

地上11ch【チャンネルINC】 2025年1月 基本番組表

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	INC寄席「落語の時間」					ながのLIVEカメラ	
	30	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～					ぐるっとふるさと信越	
	55						INCながのニュース・ウィークリー	
7	00						ながの東急百貨店からのお知らせ	
7	30	INCスタッフがおすすめ！「やっぱりテレビっておもしろい！」						
	55							
	58							
	8	00	しんまち・中条情報局					しんまち・中条情報局
8	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	神保シェフと茨城をたべよう					地震から身を守る	
	50						長野県議会に行ってみよう！	
	53						INCスタッフがおすすめ！「やっぱりテレビっておもしろい！」	
	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！ まちっぶちゃん	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	信越トライウォーク	信州発！塚田けんちの みんなのラーメン	【INCオリジナル】
30		それゆけ！学校調査隊					☆長野・新潟・富山 お国自慢大新年会2025 (4・5日) ☆園だより 総集編(10・11月)(11・12日) ☆シニア演劇アカデミー第6期公演(18・19日) ☆THE CRAFT SAKE 地域の銘酒を訪ねて ～信州編～ 前半(25日)、後半(26日) ☆長野美専×INC「学生が紡ぐ大絵馬」(25・26日)	
45		Yell!(エール)～頑張るみんなを応援!～						
10	00	すまいるone	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	レッツゴー！ まちっぶちゃん		
	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	壮観劇場 ※休止の場合あり	
	45	信州健康レポート	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！塚田けんちの みんなのラーメン	信越トライウォーク	すまいるone	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	すまいるone	レッツゴー！ まちっぶちゃん
	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」	信州健康レポート	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
	15	長野グルメガイド「食べTIME」	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		
	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	☆長野・新潟・富山 お国自慢大新年会2025(6～10日) ☆園だより 総集編(10・11月)(13～17日) ☆シニア演劇アカデミー第6期公演(20～24日) ☆THE CRAFT SAKE 地域の銘酒を訪ねて～信州編～ 前半(27～29日)、後半(30・31日) ☆長野美術専門学校×INC「学生が紡ぐ大絵馬」(仮)(27～31日)					まるごと信州 情報ネット	壮観劇場
	14						00	おまつりニッポン
15	30	壮観劇場 ※休止の場合あり					しんまち・中条情報局	
	45						戸隠・鬼無里情報局	
	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					路地裏の景色	
	50	ながの東急百貨店からのお知らせ						
53	INCスタッフがおすすめ！「やっぱりテレビっておもしろい！」							
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】	
	INCスタッフがおすすめ！「やっぱりテレビっておもしろい！」					☆長野・新潟・富山 お国自慢大新年会2025 (4・5日) ☆園だより 総集編(10・11月)(11・12日) ☆シニア演劇アカデミー第6期公演(18・19日) ☆THE CRAFT SAKE 地域の銘酒を訪ねて ～信州編～ 後半(25日)、前半(26日) ☆長野美専×INC「学生が紡ぐ大絵馬」(25・26日)		
17	00	信州発！塚田けんちのみんなのラーメン					☆長野美専×INC「学生が紡ぐ大絵馬」(25・26日)	
	28	INCスタッフがおすすめ！「やっぱりテレビっておもしろい！」						
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	すまいるone	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1月 基本番組表

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	地震から身を守る						
	30	それゆけ！学校調査隊						
	45	Yell!(エール)～頑張るみんなを応援!～					信越トライウォーク	信州発！塚田けんちのみんなのラーメン
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 または 不定期放送番組	
	07						ながの東急百貨店からのお知らせ	
	10						ぐるっとふるさと信越	
	15	神保シェフと茨城をたべよう					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	Yell!(エール)～頑張るみんなを応援!～	
45						信州健康リポート		
21	00	INCながのニュース(再)					【INCオリジナル】 ☆長野・新潟・富山 お国自慢大新年会2025(4・5日) ☆園だより 総集編(10・11月)(11・12日) ☆シニア演劇アカデミー第6期公演(18・19日) ☆THE CRAFT SAKE 地域の銘酒を訪ねて～信州編～ 前半(25日)、後半(26日) ☆長野美専×INC「学生が紡ぐ大絵馬」(25・26日)	
	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!～	信州健康リポート	Yell!(エール)～頑張るみんなを応援!～		
	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!～	信州健康リポート		
	00	INCながのニュース(再)						
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			
30	しんまち・中条情報局							
45	戸隠・鬼無里情報局							
23	00	INCながのニュース(再)					INC寄席「落語の時間」	
	15	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	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！まちっぷちゃん	信州発！塚田けんちのみんなのラーメン		
	45							
深0	00	INCながのニュース(再)					桐原冬夜の生録大自然の旅	信州健康リポート
	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						
深1	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	
	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」	信州発！塚田けんちのみんなのラーメン	長野グルメガイド「食べTIME」	信州発！塚田けんちのみんなのラーメン	長野グルメガイド「食べTIME」	長野グルメガイド「食べTIME」	
深2～4	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。

◆1月の特別番組

「園だより 総集編(10・11月)」 放送:11日(土)・12日(日) 9:00～/16:00～/21:00～、13日(月)～17日(金) 13:00～

「INCながのニュース」内の、幼稚園や保育園などでの園児の様子を紹介するコーナーです。10・11月に放送した分をまとめてお送りします。

出演園:北条こども園、子供の園保育園、三輪保育園、大豆島保育園、信学会裾花幼稚園、秋葉保育園、川中島こども園、南長野幼稚園、若穂幼稚園

「シニア演劇アカデミー第6期公演」 放送:18日(土)・19日(日) 9:00～/16:00～/21:00～、20日(月)～24日(金) 13:00～

俳優・西村まさ彦がプロデュースし、一般公募の60歳以上のシニアが出演する演劇公演。6回目の開催となる今回は、ストレートプレイ(通常の演劇)とミュージカルの2作品を放送します。

演目:Aチーム(ストレートプレイ)「虹の彼方に」、Bチーム(ミュージカル)「シング・シング・シニア」