

地上11ch【チャンネルINC】 2025年11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	長野市はつつ体操						
	30	INC寄席「落語の時間」						
6	00							
	30						ながのLIVEカメラ	
	55						ぐるっとふるさと信越	
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】 ☆令和7年度長野上水内中学校連合音楽会 前編(1・2日)中編(9・15日)後編(22日) ☆＜生放送＞高校野球 第3回支部交流戦 (8日) ☆＜生放送＞第74回長野県縦断駅伝競走大会 (16日)※7:50～ ☆第119回長野えびす講煙火大会[再] (29日) ☆令和7年度長野上水内小学校合同音楽会 第1部(30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	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	ながのLIVEカメラ	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	ながのLIVEカメラ	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】 ☆令和7年度長野上水内中学校連合音楽会 前編(3～7日)中編(10～14日)後編(17～21日) ☆第119回長野えびす講煙火大会[再] (24～28日)					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	壮観劇場
	14						00	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						
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LIVEカメラ						
	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】 ☆令和7年度長野上水内中学校連合音楽会 前編(1・2日)中編(8・9・15日)後編(16・22日) ☆＜生放送＞第119回長野えびす講煙火大会 (23日)※17:00～ ☆第119回長野えびす講煙火大会[再] (29日) ☆令和7年度長野上水内小学校合同音楽会 第1部(30日)	
17	00	信州発！塚田けんちのみんなのラーメン					☆第119回長野えびす講煙火大会[再] (29日) ☆令和7年度長野上水内小学校合同音楽会 第1部(30日)	
	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11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	ながのLIVEカメラ							
	30	それゆけ！学校調査隊					信越トライワーク	信州発！塚田けんちの みんなのラーメン	
	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	Yell！（エール）～頑張るみんなを応援！～		
	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】 ☆令和7年度長野上水内中学校連合音楽会 前編(1・2日)中編(8・9日)後編(16・22日) ☆第74回長野県縦断駅伝 開催直前SP(15日) ☆第119回長野えびす講煙火大会[再](29日) ☆令和7年度長野上水内小学校合同音楽会 第1部(30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			
22	00	INCながのニュース(再)					壮観劇場 ※休止の場合あり		
	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			
深 0	00	INCながのニュース(再)					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」		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」		
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。

◆11月の特別番組

＜生放送＞「高校野球 令和7年第3回支部交流戦」 放送:8日(土) 9:00～

「南信選抜×中信選抜」「北信選抜×東信選抜」の2試合を、伊那ニッパツスタジアムから生中継します。

＜生放送＞「第74回長野県縦断駅伝競走大会」 放送／16日(日) 7:50～

長野県を北から南へ駆け抜ける長野県晩秋の風物詩。今年は松本市(松本城公園)から飯田市(飯田合同庁舎)の全14区間・98.72kmで争われます。

スタートからフィニッシュまで生中継します。【制作:(一社)長野県ケーブルテレビ協議会】

＜生放送＞「第119回長野えびす講煙火大会」 放送／23日(日・祝) 17:00～ 再放送:24日(月)～28日(金) 13:00～、29日(土) 9:00～/16:00～/21:00～

「日本で一番美しい晩秋の花火」とも言われ、善光寺の門前町として発展してきた長野の歴史と伝統を誇り、今年で第119回を迎える「長野えびす講煙火大会」。

打上げ開始から打ち止めまで生中継します。秋の澄み切った夜空を、大輪を咲かす「尺玉」や、音楽と花火のコラボ「ミュージックスターマイン」が彩ります。