

Table with 8 columns (1水 to 8水) and 3 rows (今日, あさ, ひる). Each cell contains a list of programs and their broadcast times.

Table with 8 columns (9木 to 16木) and 3 rows (今日, あさ, ひる). Each cell contains a list of programs and their broadcast times.

※都合により番組編成に変更が出る場合があります。ご了承ください。 ※7:00～8:30、17:30～18:00は画面の一部で文字放送が流れます。

ホームページでも  
ご覧になれます



# 番組表

# 地上121

# UCV1

	17(金)	18(土)	19(日)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)
今日の番組	●まちなかキャンパスうえだ 中学生からわかる メンタルヘルス講座 講師:片山優美子さん ●ウィークリーとうみ ●坂城町からのお知らせ 「時」③ ●15:05~ 令和3年度 上田市功労者表彰式 ●18:45~ ぐるっとふるさと信越	●ローカル5000系 舞田・八木沢編 ●上田社会教育大学連続講座 第2回 江戸時代後期の若者たち —上田鎮仁古田村を中心に— 講師:栗村道子さん (11月27日収録) ●休日緊急当番医	●熱中!ティーンズ ●おしごと探偵がゆく! ●知って納得!暮らしの税 ●fun!fan!スポーツ ●おおきくなあれ ●ローカル5000系 ●上田市行政チャンネル	●一年をふりかえる2021 東御市 ●熱中!ティーンズ ●おしごと探偵がゆく! 神主 ●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 パンケーキ ●15:00~ ひとこと手話 「時」③ ●15:05~ 菅小ドリームワークス 活動報告会(11月10日収録)	●一年をふりかえる2021 坂城町・青木村 ●おしごと探偵がゆく! 神主 ●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 パンケーキ ●15:00~ ひとこと手話 「時」③ ●15:05~ 今年はテレビで! くらしを見直そう展2021 ●18:45~ ぐるっとふるさと信越	●一年をふりかえる2021 上田市 6:30~、12:30~ 1月~6月 9:30~、22:30~ 7月~12月 ●おおきくなあれ さなだ保育園 ●おはなしランド 別所線のお客様 ●#Hamらほ 簡単おつまみ ●15:00~ ひとこと手話 「時」まとめ ●15:15~ 私たちの火花 プロジェクトin城下	●fun!fan!スポーツ ●上田染谷丘高校創立120周年 (11月22日収録) 7:00~、13:00~ ①アトラクション、式典 10:00~、23:00~ ②講演会 ●ひと工夫で簡単アレンジ #Hamらほ 簡単おつまみ ●15:00~ ひとこと手話 「時」まとめ ●15:15~ 神科小学校 風船飛ばし	●まちなかキャンパスうえだ アナログも活かそう! 防災減災 講師:神田孝文さん ●ウィークリーとうみ ●坂城町からのお知らせ ●15:00~ ひとこと手話 「時」まとめ ●15:15~ 令和3年度 上田市功労者表彰式(11月12日収録) ●18:45~ ぐるっとふるさと信越 ●25:00~ 上田市議会委員長報告
あさ	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 まちなかキャンパスうえだ 8:00 ウィークリーとうみ 30 坂城町からのお知らせ 50 ぶちエウ 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 まちなかキャンパスうえだ 11:00 ウィークリーとうみ 30 坂城町 50 ぶちエウ	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 ローカル5000系 7:30 上田社会教育大学連続講座 8:50 休日緊急当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ローカル5000系 10:30 上田社会教育大学連続講座 11:50 休日緊急当番医	5:30 上田市行政チャンネル 6:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 45 おしごと探偵がゆく! 7:15 税 20 fun!スポ 50 おおきくなあれ 8:00 ローカル5000系 9:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 45 おしごと探偵がゆく! 10:15 税 20 fun!スポ 50 おおきくなあれ 11:00 ローカル5000系	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 一年をふりかえる 8:00 熱中!ティーンズ 30 お天気チャンネル 40 信州健康レポート 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 一年をふりかえる 11:00 熱中!ティーンズ 40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 レポ 20 お天気 30 一年をふりかえる 8:00 おしごと探偵がゆく! 30 お天気チャンネル 45 知って納得!暮らしの税 50 ぶちエウ 55 ガス 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 一年をふりかえる 11:00 おしごと探偵 45 税 50 ぶちエウ 55 ガス	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 レポ 20 お天気 30 一年をふりかえる 上田市1月~6月 8:00 おおきく 10 おはなし 30 お天気 45 ぶちエウ 50 #Hamらほ 9:00 レポ 20 お天気 30 一年をふりかえる 上田市7月~12月 11:00 おおきく 10 おはなし 45 ぶちエウ 50 #Hamらほ	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 7:00 上田染谷丘高校120周年① 8:30 お天気チャンネル 45 ぶちエウ 50 #Hamらほ 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:00 上田染谷丘高校120周年② 11:45 ぶちエウ 50 #Hamらほ	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 まちなかキャンパスうえだ 8:00 ウィークリーとうみ 30 坂城町からのお知らせ 50 ぶちエウ 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 まちなかキャンパスうえだ 11:00 ウィークリーとうみ 30 坂城町 50 ぶちエウ
ひる	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 まちなかキャンパスうえだ 14:00 ウィークリーとうみ 30 坂城町 50 ぶちエウ 15:00 ひとこと手話 「時」③ 05 上田市功労者表彰式 (11月12日収録) 16:30 テロップ 50 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ローカル5000系 13:30 上田社会教育大学連続講座 14:50 休日緊急当番医 15:00 ローカル5000系 16:30 テロップ回覧板 50 ぶちエウ 17:00 まとめてダイジェスト 30 休日緊急当番医	12:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 45 おしごと探偵がゆく! 13:15 税 20 fun!スポ 50 おおきくなあれ 14:00 ローカル5000系 15:00 上田市行政チャンネル 30 熱中! 45 おしごと探偵 16:15 税 20 fun!スポ 50 おおきくなあれ 17:00 ローカル5000系	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 一年をふりかえる 14:00 熱中!ティーンズ 40 健康レポート 55 ガス 15:00 ひとこと手話 「時」③ 05 菅小ドリームワークス 16:30 テロップ 50 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 一年をふりかえる 14:00 おしごと探偵がゆく! 45 知って納得!暮らしの税 50 ぶちエウ 55 ガス 15:00 ひとこと手話 「時」③ 05 くらしを見直そう展 16:30 テロップ 50 ぶちエウ 17:00 レポ 20 お天気 30 道路情報 55 ガス	12:00 UCVレポート 30 一年をふりかえる 上田市1月~6月 14:00 おおきく 10 おはなし 45 ぶちエウ 50 #Hamらほ 15:00 ひとこと手話 「時」まとめ 15 私たちの火花プロジェクト 16:30 テロップ 50 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 50 #Hamらほ	12:00 UCVレポート 20 お天気 30 fun!スポ 13:00 上田染谷丘高校120周年① 14:45 ぶちエウ 50 #Hamらほ 15:00 ひとこと手話 「時」まとめ 15 神科小学校 風船飛ばし (11月5日収録) 16:30 テロップ 50 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 50 #Hamらほ	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 まちなかキャンパスうえだ 14:00 ウィークリーとうみ 30 坂城町 50 ぶちエウ 15:00 ひとこと手話 「時」まとめ 15 上田市功労者表彰式 (11月12日収録) 16:30 テロップ 50 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報
よる	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 45 ぐるっとふるさと信越 ケーブルテレビ白馬 19:00~ UCVレポート リピート放送 (20:00~ 上田市議会定例会 一般質問 再放送) 22:00 レポ 20 お天気 30 まちなかキャンパスうえだ 24:00 ウィークリーとうみ 30 坂城町からのお知らせ 50 ぶちエウ	18:00 まとめてダイジェスト 30 休日緊急当番医 19:00 ローカル5000系 20:00 まとめてダイジェスト 21:00 ローカル5000系 22:00 まとめてダイジェスト 30 上田社会教育大学連続講座 23:50 休日緊急当番医 24:00 ローカル5000系 25:00 上田市行政チャンネル	18:00 上田市行政チャンネル 30 熱中!ティーンズ 45 おしごと探偵がゆく! 19:15 税 20 fun!スポ 50 おおきくなあれ 20:00 ローカル5000系 21:00 上田市行政チャンネル 30 熱中!ティーンズ 45 おしごと探偵がゆく! 22:15 税 20 fun!スポ 50 おおきくなあれ 23:00 ローカル5000系 24:00 上田市行政チャンネル	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 22:00 レポ 20 お天気 30 一年をふりかえる 24:00 熱中!ティーンズ 40 信州健康レポート 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 45 ぐるっとふるさと信越 テレビ北信ケープルビジョン 55 ガスdeクッキング 22:00 レポ 20 お天気 30 一年をふりかえる 24:00 おしごと探偵がゆく! 45 知って納得!暮らしの税 50 ぶちエウ 55 ガス	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 55 私たちの火花プロジェクト 55 ガスdeクッキング 22:00 レポ 20 お天気 30 一年をふりかえる 上田市7月~12月 24:00 おおきくなあれ 10 おはなしランド 45 ぶちエウ 50 #Hamらほ	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 50 #Hamらほ 22:00 レポ 20 お天気 30 fun!fan!スポーツ 23:00 上田染谷丘高校120周年② 24:45 ぶちエウ 50 #Hamらほ	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 45 ぐるっとふるさと信越 テレビ北信ケープルビジョン 22:00 レポ 20 お天気 30 まちなかキャンパスうえだ 24:00 ウィークリーとうみ 30 坂城町からのお知らせ 50 ぶちエウ 25:00 上田市議会委員長報告

	25(土)	26(日)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)	
今日の番組	●ローカル5000系 舞田・八木沢編 ●上田社会教育大学連続講座 第2回 江戸時代後期の若者たち —上田鎮仁古田村を中心に— 講師:栗村道子さん (11月27日収録) ●休日緊急当番医	●熱中!ティーンズ ●おしごと探偵がゆく! ●知って納得!暮らしの税 ●おおきくなあれ ●fun!fan!スポーツ ●ローカル5000系 ●上田市行政チャンネル	●一年をふりかえる2021 東御市 ●熱中!ティーンズ ●おしごと探偵がゆく! 神主 ●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 パンケーキ ●15:00~ ひとこと手話 「時」まとめ ●15:15~ 今年はテレビで! くらしを見直そう展2021	●一年をふりかえる2021 坂城町・青木村 ●おしごと探偵がゆく! 神主 ●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 パンケーキ ●15:00~ ひとこと手話 「時」まとめ ●15:15~ 私たちの火花 プロジェクトin城下	●一年をふりかえる2021 上田市 6:30~、12:30~ 1月~6月 9:30~、22:30~ 7月~12月 ●おおきくなあれ さなだ保育園 ●おはなしランド 別所線のお客様 ●#Hamらほ 簡単おつまみ ●15:00~ ひとこと手話 「時」まとめ ●15:05~ ひとこと手話 「時」まとめ ●15:15~ 私たちの火花 プロジェクトin城下	●一年をふりかえる2021 東御市 坂城町・青木村 上田市 1月~6月、7月~12月 ●fun!fan!スポーツ ●ひと工夫で簡単アレンジ #Hamらほ 簡単おつまみ ●15:00~ ひとこと手話 「時」まとめ ●15:15~ 神科小学校 風船飛ばし (11月5日収録)	●一年をふりかえる2021 東御市 坂城町・青木村 上田市 1月~6月、7月~12月 ●23:00~ 第50回上田わっしょい特別番組 ●24:00~ 令和3年の上田祇園祭	8日(水) 映像を見ながら高原の自然の移り変わりを学ぶ全2回の講座です。第1回のテーマは「美ヶ原高原の植物の変遷」。環境ジャーナリストの清水卓爾さんが講師を務めました。(11月17日収録)
あさ	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 ローカル5000系 7:30 上田社会教育大学連続講座 8:50 休日緊急当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ローカル5000系 10:30 上田社会教育大学連続講座 11:50 休日緊急当番医	5:30 上田市行政チャンネル 6:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 40 おしごと探偵がゆく! 7:10 税 15 fun!スポ 45 おおきくなあれ 8:00 ローカル5000系 9:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 40 おしごと探偵がゆく! 10:10 税 15 fun!スポ 45 おおきくなあれ 11:00 ローカル5000系	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 一年をふりかえる 8:00 熱中!ティーンズ 30 お天気チャンネル 40 信州健康レポート 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 一年をふりかえる 11:00 熱中!ティーンズ 40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 レポ 20 お天気 30 一年をふりかえる 8:00 おしごと探偵がゆく! 30 お天気チャンネル 45 知って納得!暮らしの税 50 ぶちエウ 55 ガス 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 一年をふりかえる 11:00 おおきく 10 おはなし 45 ぶちエウ 55 ガス	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 レポ 20 お天気 30 一年をふりかえる 上田市1月~6月 8:00 おおきく 10 おはなし 30 お天気 45 ぶちエウ 50 #Hamらほ 9:00 レポ 20 お天気 30 一年をふりかえる 上田市7月~12月 11:00 おおきく 10 おはなし 45 ぶちエウ 50 #Hamらほ	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 一年をふりかえる 東御市 8:00 fun!スポ 30 お天気 45 ぶちエウ 50 #Hamらほ 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 一年をふりかえる 坂城町・青木村 45 ぶちエウ 50 #Hamらほ	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 一年をふりかえる 東御市 8:30 お天気チャンネル 50 ぶちエウ 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 一年をふりかえる 坂城町・青木村 11:50 ぶちエウ	
ひる	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ローカル5000系 13:30 上田社会教育大学連続講座 14:50 休日緊急当番医 15:00 ローカル5000系 16:30 テロップ回覧板 50 ぶちエウ 17:00 まとめてダイジェスト 30 休日緊急当番医	12:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 40 おしごと探偵がゆく! 13:10 税 15 fun!スポ 45 おおきくなあれ 14:00 ローカル5000系 15:00 上田市行政チャンネル 30 熱中! 40 おしごと探偵 16:10 税 15 fun!スポ 45 おおきくなあれ 17:00 ローカル5000系	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 一年をふりかえる 14:00 熱中!ティーンズ 40 健康レポート 55 ガス 15:00 ひとこと手話 「時」まとめ 15 菅小ドリームワークス 16:30 テロップ 50 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報 55 ガス	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 一年をふりかえる 14:00 おしごと探偵がゆく! 45 知って納得!暮らしの税 50 ぶちエウ 55 ガス 15:00 ひとこと手話 「時」まとめ 15 くらしを見直そう展 16:30 テロップ 50 ぶちエウ 17:00 レポ 20 お天気 30 道路情報 55 ガス	12:00 レポ 20 お天気 30 一年をふりかえる 上田市1月~6月 14:00 おおきく 10 おはなし 45 ぶちエウ 50 #Hamらほ 15:00 ひとこと手話 「時」まとめ 15 私たちの火花プロジェクト 16:30 テロップ 50 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 50 #Hamらほ	12:00 レポ 20 お天気 30 一年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:00 fun!fan!スポーツ 45 ぶちエウ 50 #Hamらほ 15:00 ひとこと手話 「時」まとめ 15 神科小学校 風船飛ばし 16:50 ぶちエウ 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 50 #Hamらほ	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 一年をふりかえる 上田市 1月~6月 14:50 ぶちエウ 15:00 一年をふりかえる 上田市 7月~12月 16:30 テロップ 50 ぶちエウ 17:00 一年をふりかえる 東御市	
よる	18:00 まとめてダイジェスト 30 休日緊急当番医 19:00 ローカル5000系 20:00 まとめてダイジェスト 21:00 ローカル5000系 22:00 まとめてダイジェスト 30 上田社会教育大学連続講座 23:50 休日緊急当番医 24:00 ローカル5000系 25:00 上田市行政チャンネル	18:00 上田市行政チャンネル 30 熱中!ティーンズ 40 おしごと探偵がゆく! 19:10 税 15 fun!スポ 45 おおきくなあれ 20:00 ローカル5000系 21:00 上田市行政チャンネル 30 熱中!ティーンズ 40 おしごと探偵がゆく! 22:10 税 15 fun!スポ 45 おおきくなあれ 23:00 ローカル5000系 24:00 上田市行政チャンネル	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 19:00~ UCVレポート リピート放送 いつから見て20分間で地域の動きがわかります。 (20:00~ 上田市議会定例会 一般質問 再放送予定)	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 22:00 レポ 20 お天気 30 一年をふりかえる 24:00 おしごと探偵がゆく! 45 知って納得!暮らしの税 50 ぶちエウ 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 45 ぐるっとふるさと信越 55 私たちの火花プロジェクト 55 ガスdeクッキング 22:00 レポ 20 お天気 30 一年をふりかえる 上田市7月~12月 24:00 おおきくなあれ 10 おはなしランド 45 ぶちエウ 50 #Hamらほ	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 50 #Hamらほ 22:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 一年を振り返る 上田市 7月~12月 24:00 fun!fan!スポーツ 45 ぶちエウ 50 #Hamらほ	18:30 一年をふりかえる 坂城町・青木村 20:00 一年をふりかえる 上田市 1月~6月 21:30 一年をふりかえる 上田市 7月~12月 23:00 第50回上田わっしょい 特別番組 24:00 令和3年の上田祇園祭	

## 高原の自然を学ぶ講座 〜亜高山帯の自然の移り変わり〜

8日(水)  
映像を見ながら高原の自然の移り変わりを学ぶ全2回の講座です。第1回のテーマは「美ヶ原高原の植物の変遷」。環境ジャーナリストの清水卓爾さんが講師を務めました。(11月17日収録)

## 令和3年度 上田市功労者表彰式

10日(金)  
今年度の上田市功労者表彰式では自治や教育、産業など様々な分野で功績を残した42人が表彰を受けました。同日行われた優良建設工事表彰式と合わせて放送します。(11月12日収録)