

					イキモノの日本紀行			
1×8いこうよ!					55		55	
5きげんテレビ					17		55	
news every.					30		25	
ニュースプラス1いわて					50		ニュースプラス1サンデー	
54					18		00	
54					30		00	
00					19		00	
56					20		56	
54					54		54	
57					57		57	
00					21		00	
54					54		54	
00					22		00	
54					54		54	
58					23		00	
53					30		30	
23					58		55	
53					07		50	
07					12		50	
42					27		37	
12					27		37	
					28		28	
月					火		水	
火					水		木	
水					木		金	
木					金		土	
金					土		日	
時					時		時	