

時	6/19(月)	6/20(火)	6/21(水)	6/22(木)	6/23(金)	6/24(土)	6/25(日)	時
3								24
4	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	テレビショッピング	35
5			Oha!4 NEWS LIVE					40
6			ZIP!					45
7								50
8			DayDay.					55
9			テレビショッピング					00
10	日本のチカラ	ジャパネットたかた生放送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	男子ごはん	ジャパネットたかた生放送テレビショッピング	ニノさん	05
11	コープのおいしめし		JOY×2 NOON		もぎたて いっちゃんじょうほう	NNN ストレイトニュース	情報どうでSHOW	10
12			NNN ストレイトニュース				NNN ストレイトニュース	15
13			キュービー3分クッキング				上沼・高田のクイズケ!	20
14			ヒルナンデス!				家、ついて行ってイイですか?	25
15	人生の楽園	グッと!地球便	激レアさんを連れてきた。	東野・岡村の旅猿23	ガンバレルーヤの週末移住バラエティ 冠ルーヤ	激レアさんを連れてきた。	DayDay 特別編	30
16			おびわんっ!			ガンバレルーヤの週末移住バラエティ 冠ルーヤ	いないスポーツスペシャル 布勢スプリント2023兼第38回 布勢リレーカーニバル	35
17			ニュースevery日本海			情報どうでSHOW news every サタデー	もぎたて いっちゃんじょうほう	40
18						MIX MEISEI STORY ~二度目の夏、空の向こうへ~	笑点	45
19	世界まる見え!テレビ特捜部 2時間SP	ヒューマンメンタリー オモウマイ店	1億人の大質問!?笑ってコラえて! 2時間SP	THE突破ファイル	沸騰ワード10 もうすぐ夏SP	鳴呼!!みんなの動物園	ザ!鉄腕!DASH!!	50
20			天気予報	もぎたて いっちゃんじょうほう		世界一受けたい授業	世界の果てまでイッテQ!	55
21	しゃべくり007	カズレーザーと学ぶ。最新科学で美しくなる! 2時間SP	モストバリュアブル芸能人	秘密のケンミンSHOW 極	しまね家の回覧板 金曜ロードショー	1億3000万人のSHOWチャンネル	行列のできる相談所	00
22	もぎたて いっちゃんじょうほう			天気予報		天気予報	天気予報	05
23	月曜から夜ふかし			ダウンタウンDX		Dr. チョコレート	おしゃれクリップ	10
24		もぎたて いっちゃんじょうほう	てんとり!			もぎたて いっちゃんじょうほう	だが、情熱はある	15
25	午前0時の森	午前0時の森	それって!?実際どうなの課	座持ち動画グランプリ	Google Pixel presents ANOTHER SKY news zero	マツコ会議	ダウンタウンのガキの使いやあらへんで!	20
26	オードリーさん、ぜひ会ってほしい人がいるんです。	なるみ・岡村の過ぎるTV	あざとくて何が悪いの?	スクール革命!	夫婦が壊れるとき	千鳥かまいたちアフター	Going! Sports & News	25
27	三四郎のDearポス		いろはに千鳥		バズリズム02	オンガクお嬢Remix	NNNドキュメント'23	30
28	もぎたて いっちゃんじょうほう	EDENS ZERO	もぎたて いっちゃんじょうほう	シガテラ		浜ちゃんが!	にけつっ!!	35
29	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		6秒間の軌跡~花火師・望月星太郎の憂鬱	テレビショッピング	40
30	よるナビ	テレビショッピング	よるナビ	よるナビ		テレビショッピング	テレビショッピング	45
31	天気予報 日テレNEWS 24		天気予報 日テレNEWS 24	テレビショッピング		もぎたて いっちゃんじょうほう	よるナビ	50
32		よるナビ		天気予報 日テレNEWS 24		波よ聞いてくれ	天気予報 日テレNEWS 24	55
33		天気予報 日テレNEWS 24		よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	00
34		天気予報 日テレNEWS 24		天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	05
35				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	10
36				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	15
37				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	20
38				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	25
39				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	30
40				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	35
41				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	40
42				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	45
43				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	50
44				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	55
45				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	00
46				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	05
47				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	10
48				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	15
49				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	20
50				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	25
51				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	30
52				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	35
53				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	40
54				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	45
55				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	50
56				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	55
57				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	00
58				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	05
59				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	10
60				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	15
61				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	20
62				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	25
63				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	30
64				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	35
65				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	40
66				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	45
67				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	50
68				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	55
69				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	00
70				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	05
71				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	10
72				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	15
73				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	20
74				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	25
75				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	30
76				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	35
77				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	40
78				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	45
79				よるナビ		テレビショッピング	よるナビ	50
80				天気予報 日テレNEWS 24		テレビショッピング	天気予報 日テレNEWS 24	55

時	6/19(月)	6/20(火)	6/21(水)	6/22(木)	6/23(金)	6/24(土)	6/25(日)	時
3								24
4	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	テレビショッピング	29
5			Oh!4 NEWS LIVE					35
6			ZIP!					40
7			DayDay.					45
8			テレビショッピング					50
9	日本のチカラ	ジャパネットたかた生放送テレビショッピング	テレビショッピング	男子ごはん	ジャパネットたかた生放送テレビショッピング	ニノさん		55
10	コープのおいしめし		JOY×2 NOON	もぎたて いっちゃんじょうほう	NNN ストレイトニュース	情報どうでSHOW		00
11			NNN ストレイトニュース			NNN ストレイトニュース		05
12			キュウビー3分クッキング					10
13			ヒルナンデス!					15
14			情報ライブ ミヤネ屋					20
15	人生の楽園	グッと!地球便	激レアさんを連れてきた。	東野・岡村の旅猿23	ガンバレルーヤの週末移住バラエティ 冠ルータ	DayDay 特別編		25
16			おびわんっ!			いないスポーツスペシャル 布勢スプリント2023兼第38回布勢リレーカーニバル		30
17			ニュースevery日本海			ガンバレルーヤの週末移住バラエティ 冠ルータ		35
18						情報どうでSHOW news every サタデー		40
19	世界まる見え!テレビ特捜部 2時間SP	ヒューマンメンタリー オモウマイ店	1億人の大質問!?笑ってコラえて! 2時間SP	THE突破ファイル	沸騰ワード10 もうすぐ夏SP	鳴呼!!みんなの動物園		45
20		天気予報	踊る!さんま御殿!!	もぎたて いっちゃんじょうほう	しまね家の回覧板	世界一受けたい授業		50
21	しゃべくり007	カズレーザーと学ぶ。最新科学で美しくなる! 2時間SP	モストバリュアブル芸能人	ぐるぐるナインティナイン	金曜ロードショー	世界の果てまでイッテQ!		55
22	もぎたて いっちゃんじょうほう			秘密のケンミンSHOW極	1億3000万人のSHOWチャンネル	天気予報		00
23	月曜から夜ふかし			天気予報	天気予報	天気予報		05
24		もぎたて いっちゃんじょうほう	てんとり!	ダウンタウンDX	Dr. チョコレート	おしゃれクリップ		10
25					もぎたて いっちゃんじょうほう	だが、情熱はある		15
26	news zero				マツコ会議	ダウンタウンのガキの使いやあらへんで!		20
27	午前0時の森	午前0時の森	それって!?実際どうなの課	座持ち動画グランプリ	千鳥かまいたちアフター	Going! Sports&News		25
28	オードリーさん、ぜひ会ってほしい人がいるんです。	なるみ・岡村の過ぎるTV	あざとくて何が悪いの?	スクール革命!	Google Pixel presents ANOTHER SKY news zero	オンガクお嬢Remix		30
29	三四郎のDear Post		いろはに千鳥		夫婦が壊れるとき	NNNDキュメント'23		35
30	もぎたて いっちゃんじょうほう	EDENS ZERO	もぎたて いっちゃんじょうほう	シガテラ	バズリズム02	浜ちゃんが!		40
31	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			にけつっ!!		45
32	よるナビ	テレビショッピング	よるナビ			6秒間の軌跡~花火師・望月星太郎の憂鬱		50
33	天気予報	テレビショッピング	天気予報	テレビショッピング		テレビショッピング		55
34	日テレNEWS 24		日テレNEWS 24			テレビショッピング		00
35		よるナビ				よるナビ		05
36		天気予報				天気予報		10
37		日テレNEWS 24				日テレNEWS 24		15
38								20
39								25
40								30
41								35
42								40
43								45
44								50
45								55
46								00
47								05
48								10
49								15
50								20
51								25
52								30
53								35
54								40
55								45
56								50
57								55
58								00
59								05
60								10