| | 1月21日(日) | 1月22日(月) | 1月23日(火) | 1月24日(水) | 1月25日(木) | 1月26日(金) | 1月27日(土) | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 0:00 | ビデオライブラリー | まるごと信州情報ネット | ビデオライブラリー | | | | | 0:00 |
| 1:00 | 信毎文字ニュース | | | | | | | 1:00 |
| 5:30 | 松川町の四季 | | | | | | | 5:30 |
| 5:50 | 【体操】 信濃の国体操 | | | | | | | 5:50 |
| 6:00 | **信毎文字ニュース(d放送　音声告知強制起動)** | | | | | | | 6:00 |
| 7:00 | ニュースまつかわ　金曜版 | 松川町児童館・放課後こども教室　日赤・社協 | ニュースまつかわ月曜版 | | たのしいよ♪保育園　ごっこあそびSP　大島・福与 | | ニュースまつかわ　金曜版 | 7:00 |
| 8:00 | 大鹿歌舞伎　長野公演 | ウィークリーニュース | | | | | | 8:00 |
| 9:00 | | | | | | | | 9:00 |
| 10:00 | ニュースまつかわ　金曜版 | 松川町児童館・放課後こども教室　日赤・社協 | ニュースまつかわ月曜版 | | たのしいよ♪保育園　ごっこあそびSP　大島・福与 | | ニュースまつかわ　金曜版 | 10:00 |
| 11:00 | まるごと信州情報ネット | フレイル・転倒予防の運動 | 軽度認知障害予防の運動 | 日赤いきいき体操① | 日赤いきいき体操② | 日赤いきいき体操③ | まるごと信州情報ネット | 11:00 |
| | ビデオライブラリー | まるごと信州情報ネット | ビデオライブラリー | | | | | |
| 12:00 | ウィークリーニュース | 松川町児童館・放課後こども教室　日赤・社協 | ニュースまつかわ月曜版 | | たのしいよ♪保育園　ごっこあそびSP　大島・福与 | | ニュースまつかわ　金曜版 | 12:00 |
| 13:00 | | 大鹿歌舞伎　長野公演 | | | | | **【生中継】Vリーグ　VC長野トライデンツ対　ウルフドッグス名古屋(スワンドーム　LCV)　13:50～** | 13:00 |
| 14:00 | 時の旅人アーカイブス | | | | | | | 14:00 |
| 15:00 | **タンザニアオンラインツアー** | 【体操】信濃の国体操、ウイークリーニュース | | | | | | 15:00 |
| 16:00 | | フレイル・転倒予防の運動 | 軽度認知障害予防の運動 | 日赤いきいき体操① | 日赤いきいき体操③ | 日赤いきいき体操③ | | 16:00 |
| | | まるごと信州情報ネット | ビデオライブラリー | | | | | |
| 17:00 | ビデオライブラリー | 桐原冬夜　生録大自然の旅6 | | | | | | 17:00 |
| 17:30 | 松尾アトム前派出所のりんご長者の旅(日曜・新)百五話 | | | | | | | |
| 17:40 | ぐるっとふるさと信越　/　17:45～　信毎文字(データ放送　音告) | | | | | | | 17:30 |
| 18:00 | **きらりまつかわ名鑑 松川吹奏楽団ニューイヤーコンサート** | **ニュースまつかわ 月曜版** | | **たのしいよ♪保育園　ごっこあそびSP②大島・福与** | | **ニュースまつかわ　金曜版** | | 18:00 |
| 19:00 | きらりまつかわ名鑑 松川吹奏楽団ニューイヤーコンサート | ニュースまつかわ 月曜版 | | たのしいよ♪保育園　ごっこあそびSP　大島・福与 | | ニュースまつかわ　金曜版 | | 19:00 |
| 20:00 | きらりまつかわ名鑑 松川吹奏楽団ニューイヤーコンサート | ニュースまつかわ 月曜版 | きらり 松吹ニューイヤーコンサート | たのしいよ♪保育園　ごっこあそびSP　大島・福与 | きらり 松吹ニューイヤーコンサート | ニュースまつかわ　金曜版 | きらり 松吹ニューイヤーコンサート | 20:00 |
| 21:00 | りんご長者の旅、まるごと信州情報ネット、【歌】信濃の国 | まるごと信州情報ネット | | 時の旅人アーカイブス | | | | 21:00 |
| 22:00 | タンザニアオンラインツアー | ニュースまつかわ 月曜版 | タンザニアオンラインツアー | たのしいよ♪保育園　ごっこあそびSP　大島・福与 | タンザニアオンラインツアー | ニュースまつかわ　金曜版 | タンザニアオンラインツアー | 22:00 |
| 23:00 | | ニュースまつかわ 月曜版 | | たのしいよ♪保育園　ごっこあそびSP　大島・福与 | | ニュースまつかわ　金曜版 | | 23:00 |