

時	1/20(月)	1/21(火)	1/22(水)	1/23(木)	1/24(金)	1/25(土)	1/26(日)	時
3								3
4	25 オープニング テレビショッピング	25 天気予報	25 天気予報	25 天気予報	25 天気予報	25 天気予報	25 天気予報	4
5	30 テレビショッピング	30 テレビショッピング	30 テレビショッピング	30 テレビショッピング	30 テレビショッピング	30 テレビショッピング	30 テレビショッピング	5
6	00 Oha!4 NEWS LIVE	00 Oha!4 NEWS LIVE	00 Oha!4 NEWS LIVE	00 Oha!4 NEWS LIVE	00 Oha!4 NEWS LIVE	00 Oha!4 NEWS LIVE	00 Oha!4 NEWS LIVE	6
7	05 ZIP!	05 ZIP!	05 ZIP!	05 ZIP!	05 ZIP!	05 ZIP!	05 ZIP!	7
8	00 スッキリ	00 スッキリ	00 スッキリ	00 スッキリ	00 スッキリ	00 スッキリ	00 スッキリ	8
9	05 テレビショッピング	05 テレビショッピング	05 テレビショッピング	05 テレビショッピング	05 テレビショッピング	05 テレビショッピング	05 テレビショッピング	9
10	10 日本のチカラ	10 ジャパネットたかた生放送テレビショッピング	10 テレビショッピング	10 男子ごはん	10 NNN ストレイトニュース	10 NNN ストレイトニュース	10 情報どうでSHOW	10
11	15 コープのおいしめし	15 JOY×2 NOON	15 NNN ストレイトニュース	15 1ちゃん!番組情報	15 天気予報	15 インフォメーション	15 情報どうでSHOW	11
12	20 キュービー3分クッキング	20 ヒルナンデス!	20 キュービー3分クッキング	20 ヒルナンデス!	20 キュービー3分クッキング	20 ヒルナンデス!	20 情報どうでSHOW	12
13	25 情報ライブ ミヤネ屋	25 情報ライブ ミヤネ屋	25 情報ライブ ミヤネ屋	25 情報ライブ ミヤネ屋	25 情報ライブ ミヤネ屋	25 情報ライブ ミヤネ屋	25 情報ライブ ミヤネ屋	13
14	30 世界!ニッポン行きたい人応援団	30 YOUは何しに日本へ?	30 第13回全国高校生食育王選手権大会~令和初の食育王はどの高校に~	30 スクール革命!	30 ニュースevery日本海	30 ニュースevery日本海	30 秘境の民族&日本人家族"あったか交換ホームステイ"首長族の美女達が来日!	14
15	35 1ちゃん!番組情報	35 1ちゃん!番組情報	35 1ちゃん!番組情報	35 1ちゃん!番組情報	35 1ちゃん!番組情報	35 1ちゃん!番組情報	35 古伯音・神秘的日本刀	15
16	40 ニュースevery日本海	40 ニュースevery日本海	40 ニュースevery日本海	40 ニュースevery日本海	40 ニュースevery日本海	40 ニュースevery日本海	40 情報どうでSHOW	16
17	45 有吉ゼミ 2020年始動SP	45 火曜サプライズ 2時間スペシャル	45 衝撃のアノ人に会ってみた!	45 THE突破ファイル	45 クイズ!あなたは小学5年生より賢いの?	45 天才!志村どうぶつ園	45 ザ!鉄腕!DASH!!	17
18	50 しゃべくり007×人生が変わる1分間の深イイ話 合体SP	50 ザ!世界仰天ニュース	50 今夜くらべてみました	50 ぐるぐるナインティナイン	50 沸騰ワード10	50 世界一受けたい授業	50 世界の果てまでイッテQ!	18
19	55 1ちゃん!番組情報	55 1ちゃん!番組情報	55 1ちゃん!番組情報	55 1ちゃん!番組情報	55 1ちゃん!番組情報	55 1ちゃん!番組情報	55 天気予報	19
20	00 1ちゃん!番組情報	00 1ちゃん!番組情報	00 1ちゃん!番組情報	00 1ちゃん!番組情報	00 1ちゃん!番組情報	00 1ちゃん!番組情報	00 天気予報	20
21	05 しゃべくり007×人生が変わる1分間の深イイ話 合体SP	05 ザ!世界仰天ニュース	05 今夜くらべてみました	05 ぐるぐるナインティナイン	05 沸騰ワード10	05 世界一受けたい授業	05 世界の果てまでイッテQ!	21
22	10 1ちゃん!番組情報	10 1ちゃん!番組情報	10 1ちゃん!番組情報	10 1ちゃん!番組情報	10 1ちゃん!番組情報	10 1ちゃん!番組情報	10 天気予報	22
23	15 1ちゃん!番組情報	15 1ちゃん!番組情報	15 1ちゃん!番組情報	15 1ちゃん!番組情報	15 1ちゃん!番組情報	15 1ちゃん!番組情報	15 天気予報	23
24	20 月曜から夜ふかし	20 うちのガヤがすみません!	20 それって!?実際どうなの課	20 木曜ドラマF「ランチ合コン探偵 ~恋とグルメと謎解きと~」	20 ニノさん	20 Going! Sports & News	20 NNNドキュメント'20	24
25	25 オードリーさん、ぜひ会ってほしい人がいるんです。	25 浜ちゃんが!	25 かみひとえ	25 今ちゃんの「実は…」	25 バズリズム02	25 家、ついて行ってイイですか?	25 NNNドキュメント'20	25
26	30 タモリ倶楽部	30 テリー伊藤の大人の夜遊び	30 1ちゃん!番組情報	30 木曜エンタメ 孤独のグルメ Season 8	30 時効警察はじめました	30 オンガクお嬢	30 テレビショッピング	26
27	35 漫画みたいにかかない。	35 アス友	35 いろはに千鳥	35 1ちゃん!番組情報	35 時効警察はじめました	35 テレビショッピング	35 テレビショッピング	27
28	40 テレビショッピング	40 テレビショッピング	40 テレビショッピング	40 テレビショッピング	40 テレビショッピング	40 テレビショッピング	40 テレビショッピング	28
29	45 よるナビ	45 よるナビ	45 よるナビ	45 よるナビ	45 よるナビ	45 よるナビ	45 よるナビ	29
30	50 天気予報	50 天気予報	50 天気予報	50 天気予報	50 天気予報	50 天気予報	50 天気予報	30
31	55 日テレNEWS 24	55 日テレNEWS 24	55 日テレNEWS 24	55 日テレNEWS 24	55 日テレNEWS 24	55 日テレNEWS 24	55 日テレNEWS 24	31
32	00 日テレNEWS 24	00 日テレNEWS 24	00 日テレNEWS 24	00 日テレNEWS 24	00 日テレNEWS 24	00 日テレNEWS 24	00 日テレNEWS 24	32
33	05 日テレNEWS 24	05 日テレNEWS 24	05 日テレNEWS 24	05 日テレNEWS 24	05 日テレNEWS 24	05 日テレNEWS 24	05 日テレNEWS 24	33
34	10 日テレNEWS 24	10 日テレNEWS 24	10 日テレNEWS 24	10 日テレNEWS 24	10 日テレNEWS 24	10 日テレNEWS 24	10 日テレNEWS 24	34
35	15 日テレNEWS 24	15 日テレNEWS 24	15 日テレNEWS 24	15 日テレNEWS 24	15 日テレNEWS 24	15 日テレNEWS 24	15 日テレNEWS 24	35

時	1/20(月)	1/21(火)	1/22(水)	1/23(木)	1/24(金)	1/25(土)	1/26(日)	時
3								3
4	オープニング テレビショッピング	テレビショッピング	テレビショッピング	テレビショッピング	テレビショッピング	テレビショッピング	天気予報 テレビショッピング	4
5							天気予報 テレビショッピング	5
6							天気予報 テレビショッピング	6
7							天気予報 テレビショッピング	7
8							天気予報 テレビショッピング	8
9							天気予報 テレビショッピング	9
10							天気予報 テレビショッピング	10
11							天気予報 テレビショッピング	11
12							天気予報 テレビショッピング	12
13							天気予報 テレビショッピング	13
14							天気予報 テレビショッピング	14
15							天気予報 テレビショッピング	15
16							天気予報 テレビショッピング	16
17							天気予報 テレビショッピング	17
18							天気予報 テレビショッピング	18
19							天気予報 テレビショッピング	19
20							天気予報 テレビショッピング	20
21							天気予報 テレビショッピング	21
22							天気予報 テレビショッピング	22
23							天気予報 テレビショッピング	23
24							天気予報 テレビショッピング	24
25							天気予報 テレビショッピング	25
26							天気予報 テレビショッピング	26
27							天気予報 テレビショッピング	27
28							天気予報 テレビショッピング	28