日本時間	月	火	水	木	金	土	日		
5	00 -大河ドラマー 青天を衝(つ)け (雨)	·天を衝 (つ) け (雨)							
	* <sup>1月から</sup> 鎌倉殿の13人	24	みいつけた!(再)						
	(再)	39	39   ミニ番組     49   わらたま						
	45 さわやか自然百景(再)	49							
	00								
6							10		
			40 ミニ番組						
			<sup>50</sup> テレビ体操						
			NHK-1-A	く おはよう日本			00		
7									
							<sup>45</sup> さわやか自然百景		
	00	г	連続テ	レビ小説 カムカムエヴリバディ	· 1		00		
8	15					15	小さな旅		
						チコちゃんに	25		
						叱られる!	サラメシ (再)		
							52 ミニ番組		
			あさイチ			00	57 気象情報 00		
			0,5			週刊まるわかり ニュース			
9						_1	日曜討論		
						30			
	55		みんなの体操			NHKスペシャル (再)			
	00 05	05	ニュース・気象情報 05	05	05	†	00   ニュース・気象情報     05		
10						20			
	ドラマ10 (再)		うたコン (再)	ガッテン! (再)	日本人のおなまえ (再)		明日をまもるナビ		
		鶴瓶の家族に乾杯 (再)				NHKスペシャル			
	50		50	50	50	(再)	50 ミニ番組		
				ロコだけが知っている (再)	プレミアムドラマ		55 みんなのうた 00		
11	プロフェッショナル 仕事の流儀	17	歴史探偵 (再)	17	(再)	10			
	(再)	ドキュメント72時間		ストーリーズ			ザ少年倶楽部		
		(再)	35 みちたん	(再)	40 no art, no life (再)	ブラタモリ (再)	ッターは未即		
		48	40 うちなーであそぼ	<u> </u>	48	-			
	<ul><li>47 きょうの料理ビギナーズ</li><li>52 きょうの料理ビギナーズ</li><li>00</li></ul>								
	ニュース								
12	20	20	20	20	20	15 バラエティー	15		
	うまいッ!	BENTO EXPO	PREMIUM SELECTIONS	サラメシ (再)	きょうの料理	生活笑百科	NHKのど自慢		
	35 ミニ番組 40 浮世絵 EDO-LIFE								
	<sup>45</sup> 連続テレビ小説(再) 「おかえりモネ」∕「カムカムエヴリバディ」								

日本時間	月	火	水 ===-3	木	金	±	日
	00 05		05 一大河ドラマー 青天を衝(つ)け (再) *1月から 鎌倉殿の13人 (再)	· 気象情報   05     新・BS日本のうた			
	55 00 N H K短歌	00	00 旅するための ドイツ語	50			
	25 NHK俳句 50 みんなのうた (再) 55 DokiDoki!	25 趣味の園芸 (再) 50 みんなのうた	25 テレビで中国語 50 みんなのうた (再) まる得マガ	25 旅するための スペイン語 50 みんなのうた	25 旅するための フランス語 50 みんなのうた (再)	PREMIUM SELECTIONS	35 京も一日陽だまり屋 40 みちたん(再) 45 うちなーであそぼ(再)
	NHKワールドJAPAN 000 10 キソ英語を学んでみたら		-	00 BS=1-X			
15	世界とつながった。(再) 20 J — M E L O (英)	Asia Insight	大西泰斗の英会 20 Journeys in Japan (二)	Core Kyoto	Trails to Oishii Tokyo (二)		
	50	50	50 ウワサの保護者会	50	50	<sup>50</sup> BSニュース	
16	演芸図鑑 (再) 20 にっぽん百名山	すくすく子育て 20 イッピン	15 楽ラク ワンポイント介護 20 グレーテルのかまど	サイエンスZERO (再) 20 ニッポンぶらり鉄道旅	ねほりんぱほりん (再) 20 ふらっとあの街	00 チョイス@ 病気になった時 (再)	PREMIUM SELECTIONS
	(再)	(再)	(再) 45 みんなのうた (再) BSニュース	(再)	旅ラン10キロ (再)	45 ミニ番組 55 ミニ番組	
	00     ミニ番組       01     ミニ番組					00 PREMIUM	
17	11 にほんごであそぼ					SELECTIONS	
-	36			30 おかあさんといっしょ	30 おとうさんといっしょ		
	00 ニュース シブ5時(二) 00 ニュース (二)					54 ミニ番組 00 ニュー 05 パンニュイ	ス (二)
18	10		みいつけた!		ν=/	- <sup>03</sup> ピタゴラスイッチ 15 えいごであそぼ with Orton	05 ミミクリーズ 15 わらたま ドッカーン
	25 すイエんサー 天才てれびくん h e l l o,					25 みんなのうた (再) 30 ニヤンちゅう! 宇宙!放送チュー!	24 SDGsのうた 25 キソ英語を学んでみたら 世界とつながった。 35
	50 舞妓さんちの まかないさん			50 ポップイン! クラフト		于田:欣送デュー:	Eダンスアカデミー
19							
	30	30 サラメシ 57	ガッテン!	30 所さん!大変ですよ 57	30 首都圏情報ネタドリ! 57	<sup>30</sup> ブラタモリ	30 ダーウィンが来た!
20	鶴瓶の家族に乾杯	うたコン	15	日本人のおなまえ	デコちゃんに 叱られる!	15 有吉のお金発見 突撃!カネオくん	00 一大河ドラマー 青天を衝(つ)け *1月から 鎌倉殿の13人
	45 DokiDoki! MHKワールドJAPAN (再)					45	. 复免桂起
•	50				• 気象情報		

日本時間	月	火	水	木	金	土	日
21	00	=.	NHKスペシャル 50	00 NHKスペシャル 50			
22	逆転人生	クローズアップ現代+					世界ふれあい街歩き
23	よるドラ	プロフェッショナル 仕事の流儀	歴史探偵	SONGS	45 ドキュメント72時間	40 ストーリーズ 10	50 ミニ番組 55 ニュース地球 まるわかり
23	19 20		シブヤノオト 40 ニュース・気象情報 45	35			
	15	15	BS=1-X	15	15	PREMIUM SELECTIONS	サンデースポーツ  25 ニュース ・気象情報
	土曜時代ドラマ 55 みんなのうた (再) 00	先人たちの底力 知恵泉 (ちえいず) 00 みんなのうた (再) 05	チョイス@ 病気になったとき	プレミアムドラマ 05 みんなのうた (再)	にっぽん縦断 こころ旅 〜とうちゃこ〜		35 N H K のど自慢 (再)
	サイエンス Z E R O 30 N H K 短歌 (再)	グレーテルのかまど 30 N H K 俳句 (再)	ふらっとあの街 旅ラン10キロ 30 ねほりんぱほりん	10  - あしたも晴れ!   人生レシピ	新日本風土記	15 ミニ番組 20 PREMIUM SELECTIONS 35	20
2		陽だまり屋(再)     55 no art, no life     55 ミニ番組       BSニュース(再)     きょうの健康   15 BSニュース (再)					PREMIUM SELECTIONS
	25 きょうの料理 25 趣味の園芸 目撃!につぽん (再) 50 まる得マガジン					30 日本の話芸 00	
	BSニュース4K+ふるさと  時論公論  30 30 30 30 30 30					にっぽんの芸能	20 BS=1-X
	にっぽん百名山 00 BENTO EXPO		ダーウィンが来た! (再) 00 ウワサの保護者会 (再)	ニッポンぶらり鉄道旅 00	美の壺 00 Trails to	55 演芸図鑑	将棋フォーカス 00 囲ギフォーカス
	23 ミニ番組 30 35	(再) (再) (再) (可) (可) (可) (可) (可) (可) (可) (可) (可) (可					囲碁フォーカス 30 猫のしっぽ カエルの手
	45 50		55 みんなのうた (再)				

日本時間	月	火	水	木	金	土	B
	00 キソ英語を学んでみたら 世界とつながった。(再)	00	13:50~	00			
15	10		BSニュース				
	20	20	20	20	20	PREMIUM SELECTIONS	PREMIUM
	J - M E L O (英)	Asia Insight ( <u>—</u> )	Journeys in Japan (二)	Core Kyoto ( <u></u> )	Trails to Oishii Tokyo (二)		SELECTIONS
	50 55		ミニ番組			<sup>50</sup> BSニュース	
				00	l		
16							
				大相撲中継 (二)			
S							
17							
	<sup>00</sup> ニュース (二)					05	T
	10	10 ミニ番組					<sup>05</sup> ミミクリーズ
18	11	1 にほんごであそぼ 11 えいごであそぼ with Orton					15 わらたま ドッカーン
	21	1 いない いない ばあっ!					24 SDGsのうた 25 キソ英語を学んでみたら
36						ニャンちゅう!	世界とつながった。
		;		宇宙!放送チュー!	Eダンスアカデミー		
	00	00	00	00	00	3:55	00
4	BENTO EXPO (再)	すくすく子育て	ウワサの保護者会	Journeys in Japan (二) (再)	Trails to Oishii Tokyo	演芸図鑑	囲碁フォーカス
*	00 5 - 77 45		25 楽ラク	(=) (+3)	(二) (再)	25 DokiDoki! NHKワールドJAPAN (再)	
	23 ミニ番組 30		ワンポイント介護	I	l	min(ソールトJAPAN (再)	l
大相撲 幕内の全取組							
						55 みんなのうた (再)	55 ミニ番組