

地上11ch【チャンネルINC】 2025年10月 基本番組表

赤枠…今月から変更

TIME	月	火	水	木	金	土	日
5	00	路地裏の景色				ながのLIVEカメラ ～道路・河川・市内各地の様子をローテーションで放送～	
	15	長野市はつらつ体操					
	30	INC寄席「落語の時間」					
6	00					ながのLIVEカメラ	
	30					ぐるっとふるさと信越	
	55						
7	00	ながのLIVEカメラ ～道路・河川・市内各地の様子をローテーションで放送～				INCながのニュース・ウィークリー	
	30					まるごと信州情報ネット	
8	00	しんまち・中条情報局				しんまち・中条情報局	
	15	戸隠・鬼無里情報局				戸隠・鬼無里情報局	
	30	路地裏の景色				路地裏の景色	
	45	ながのLIVEカメラ				ながのLIVEカメラ	
	55	長野きらめきチャンネル				長野きらめきチャンネル	
9	00	レッツゴー！ まちっぷちゃん	信州発！塚田けんぢの みんなのラーメン	おまつりニッポン	信越トライウォーク	信州発！塚田けんぢの みんなのラーメン	【INCオリジナル】 ☆園だより総集編 8・9月（4日） ☆〈生〉第19回ながの中学駅伝 ライブ中継（5日） ☆第51回日本ケーブルテレビ大賞番組アワード 受賞作品（11日） ☆川中島古戦場まつり大花火大会（12日） ☆〈生放送〉長野県戦没者追悼式（18日） ☆幼稚園・保育園秋の運動会特集（19日） ☆第70回松代藩真田十万石まつり（25・26日）
	30	それゆけ！学校調査隊					
	45	Yell！（エール）～頑張るみんなを応援！～					
10	00	ながのLIVEカメラ	壮観劇場	信州発！塚田けんぢの みんなのラーメン	おまつりニッポン	レッツゴー！ まちっぷちゃん	壮観劇場 ※休止の場合あり
	30	長野商工会議所だより	桐原冬夜の生録大自然の旅	長野グルメガイド「食べTIME」	路地裏の景色	それゆけ！学校調査隊	
	45	信州健康リポート	長野グルメガイド「食べTIME」	それゆけ！学校調査隊	長野商工会議所だより	長野グルメガイド「食べTIME」	
11	00	信州発！塚田けんぢの みんなのラーメン	信越トライウォーク	ながのLIVEカメラ	信州発！塚田けんぢの みんなのラーメン	かながわ らく楽ウォーキング	ながのLIVEカメラ
	30	路地裏の景色	それゆけ！学校調査隊	長野商工会議所だより	桐原冬夜の生録大自然の旅	路地裏の景色	しんまち・中条情報局
	45	ながのLIVEカメラ または 不定期放送番組					戸隠・鬼無里情報局
12	00	それゆけ！学校調査隊	長野商工会議所だより	桐原冬夜の生録大自然の旅	長野グルメガイド「食べTIME」	信州健康リポート	信州発！塚田けんぢの みんなのラーメン
	15	長野グルメガイド「食べTIME」	路地裏の景色	信州健康リポート	それゆけ！学校調査隊	桐原冬夜の生録大自然の旅	かながわ らく楽ウォーキング
	30	しんまち・中条情報局					それゆけ！学校調査隊
	45	戸隠・鬼無里情報局					Yell！（エール）～頑張るみんなを応援！～
13	00	【INCオリジナル】				INCながのニュース・ウィークリー	
	30	☆園だより総集編 8・9月（6～10日） ☆[再]第31回川中島古戦場まつり大花火大会（13～17日） ☆長野市長選討論会（20～24日） ☆第70回松代藩真田十万石まつり（27～31日）				まるごと信州 情報ネット	壮観劇場
						おまつりニッポン	信州発！塚田けんぢの みんなのラーメン
14	00	壮観劇場 ※休止の場合あり				しんまち・中条情報局	
	30					戸隠・鬼無里情報局	
	45						
15	00	しんまち・中条情報局				それゆけ！学校調査隊	
	15	戸隠・鬼無里情報局				Yell！（エール）～頑張るみんなを応援！～	
	30	長野市はつらつ体操				長野商工会議所だより	
	45	長野きらめきチャンネル					
	50	ながのLIVEカメラ				路地裏の景色	
	55	ぐるっとふるさと信越					
16	00	INC寄席「落語の時間」				【INCオリジナル】 ☆園だより総集編 8・9月（4・5日） ☆小田切・ソメイヨシノ・ライブカメラ（11日） ☆[再]第31回川中島古戦場まつり大花火大会（12日） ☆第70回松代藩真田十万石まつり（25・26日）	
17	00	信州発！塚田けんぢのみんなのラーメン					
	30	かながわ らく楽ウォーキング	おまつりニッポン	信越トライウォーク	ながのLIVEカメラ	壮観劇場	壮観劇場 ※休止の場合あり

地上11ch【チャンネルINC】 2025年10月 基本番組表

赤枠…今月から変更

TIME	月	火	水	木	金	土	日	
18	00	INCながのニュース(初回放送)					INCながのニュース・ウィークリー	
	15	長野きらめきチャンネル						
	20	ぐるっとふるさと信越						
	25	ながのLIVEカメラ						
	30	それゆけ！学校調査隊						
	45	Yell!(エール)～頑張るみんなを応援!～						
19	00	INCながのニュース(再)					信州発！塚田けんちのみんなのラーメン	まるごと信州情報ネット
	15	ながのLIVEカメラ						
	30	しんまち・中条情報局					しんまち・中条情報局	
	45	戸隠・鬼無里情報局					戸隠・鬼無里情報局	
20	00	INCながのニュース(再)					ながのLIVEカメラ	
	10						ぐるっとふるさと信越	
	15	ながのLIVEカメラ					それゆけ！学校調査隊	
	25	長野きらめきチャンネル						
	30	まるごと信州情報ネット	信州発！塚田けんちのみんなのラーメン	壮観劇場	信州発！塚田けんちのみんなのラーメン	おまつりニッポン		
	45						桐原冬夜の生録大自然の旅	
21	00	INCながのニュース(再)					【INCオリジナル】	
	15	Yell!(エール)～頑張るみんなを応援!～	長野商工会議所だより	Yell!(エール)～頑張るみんなを応援!～	信州健康レポート	Yell!(エール)～頑張るみんなを応援!～	☆園だより総集編 8・9月(4・5日) ☆小田切・ソメイヨシノ・ライブカメラ(11日) ☆[再]第31回川中島古戦場まつり大花火大会(12日) ☆第70回松代藩真田十万石まつり(25日) ☆<生放送>長野市長選開票速報(26日) ※19:55～(予定)	
	30	それゆけ！学校調査隊						
	45	桐原冬夜の生録大自然の旅	Yell!(エール)～頑張るみんなを応援!～	路地裏の景色	Yell!(エール)～頑張るみんなを応援!～	信州健康レポート		
00	INCながのニュース(再)							
22	15	長野商工会議所だより	桐原冬夜の生録大自然の旅	長野商工会議所だより	路地裏の景色	長野商工会議所だより	壮観劇場 ※休止の場合あり	
	30	しんまち・中条情報局						
	45	戸隠・鬼無里情報局						
	00	INCながのニュース(再)						
15	路地裏の景色	信州健康レポート	それゆけ！学校調査隊	桐原冬夜の生録大自然の旅	路地裏の景色			
30	信州発！塚田けんちのみんなのラーメン	かながわらく楽ウォーキング	信州発！塚田けんちのみんなのラーメン	レッツゴー！まちっぶちゃん	信州発！塚田けんちのみんなのラーメン			
00	INCながのニュース(再)					信州健康レポート		
深0	15	Yell!(エール)～頑張るみんなを応援!～	長野グルメガイド「食べTIME」	路地裏の景色	それゆけ！学校調査隊	Yell!(エール)～頑張るみんなを応援!～	路地裏の景色	長野商工会議所だより
	30	それゆけ！学校調査隊	路地裏の景色	桐原冬夜の生録大自然の旅	Yell!(エール)～頑張るみんなを応援!～	それゆけ！学校調査隊	長野商工会議所だより	路地裏の景色
	45	ながのLIVEカメラ						
	55	ぐるっとふるさと信越						
	00	信州発！塚田けんちのみんなのラーメン	それゆけ！学校調査隊	信州発！塚田けんちのみんなのラーメン	路地裏の景色	信州発！塚田けんちのみんなのラーメン	信州発！塚田けんちのみんなのラーメン	
深1	15		Yell!(エール)～頑張るみんなを応援!～		桐原冬夜の生録大自然の旅			
	30	路地裏の景色	信州発！塚田けんちのみんなのラーメン	路地裏の景色	信州発！塚田けんちのみんなのラーメン	路地裏の景色	路地裏の景色	
	45	長野グルメガイド「食べTIME」		長野グルメガイド「食べTIME」		長野グルメガイド「食べTIME」	長野グルメガイド「食べTIME」	
	00	ながのLIVEカメラ ～道路・河川・市内各地の様子をローテーションで放送～						

※放送予定は変更する場合があります。予めご了承ください。

◆10月の特別番組

<生放送>「第19回ながの中学駅伝 ライブ中継」 放送/5日(日) 9:57～

駅伝競走を継承するための機会を中学生に広く与え、心身ともに健康な中学生を育成するとともに、中学校生徒の相互の親睦を図る目的で開催されます。

<生放送>「第31回川中島古戦場まつり大花火大会」 放送:11日(土) 17:57～

川中島の合戦で犠牲となった御霊の追悼や地域の振興などを願い、約3000発の花火が更北地区の夜空を彩ります。

「第70回松代藩真田十万石まつり」 放送/25日(土) 9:00～/16:00～/21:00～、26日(日) 9:00～/16:00～、27日(月)～31日(金) 13:00～

松代藩真田十万石の城下町として栄えた松代町。今も当時の面影が残る街並みを真田の大名行列が練り歩きます。

番組では100人以上からなる大名行列の魅力をお伝えします。

<生放送>「長野市長選開票速報」 放送/26日(日) 19:55～(予定)

任期満了に伴う10月19日告示、26日投開票の長野市長選の開票速報を生放送でお送りします。

開票所のホワイトリングから開票状況と各立候補者の票数を中継でお伝えします。