワーアレンジメント 40 信州健康リポート

55 ガスdeクッキング

55 ガスdeクッキング

24:50 ぷちエク

24:10 ウィークリーとうみ

40 坂城10min

50 ぷちエク

24:40 ひとこと手話⑦

50 休日当番医

5日⊕ 11月14日には消防団音楽隊の演奏 11月14日には消防団音楽隊の演奏 学は上田市で開校してから今年度で 学は上田市で開校してから今年度で というと学びの場、ことぶき大

ひとこと 手話 デフリンピックを応援しよう!

UCV122 12月番組表

回旋日 ホームページでも ご覧になれます

				A							
	1 (月)	2 _□ (火)		3 _{目(水)}		4 (木)		5 (金)		6 _∃ (±)	
6:00 12:00 19:00	グリーンファームカレッジ2025 冬の寄せ植え	6:00 12:00 19:00	坂城町吹奏楽団 秋の定期演奏会	6:00 12:00 19:00 7:30	令和7年度 川西公民館まつり 音楽交流会 「ひびけ川西の空に」	6:00 12:00 19:00	第51回 上小小学校管楽器 交歓演奏会 午前の部	6:00 12:00 19:00	第48回 上田市高齢者文化祭 ステージ発表 午前 No.1~6	6:00 12:00 19:00	グリーンファームカレッジ2025 干し芋、切り干し大根の 上手な作り方
8:00 14:00 21:00	上田いずみ合唱団 第8回コンサート	8:00 14:00 21:00	グリーンファームカレッジ2025 冬の寄せ植え	13:30 20:30 10:30	舞台発表 昔ばなし語りの会 柳女房	8:00 14:00 21:00	午後の部	8:00 14:00 21:00	午後 No.7~11	8:00 14:00 21:00	第65回 長野県コーラスまつり 上小地区
10:00 16:00 23:00	ハナレイ ハワイアンズ	10:00 16:00 23:00	さかきまち のど自慢大会	16:30 11:00 17:00 23:30	例 文房 第三中学校 吹奏楽部 第15回 三中コンサート	10:00 16:00 23:00	第二中学校 吹奏楽部 第19回定期演奏会	10:00 16:00 23:00	塩田西小学校 開校30周年記念式典	10:00 16:00 23:00	第51回 城南地区文化祭 発表会
	7 ⊟ (⊟)		8日(月)	S	9 _{目(火)}	10)日 (水)	1	1 (木)	12日(金)	
6:00 12:00 19:00 8:30	第37回 踏入文化祭 演芸会	9:00	坂城町議会 12月定例会 町長招集あいさつ 《生中継》坂郷町議会 12月定例会 一般質問 1日目	10:00	《生中継》 坂城町議会 12月定例会 一般質問 2日目	10:00	《生中継》 坂城町議会 12月定例会 一般質問 3日目	6:00 14:00	《令和7年度 音楽会》 傍陽小学校	6:00 14:00 7:30	《令和7年度 音楽会》 城下小学校
14:30 21:30 10:00	ハナレイ ハワイアンズ 産業ミライフェス	6:00		6:00 19:00	第53回 坂城町文化祭 芸能公演 午前 No.1~12	6:00 14:00 19:00	第33回 上野が丘公民館まつり 舞台発表の部	8:00 16:00 9:10	本原小学校	15:30 9:00 21:00	北小学校
16:00 23:00 11:00 17:00	inUEDA2025 UCVアナウンサー体験 昔ばなし語りの会 柳女房	8:00 16:00 21:00	お月お星 はないくさ カリーンファームカレッジ2025 干し芋、切り干し大根の 上手な作り方	16:00 22:00 9:00	午後 No.13~20 昔ばなし語りの会 柳女房	9:00 13:00 17:00 22:00	 産業ミライフェス inUEDA2025 UCVアナウンサー体験	17:10 10:30 19:00	塩尻小学校 	11:00 23:00 12:15	西小学校 西小わくわくコンサート 坂城町吹奏楽団 秋の定期演奏会
24:00	<リクエスト放送> 中継録画 第48回町民まつり 坂城どんどん	23:00	<リクエスト放送> 《令和7年度 中学校文化祭》 上田市立第一中学校 ステージ発表	24:00	<リクエスト放送> 《令和7年度 中学校文化祭》 上田市立第一中学校 合唱発表会	23:00	<リクエスト放送> 《令和7年度運動会》 川辺小学校	12:00 20:30	グリーンファームカレッジ2025 干し芋、切り干し大根の 上手な作り方	19:00	<収録放送> 坂城町議会12月定例会 一般質問
13	$\mathbf{B}_{B}\left(\pm\right)$	14 _□ (□)		15) 目 (月)	16) 目 (火)	17	7日(水)	18日(木)	
6:00 12:00 19:00	第21回長野県高等学校 文化連盟 軽音楽専門部 県フェスティバル Power Live 2025 KF	6:00	第9回	6:00 14:00	《令和7年度 音楽会》 浦里小学校	6:00 12:00 21:00	グリーンファームカレッジ2025 果樹の剪定	6:00 12:00	《令和7年度 運動会》 南条保育園	6:00 14:00	《令和7年度 運動会》 上田短期大学附属幼稚園
8:00	No.1∼19 No.20∼39	19:00	仮装大賞in武石 (制作 丸子テレビ放送)	8:00 16:00 10:00	川西小学校	8:00 14:00	《令和7年度 運動会》 坂城幼稚園	8:00 14:00	日向幼稚園 ひなた Sports festival	8:00 16:00 10:00	信学会上田幼稚園
21:00	110.20 - 39	8:00	坂城町	21:00 12:00 22:45	神川小学校	10:00 16:00	坂城保育園	10:30 16:30	村上保育園	21:00 12:00 23:00	信学会上田南幼稚園 (撮影 信学会)
10:00 16:00 23:00	No.40~55 審査結果	14:00	シニアクラブ連合会 活動発表会	19:00		19:00		19:00	<収録放送> 「収録でである」 「収録でである」 「収録である。」 「収録である。」 「収録である。」 「収録である。」 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「収録できる。 「しても。 「しても。 「してもる。 「してもる。 「してもる。 「してもる。 「してもる。 「してもる。 「してもる。 「してもる。 「しても。 「してもる。 「してもる。 「してもる。 「してもる。 「してもる。 「してもる。 「してもる。 「してもる。 「してもる。 「しても。 「してもる。 「してもる。 「してもる。 「しても。 「し	19:00	<収録放送> 「収録の議会」2月定例会 「一般質問
19	9 _□ (金)	20 ₈ (±)		2	1 _B (🖯)	22	2 _日 (月)	23	3 □ (火)	24	1 ₈ (7K)
6:00	《令和7年度 音楽会》 青木小学校	6:00 12:00 19:00	長野県 長寿社会開発センター 上小支部・上小地区賛助会 活動発表会	6:00 12:00 19:00	上田岳風会 第56回 吟道大会	6:00 14:00	《令和7年度 音楽会》 坂城小学校	6:00	《令和7年度 音楽会》 東塩田小学校	6:00 12:00 19:00	第52回 塩田公民館文化祭 舞台発表
8:00 16:00 10:00 21:00	東小学校神科小学校	9:00 15:00	混声アンサンブルNOVA ア・カペラコンサート	9:00 15:00	 上田グローリア合唱団 第67回 定期演奏会	8:00 16:00	村上小学校	7:30 16:00 9:00 19:00	中塩田小学校塩田西小学校	8:00 14:00	第53回 真田総合文化祭
_ ⊢ − − − − :	グリーンファームカレッジ2025 果樹の剪定	21:30		22:00 11:00	おい 凹 た物,英突立	10:00 19:00	南条小学校	11:00	豊殿小学校 	21:00	舞台発表祭
19:00	<収録放送> 坂城町議会12月定例会 一般質問		Takekoの フラワーアレンジメントⅣ 「お正月」	17:00 24:00	昔ばなし語りの会 柳女房	12:00 21:00	混声アンサンブルNOVA ア・カペラコンサート	12:30 22:30	TNSジャズオーケストラ 第39回定期演奏会	1 :	Takekoの フラワーアレンジメントIV 「お正月」
25) _日 (木)	20	26 _□ (金)		7 _{⊟ (±)}	28	$\mathbf{g}_{\mathbb{H}}$ (\mathbb{H})	29。(月)		30 _□ (火)	
6:00 12:00 19:00	第53回 坂城町文化祭 芸能公演 午前 No.1~12	6:00 12:00 19:00	令和7年度 川西公民館まつり 音楽交流会 「ひびけ川西の空に」	6:00 12:00 19:00	<第19回 千曲荘病院祭> ステージ発表	6:00 12:00 19:00	上田市消防団音楽隊 第20回定期演奏会	6:00 12:00 19:00	海野宿ふれあい祭り 400年記念バージョン ステージ	6:00 12:00 19:00	上田岳風会 第56回 吟道大会
9:00 15:00 22:00	午後 No.13~20	7:30 13:30 20:30	舞台発表	9:00 15:00 22:00	健康教室	8:00 14:00 21:00	2025年度 上田リーグ卒団式	8:25 14:25 21:25	第51回 上小小学校 管楽器交歓演奏会 午前の部	9:00 15:00 22:00	塩田西小学校 開校30周年記念式典
11:00 17:00 24:00	上田市下之条 浄庭神楽奉納	10:30 16:30 23:30		10:00 16:00 23:00	認知症疾患医療センター 講演会 医師講話 (撮影 千曲荘病院)	9:30 15:30 22:30	長野県 長寿社会開発センター 上小支部・上小地区賛助会 活動発表会	10:00 16:00 23:00	午後の部	11:00 17:00	産業ミライフェス inUEDA2025 UCVアナウンサー体験
3	1	,									

31日(水) 6:00 12:00 第65回 長野県コーラスまつり 上小地区 19:00 8:00 上田グローリア合唱団 第67回 定期演奏会 14:00 21:00 10:00 第9回 仮装大賞in武石 16:00 ≪ライブカメラ≫ 二年参り 23:00

都合により 番組の内容を変更する 場合があります。 あらかじめご了承ください。

(予定)

Takekoo フラワーアレンジメントIV 「お正月」

20日(土) 再24日(水)

シリーズⅣでは、季節や行事に合わせて テーマを決め、器を活かしたアレンジを 紹介します。講師は、塩尻地区で教室を 開く南澤健子さんです。 今回は、青竹を器にして

真っ赤なプリザーブドフラワーのバラと 造花で、門松をイメージしたお正月の アレンジを作ります。



グリーンファームカレッジ 2025

寄せ植えや家庭菜園に役立つ 豊富な基礎知識を学ぶ JA信州うえだ主催の教室を 🤻 お送りしています。

●「干し芋、切り干し大根の 上手な作り方」 6日(土) 再8日(月)

保存食として重宝する干し芋と 干し大根のコツを学びましょう。

●「果樹の剪定」 16日(火) 再 19日(金) テキトーに枝を切ったらやっぱりダメ!? 剪定の基礎を学びます。

おちゃのま展覧会

18時~19時放送

お茶の間が展覧会の会場に 大変身! 地域の皆さんの 美術作品や活動などを 写真で紹介する番組です。 「この展示がみたい」 「私たちの作品も紹介して」 などリクエスト お待ちしています。



放送予定

●1日~15日

「第8回東信地区高等学校美術展 ~上田千曲・上田・上田東・丸子修学館・東御清翔・上田西~」

●16日~31日 「2025年青木村こども美術展」

2025年12月1日(月曜日) 7

図 上田ガス

スパゲッティ ボンゴレ カルトッチョ

講師 田村勝さん(ボンデール)



<材料・5人分>

スパゲッティまたはショートパスタ約15	0g
あさり ······ 約16 ニンニク ····· ひとた	0g
ニンニク ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ハナ
唐辛子 · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	本
パセリ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	量
オリーブオイル・・・・・・・・・・・・・大さじ3くら	j۱۱
白ワイン ・・・・・・・ひとまれ	ンし

(作り方)

※応募は1加入につき1回※応募は1加入につき1回

- ① あさりは砂抜きをしておく。ニンニクとパセリは粗みじん切
- のどりは砂板をそびておく。ニンニノとパゼリは相様のしん切りにする。② フライパンにオリーブオイルをひき、ニンニク、唐辛子を炒める。③ じりじりと音がしてきたら、あさり・パセリを入れて炒め、白ワインを加える。
- プインを加える。 蓋をしてあさりが開くまで火にかける。 別の鍋で固めに茹でたパスタを④に加えて混ぜ合わせる。 クッキングシートで⑤を包む。(閉じ口にアルミホイルをはさ むときれいに閉じる)
- のでは、 ・ ⑥を200℃に予熱したオーブンで5分焼く。)焼きあがったらクッキングシートを開いて完成。

12 月 26 日 締切

金

UCVからのお知らせ

設備メンテナンスのため、

• 日時: 12月17日(水)

上田市右岸一部地域

インターネット接続を要する 各種サービス、ケーブル

影響:30分程度のサービス 停止が複数回発生

• 対象地域:

• 対象サービス:

プラス電話

午前0時~午前6時

サービスを一時休止します。 ご理解ご協力をお願いいたします。

上田ガスの料理教室におじゃまする

◎ガス de クッキング◎

毎週月曜日・火曜日放送(詳細は4・5面)

料理教室についてのお問合せ 上田ガス(Tel 22-0454)

田市中央6-12-6)、FA

はがき(〒38-0012 上

X(25-3243)または

UCVホームページにて

お試し視聴をしてみま ンペーンを活用して、 てなに?」というお問 です。 YouTubeや ルをまとめたサービス 合せをよくいただきま 多チャンネルパック 29の専門チャンネ 多チャンネルパックっ 現在実施中のキャ 百聞は一見にしか えて、 ると

会える」というワクワ チャンネルが総力を挙 スポーツ・趣味等、 ク感が味わえます。 に29ものチャンネルが増 番組情報は「UCVチャ シャル番組が目白押し。 げての一挙放送やスペ さらに、年末年始は 画・アニメ・音楽・ 「思わぬ番組に出 チャンネルを変え

ネルガイド」

まるっと無料お試し 知ってトクする!UCVの使い方 いつも使っているテレビ 視聴

場所にカメラが入るこ

のは、最終的に技術を

そんな中で一番感じる

普段は入れない

社会科見学をし

ているような番組が作

ということです。

ています。

(駒沢彩香)

生み出すのは「人」

だ

CHARLES CHARLE

所にあるあの会社。いつも通る場所や

を迎えました。 おかげさまで1年

はたらきモン」

6

らきモン」です。

「道具や機械に注

お仕事紹介番組 れないかと始めたのが、

「はた

歳

社やお店によってまった する」といっても、

く違う世界が広がりま

毎回発見の連続

を作っているの?

中 何

> という声がカメラ越し で、正直、私の「へぇ~」

に入ってしまわないよう

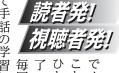
はどんな風になっている

気を付けています

(笑)

デオデッキのような平た テレビの近くにあるビ 切りは今月19日です。 ご自宅の機器をご確認 視聴する方法は、お使 ください。なお、キャ 貸出品です」という赤 ※ UCVチューナーは、 ンペーンの申込み締め 機種によって異なりま クしてみてください。 機器で「この機器は のUCVチューナーの 多チャンネルパックを 8面を参照の上、

手話やろう者への理解 ていました。 が広まればと思っていま いました。私も同じく、 もステキにまとめられて て手話の学習に役立て 「取材ノート」 もとて (上田市 11月号の ()さん)



です!ひと 毎回録画し 了とは…。 こと手話が ひとまず終 ショック



る。その「空白の10分」

を糾弾する暴漢・森下

取調べを開始する…。

子らキントリチームは

ス』を5名様に。 小説本『深淵のテレパ

(応募先) 見・ご感想を明記 の番組・本紙へのご意 ▼住所▼氏名▼年齢▼ ブレゼント名▼UCV 【応募方法】 細は8面) 詳

る」スタイルとは違い

いシールが目印です。

UCVレポー

TVerなど 「選んで見



上田映劇 0268-22-0269

0200-22-0203	
作品名	上映日
ぼくらの居場所	5日~
旅の必需品	5日~
バレンと小刀 時代をつなぐ浮世絵物語	5日~
メーサーロシュ・マールタ監督特集 第2章	6日~
行きがけの空	10日~
はだしのゲンはまだ怒っている	12日~
石炭の値打ち	12日~
ブルーボーイ事件	12日~
やがて海になる	12日~
消滅世界	19⊟~
アニキ・ボボ 4K レストア版	19⊟~
最初の年: 民意が生んだ、社会主義アジェンデ政権	19日~
チリの闘い: 武器なき民の抵抗	26H~

0200 22 0200	E15,4204
作品名	上映日
ぼくらの居場所	5日~
旅の必需品	5日~
バレンと小刀 時代をつなぐ浮世絵物語	5日~
メーサーロシュ・マールタ監督特集 第2 章	6日~
行きがけの空	10日~
はだしのゲンはまだ怒っている	12日~
石炭の値打ち	12日~
ブルーボーイ事件	12日~
やがて海になる	12日~
消滅世界	19日~
アニキ・ボボ 4K レストア版	19⊟~
最初の年: 民意が生んだ、社会主義アジェンデ政権	19⊟~
チリの問い・武聖かき足の抵抗	260

(上田市 Nさん 時

代ですね。 時は驚きました! Iアナウンサーが出た

> ススメ作品 Man THE 劇場版「

TOHOシネマズ

議に10分遅れて到着す 洋次郎は、災害対策会 発生する非常事態の最 内閣総理大臣·長内 大型台風が連続 「緊急取調室 FINAL 弘道が現れ、総理大臣 決のため、キントリ緊急 襲撃事件が発生する。 警視庁はテロ事件 集を決定。真壁有希

26日

技術が生まれ 働く皆さん ح

なって、 電話をいただけること ら「『はたらきモン』 取材しています。 を密かに夢見て制作し 出たいんだけど!」 社長さんや企業の方か ています。

の日々の努力が少しで くつもの努力が積み重 すれば使う人に喜ばれ も届けばと思いながら、 くさんの試行錯誤とい るものになるのか。

いつの日か、どこかの

TOHOシネマズ上田

050-6868	3-50	55
作品名	公開日	前売
WIND BREAKER/ウィンドブレイカー	5日	\star
ペリリュー 一楽園のゲルニカー	5日	
ズートピア2	5日	*
劇場版 忍たま乱太郎 ドクタケ忍者隊 最強の軍師 (再上映)	5日	
ロマンティック・キラー	12日	
エディントンへようこそ (PG12)	12日	*
新解釈・幕末伝	19日	
ビューティフル・ジャーニー ふたりの 時空旅行	19日	
アバター: ファイヤー・アンド・アッシュ	19日	
楓	19日	
映画ラストマン - FIRST LOVE -	24日	*
劇場版「緊急取調室 THE FINAL」	26日	
『ガールズ&パンツァー もっとらぶらぶ 作職です!! 第 1 草	26日	*

O アード ※公開日は変更になる場合があります

作戦です!』第1幕

UCVでFMラジオも楽しめる

84.0

MHz

NHK長野

83.0 MHz

NACK5*

82.0

MHz

bay

 $_{\mathrm{m}}^{\mathrm{f}}$

81.0 MHz

多チャンネルパック

無料視聴期間

多チャンネルパック視聴開始月+翌一カ月

年末年始はテレビ三昧

多チャンネルパックは CATV ボタンを押すと見られる専門チャンネルです。

CATV

申込締切

2 h 3 to DEF 6 AMNO

<u>「お試し視聴」するには?まずはご自宅のチューナーをチェック</u>



→ お電話一本でお試し視聴スタート!

お客様がお持ちのUCVチューナーは4K対応 です。お電話・UCV公式サイトでお申込み後 ご視聴開始いただけます。





➡ チューナー交換後、ご視聴開始!

お使いのチューナーを4K対応の無料レンタルチュ・ -に交換します(無料)。2つの交換方法があります。右記 をご覧ください。

●訪問交換(土日祝もOK)

事前に訪問日時を調整の上、UCVスタッフ がお伺いして交換します。

今だけ!訪問交換費(5,500円)が無料とな るキャンペーン実施中※

※2025年12月19日(金)までのお申込み、 2026年2月末までの交換・設置が対象です。



●UCV窓口(9時~15時*日祝休)

現在お使いのチューナーをお持ちください。 新しいチューナーと交換します。





お申込み お問合せ

上田ケーブルビジョン TEL.0120-160-074

窓口9時~15時/電話9時~17時(日·祝休)



ホームページ https://ucv.co.jp/

UCV 加入者様プレゼント 上田市出身 上條一輝さん デビュー小説 ーがすごい! 2025年版 第 位 個性的な登場人物たちが超常現象に迫る 「怖い」だけではない、極上のエンタメ作品です 東京創元社



SBCラジオ 79.7 MHz F M 長野 78.5 MHz FMとうみ 78.0 MHz 東京 FM

北御牧地区ではご利用いただけません