

	1日	月	2日	火	3日	水	4日	木	5日	金	6日	土	7日	日	8日	月		
6	00 おはようカメラ		00 おはようカメラ		00 おはようカメラ		00 おはようカメラ		00 おはようカメラ		00 おはようカメラ		00 おはようカメラ		00 おはようカメラ			
7	00 テレビ伝言板		00 テレビ伝言板		00 テレビ伝言板		00 テレビ伝言板		00 テレビ伝言板		00 テレビ伝言板		00 テレビ伝言板		00 テレビ伝言板			
8	00 ショップチャンネル		00 ショップチャンネル		00 ショップチャンネル		00 ショップチャンネル		00 ショップチャンネル		00 テレビ伝言板 30 元気な仲間		00 テレビ伝言板		00 ショップチャンネル			
9	00 ショップチャンネル		00 ショップチャンネル		00 ショップチャンネル		00 ショップチャンネル		00 ショップチャンネル		00 八戸工大ライブラリ 30 川島隆太教授のテレビ いざいざ脳体操 #137#138 40 テレビ伝言板 55 広報はちのへ		00 ショップチャンネル		00 ショップチャンネル			
10	00 ミュージック・ジャパンTV		00 ミュージック・ジャパンTV		00 釣りうえ〜ぶ 85 (制作:釣りビジョン)		00 ミュージック・ジャパンTV		00 釣りうえ〜ぶ 85 (制作:釣りビジョン)		00 町山啓浩のVIDEO SHOP UFO 30 スマイル・キッズ! ハッピー・ようちえん⑦ 45 おうち情報 ~住まいるナビ⑤		00 アイスホッケー NOW 30 テレビ伝言板		00 ミュージック・ジャパンTV			
11	00 テレビ伝言板 15 健康体操~今日も 元気にイチニサン!~ 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板		00 ダンバラ!! DANCE PARADISE 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板		00 ベット大集合! わんにゃんばーく! 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板		00 HTVインフォメーション 15 東海大 ミネスタウエーブ 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板		00 元気な仲間 ▽ミセスV6の思い出 の作品 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板		00 アイスホッケー NOW 30 テレビ伝言板		00 第16回山形国際ムービー フェスティバル2020① ▽愛をたむけるよ ▽まよなかのぬこやレス ▽One Cut in the Life[序章]		00 スマイル・キッズ! ハッピー・ようちえん⑦ 15 健康体操 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板		00 ショップチャンネル	
12	00 子育てTV ハビクラ #246・#247		00 はちのへ CAMPUS Link ~八戸工大ライブラリ 30 テレビ伝言板 45 HTVインフォメーション		00 けーぶるにっぽん 彩・JAPAN⑩ 30 素敵アート館 55 広報はちのへ		00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送) 30 はじめてのスマホ講座 ~iOS編 パート1		00 子育てTV ハビクラ #248・#249		00 八戸工大ライブラリ 30 川島隆太教授のテレビ いざいざ脳体操 #137#138 40 テレビ伝言板 55 広報はちのへ		00 八戸えんぶりアーカイブス ▽春告祭 八戸えんぶり		00 子育てTV ハビクラ #248・#249		00 ショップチャンネル	
13	00 ショップチャンネル		00 ショップチャンネル		00 ショップチャンネル		00 ショップチャンネル		00 ショップチャンネル		00 ミュージック・ジャパンTV		00 第16回山形国際ムービー フェスティバル2020② ▽ハチウラ結婚相談所 ▽儘ならぬ恋の目論見		00 ショップチャンネル			
14	00 ミュージック・ジャパンTV		00 ミュージック・ジャパンTV		00 ミュージック・ジャパンTV		00 ミュージック・ジャパンTV		00 ミュージック・ジャパンTV		00 MUSIC PARTY (制作:TOKAIケーブルネットワーク)		00 MUSIC PARTY (制作:TOKAIケーブルネットワーク)		00 ミュージック・ジャパンTV			
15	00 子育てTV ハビクラ #246・#247		00 はちのへ CAMPUS Link ~八戸工大ライブラリ 30 テレビ伝言板 45 HTVインフォメーション		00 けーぶるにっぽん 彩・JAPAN⑩ 30 素敵アート館 55 広報はちのへ		00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送) 30 はじめてのスマホ講座 ~iOS編 パート2		00 子育てTV ハビクラ #248・#249		00 テレビ伝言板 30 元気な仲間 ▽ミセスV6の思い出 の作品		00 第16回山形国際ムービー フェスティバル2020③ ▽Libert ▽Tuber者		00 子育てTV ハビクラ #248・#249			
16	00 テレビ伝言板 15 健康体操~今日も 元気にイチニサン!~ 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板		00 ダンバラ!! DANCE PARADISE 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板		00 ベット大集合! わんにゃんばーく! 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板		00 HTVインフォメーション 15 東海大 ミネスタウエーブ 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板		00 元気な仲間 ▽ミセスV6の思い出 の作品 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板		00 町山啓浩のVIDEO SHOP UFO 30 スマイル・キッズ! ハッピー・ようちえん⑦ 45 おうち情報 ~住まいるナビ⑤		00 釣りうえ〜ぶ 85 (制作:釣りビジョン)		00 ハッピー・ようちえん⑦ 15 健康体操~今日も 元気にイチニサン!~ 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板			
17	00 テレビ伝言板		00 テレビ伝言板		00 テレビ伝言板		00 テレビ伝言板		00 テレビ伝言板		00 アイスホッケー NOW 30 テレビ伝言板		00 アイスホッケー NOW 30 テレビ伝言板		00 テレビ伝言板			
18	00 子育てTV ハビクラ #246・#247		00 はちのへ CAMPUS Link ~八戸工大ライブラリ 30 テレビ伝言板 45 HTVインフォメーション		00 けーぶるにっぽん 彩・JAPAN⑩ 30 素敵アート館 55 広報はちのへ		00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送) 30 はじめてのスマホ講座 ~iOS編 パート3		00 子育てTV ハビクラ #248・#249		00 八戸工大ライブラリ 30 川島隆太教授のテレビ いざいざ脳体操 #137#138 40 テレビ伝言板 55 広報はちのへ		00 第16回山形国際ムービー フェスティバル2020④ ▽ZACO		00 子育てTV ハビクラ #248・#249			
19	00 テレビ伝言板 15 健康体操 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース		00 ダンバラ!! DANCE PARADISE 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース		00 ベット大集合! わんにゃんばーく! 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース		00 HTVインフォメーション 15 東海大 ミネスタウエーブ 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース		00 元気な仲間 (ミセスV6制作) 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース		00 テレビ伝言板 30 元気な仲間 ▽ミセスV6の思い出 の作品		00 八戸えんぶりアーカイブス ▽春告祭 八戸えんぶり		00 ハッピー・ようちえん⑦ 15 健康体操 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース			
20	00 ミュージック・ジャパンTV		00 ミュージック・ジャパンTV		00 釣りうえ〜ぶ 85 (制作:釣りビジョン)		00 ミュージック・ジャパンTV		00 釣りうえ〜ぶ 85 (制作:釣りビジョン)		00 MUSIC PARTY (制作:TOKAIケーブルネットワーク)		00 八戸えんぶりアーカイブス ▽幻想 お庭えんぶり		00 ミュージック・ジャパンTV			
21	00 子育てTV ハビクラ #246・#247		00 はちのへ CAMPUS Link ~八戸工大ライブラリ 30 テレビ伝言板 45 HTVインフォメーション		00 けーぶるにっぽん 彩・JAPAN⑩ 30 素敵アート館 55 広報はちのへ		00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送) 30 はじめてのスマホ講座 ~iOS編 パート4		00 子育てTV ハビクラ #248・#249		00 町山啓浩のVIDEO SHOP UFO 30 スマイル・キッズ! ハッピー・ようちえん⑦ 45 おうち情報 ~住まいるナビ⑤		00 第16回山形国際ムービー フェスティバル2020⑤ ▽withコロナ/ショット フィルム部門 8作品		00 子育てTV ハビクラ #248・#249			
22	00 テレビ伝言板 15 健康体操 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース		00 ダンバラ!! DANCE PARADISE 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース		00 ベット大集合! わんにゃんばーく! 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース		00 HTVインフォメーション 15 東海大 ミネスタウエーブ 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース		00 元気な仲間 (ミセスV6制作) 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース		00 八戸工大ライブラリ 30 川島隆太教授のテレビ いざいざ脳体操 #137#138 40 テレビ伝言板 55 広報はちのへ		00 MUSIC PARTY (制作:TOKAIケーブルネットワーク)		00 ハッピー・ようちえん⑦ 15 健康体操 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース			
23	00 QVC (6時まで)		00 QVC (6時まで)		00 QVC (6時まで)		00 QVC (6時まで)		00 QVC (6時まで)		23:00 アイスホッケー-NOW 23:30 テレビ伝言板 24:00 QVC(6時まで)		23:00 アイスホッケー-NOW 23:30 テレビ伝言板 24:00 QVC(6時まで)		00 QVC (6時まで)			

本田整形外科クリニック

整形外科 リウマチ科 リハビリテーション科

月・火・木・金 8:30~12:00 14:00~19:00
水 8:30~12:00
土 8:30~12:00 13:30~15:00

〒031-0802 青森県八戸市小中野2丁目9-4
TEL(0178)44-8737 FAX(0178)44-8530
URL <http://www.orth.or.jp/>



ALEC 募集学科

ITエンジニア科	2年制	定員15名
事務ビジネス科	2年制	定員15名
医療事務・ドクターズクラーク科	2年制	定員30名
公務員科	2年制	定員40名
建築科	2年制	定員20名

専門学校 アレック情報ビジネス学院

〒031-0041 八戸市廿三日町 11 <http://www.alec.ac.jp/>
TEL. 0178-24-6611 アレック情報 検索

市内の楽しい話題、ホットな情報は
コミュニティチャンネルにおまかせ!!

※番組内容を変更することがあります。あらかじめご了承ください。
※アミ文字のところは自主制作番組です。
このチャンネルに関するお問い合わせは24-1111まで。

9日	火	10日	水	11日	木	12日	金	13日	土	14日	日	15日	月	16日	火	
00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	6
00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	7
00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 テレビ伝言板 30 知の回廊	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板 30 わんにゃんばーく!	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	8
00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 出番ですよ~! 30 川島隆太教授のテレビ いさいき脳体操 #139#140 40 テレビ伝言板 55 広報はちのへ	00 出番ですよ~! 30 川島隆太教授のテレビ いさいき脳体操 #139#140 40 テレビ伝言板 55 広報はちのへ	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE 30 東海大 ミネスタウエーブ 45 テレビ伝言板	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	9
00 ミュージック・ジャパンTV	00 釣りうえ〜ぶ 86 (制作:釣りビジョン)	00 ミュージック・ジャパンTV	00 釣りうえ〜ぶ 86 (制作:釣りビジョン)	00 ミュージック・ジャパンTV	00 釣りうえ〜ぶ 86 (制作:釣りビジョン)	00 釣りうえ〜ぶ 86 (制作:釣りビジョン)	00 釣りうえ〜ぶ 86 (制作:釣りビジョン)	00 町山啓浩のVIDEO SHOP UFO 30 スマイル・キッズ! 30 スマイル・キッズ! ハッピー・ようちえん⑦ 45 おうち情報 ~住まいるナビ⑤	00 町山啓浩のVIDEO SHOP UFO 30 スマイル・キッズ! 30 スマイル・キッズ! ハッピー・ようちえん⑦ 45 おうち情報 ~住まいるナビ⑤	00 アイスホッケー NOW 30 テレビ伝言板	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	10
00 けーぶるにっぽん 彩・JAPAN⑩	00 ペット大集合! わんにゃんばーく!	00 出番ですよ~!	00 出番ですよ~!	00 出番ですよ~!	00 出番ですよ~!	00 出番ですよ~!	00 出番ですよ~!	00 アイスホッケー NOW	00 アイスホッケー NOW	00 第16回山形国際ムービー フェスティバル2020② ▽ハチワン結婚相談所 ▽豊ならぬ恋の目論見	00 スマイル・キッズ! ハッピー・ようちえん⑦ 15 健康体操 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE	00 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	00 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	11
30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	30 テレビ伝言板	30 テレビ伝言板	00 八戸えんぶりアーカイブス ▽春告祭 八戸えんぶり	00 子育てTV ハビクラ	00 子育てTV ハビクラ	00 子育てTV ハビクラ	00 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	00 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	12
00 素敵アート館	00 けーぶるにっぽん 彩・JAPAN⑩	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 子育てTV ハビクラ #248・#249	00 子育てTV ハビクラ #248・#249	00 八戸えんぶりアーカイブス ▽春告祭 八戸えんぶり	00 第16回山形国際ムービー フェスティバル2020③ ▽パレット ▽Vtuber者	00 子育てTV ハビクラ	00 子育てTV ハビクラ	00 はちのへCAMPUS Link ~八戸工大ライブラリ 30 テレビ伝言板 45 HTVインフォメーション	00 はちのへCAMPUS Link ~八戸工大ライブラリ 30 テレビ伝言板 45 HTVインフォメーション	13
15 HTVインフォメーション 30 テレビ伝言板	30 素敵アート館	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート1)	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート1)	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート1)	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート1)	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート1)	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート1)	30 子育てTV ハビクラ #248・#249	30 子育てTV ハビクラ #248・#249	00 第16回山形国際ムービー フェスティバル2020④ ▽wivthコロナ/ショート フィルム部門 8作品	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	14
00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE 30 東海大 ミネスタウエーブ 45 テレビ伝言板	00 子育てTV ハビクラ	00 子育てTV ハビクラ	00 はちのへCAMPUS Link ~八戸工大ライブラリ 30 テレビ伝言板 45 HTVインフォメーション	00 はちのへCAMPUS Link ~八戸工大ライブラリ 30 テレビ伝言板 45 HTVインフォメーション	15	
00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 町山啓浩のVIDEO SHOP UFO 30 スマイル・キッズ! 30 スマイル・キッズ! ハッピー・ようちえん⑦ 45 おうち情報 ~住まいるナビ⑤	00 町山啓浩のVIDEO SHOP UFO 30 スマイル・キッズ! 30 スマイル・キッズ! ハッピー・ようちえん⑦ 45 おうち情報 ~住まいるナビ⑤	00 釣りうえ〜ぶ 86 (制作:釣りビジョン)	00 ハッピー・ようちえん⑦ 15 健康体操~今日も 元気にイ・チ・ニ・サ!~ 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE	00 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	00 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	16
00 素敵アート館	00 けーぶるにっぽん 彩・JAPAN⑩	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 子育てTV ハビクラ #248・#249	00 子育てTV ハビクラ #248・#249	00 第16回山形国際ムービー フェスティバル2020⑤ ▽ワット・ア・テイ ▽Z A C O	00 子育てTV ハビクラ	00 子育てTV ハビクラ	00 はちのへCAMPUS Link ~八戸工大ライブラリ 30 テレビ伝言板 45 HTVインフォメーション	00 はちのへCAMPUS Link ~八戸工大ライブラリ 30 テレビ伝言板 45 HTVインフォメーション	17	
15 HTVインフォメーション 30 テレビ伝言板	30 素敵アート館	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート2)	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート2)	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート2)	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート2)	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート2)	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート2)	30 子育てTV ハビクラ #248・#249	30 子育てTV ハビクラ #248・#249	00 八戸えんぶりアーカイブス ▽春告祭 八戸えんぶり	00 アイスホッケー NOW 30 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	18	
00 けーぶるにっぽん 彩・JAPAN⑩	00 ペット大集合! わんにゃんばーく!	00 出番ですよ~!	00 出番ですよ~!	00 出番ですよ~!	00 出番ですよ~!	00 出番ですよ~!	00 出番ですよ~!	00 知の回廊	00 知の回廊	00 第16回山形国際ムービー フェスティバル2020⑥ ▽ワン・ア・テイ ▽Z A C O	00 釣りうえ〜ぶ 86 (制作:釣りビジョン)	00 ハッピー・ようちえん⑦ 15 健康体操 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE	00 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	19
30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 3.11東日本大震災 特別番組 ~震災から10年 被災ケル テレビ局が伝える~ 今、奏でるメッセージ	00 アイスホッケー NOW 30 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	20	
00 ミュージック・ジャパンTV	00 釣りうえ〜ぶ 86 (制作:釣りビジョン)	00 ミュージック・ジャパンTV	00 釣りうえ〜ぶ 86 (制作:釣りビジョン)	00 ミュージック・ジャパンTV	00 釣りうえ〜ぶ 86 (制作:釣りビジョン)	00 釣りうえ〜ぶ 86 (制作:釣りビジョン)	00 釣りうえ〜ぶ 86 (制作:釣りビジョン)	00 八戸えんぶりアーカイブス ▽幻想 お庭えんぶり	00 八戸えんぶりアーカイブス ▽幻想 お庭えんぶり	00 第16回山形国際ムービー フェスティバル2020⑦ ▽愛をむけるよ ▽まよなかのいぬごやレズ ▽One Cut in the Life[序章]	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	21
00 素敵アート館	00 けーぶるにっぽん 彩・JAPAN⑩	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成22年3月放送)	00 子育てTV ハビクラ #248・#249	00 子育てTV ハビクラ #248・#249	00 八戸えんぶりアーカイブス ▽春告祭 八戸えんぶり	00 子育てTV ハビクラ	00 子育てTV ハビクラ	00 はちのへCAMPUS Link ~八戸工大ライブラリ 30 テレビ伝言板 45 HTVインフォメーション	00 はちのへCAMPUS Link ~八戸工大ライブラリ 30 テレビ伝言板 45 HTVインフォメーション	22	
15 HTVインフォメーション 30 テレビ伝言板	30 素敵アート館	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート4)	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート4)	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート4)	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート4)	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート4)	30 はじめてのスマホ講座 ~Android編(パート4)	30 子育てTV ハビクラ #248・#249	30 子育てTV ハビクラ #248・#249	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE 30 東海大 ミネスタウエーブ 45 テレビ伝言板	00 ハッピー・ようちえん⑦ 15 健康体操 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE	00 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	23
00 けーぶるにっぽん 彩・JAPAN⑩	00 ペット大集合! わんにゃんばーく!	00 出番ですよ~!	00 出番ですよ~!	00 出番ですよ~!	00 出番ですよ~!	00 出番ですよ~!	00 出番ですよ~!	00 知の回廊	00 知の回廊	00 出番ですよ~! 30 川島隆太教授のテレビ いさいき脳体操 #139#140 40 テレビ伝言板 55 広報はちのへ	00 QVC (6時まで)	00 QVC (6時まで)	00 QVC (6時まで)	00 QVC (6時まで)	00 QVC (6時まで)	23
30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	23:00 アイスホッケー-NOW 23:30 テレビ伝言板 24:00 QVC(6時まで)	23:00 アイスホッケー-NOW 23:30 テレビ伝言板 24:00 QVC(6時まで)	23:00 アイスホッケー-NOW 23:30 テレビ伝言板 24:00 QVC(6時まで)	23:00 アイスホッケー-NOW 23:30 テレビ伝言板 24:00 QVC(6時まで)	23:00 アイスホッケー-NOW 23:30 テレビ伝言板 24:00 QVC(6時まで)	23:00 アイスホッケー-NOW 23:30 テレビ伝言板 24:00 QVC(6時まで)	23

コミュニティラジオ局 **ビーエフエム**



76.5MHz

Simul BeFMがインターネット(パソコン、スマートフォン)で聴ける!
Radio 聴き方や操作方法など詳しくはBeFMの番組表またはホームページで。

ハチのラジオはFMの
76.5MHz!

メール、FAX、ハガキにて
リクエストお待ちしております♪
ホームページからも送れます!



※BeFMでは、災害時には番組編成や内容を変更して市民生活に必要な情報を放送します。

〒031-0086 八戸市八日町8 八戸液化ガスビル1F

BeFM

検索

TEL 0178-72-3939

FAX 0178-72-3738

MAIL 765@befm.co.jp

	17日 水	18日 木	19日 金	20日 土	21日 日	22日 月	23日 火	24日 水
6	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ
7	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板
8	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 テレビ伝言板 30 元気な仲間	00 テレビ伝言板	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル
9	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 八戸工大ライブラリ 30 川島隆太教授のテレビ いきいき脳体操 #141#142 40 テレビ伝言板 55 広報はちのへ	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル
10	00 釣りうえ〜ぶ 87 (制作:釣りビジョン)	00 ミュージック・ジャパンTV	00 釣りうえ〜ぶ 87 (制作:釣りビジョン)	00 前山智浩のVIDEO SHOP UFO 30 スマイル・キッズ! ハッピーようちえん® 45 おうち情報 〜住まいるナビ⑤	00 アイスホッケー NOW 30 テレビ伝言板	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 釣りうえ〜ぶ 88 (制作:釣りビジョン)
11	00 ベット大集合! わんにゃんぱーく! 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	00 HTVインフォメーション 15 東海大 ミネスタウェーブ 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	00 元気な仲間 ▽ミセスV6の思い出 の作品 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	00 アイスホッケー NOW 30 テレビ伝言板	00 アジアリーグアイス ホッケー ジャパンカップ2020 ▽東北フリーブレイズ VS ひがし北海道クレインズ ~FLAT HACHINOHE (試合:3月14日) ※試合が延期、中止の際は 試合内容が変更になります	00 スマイル・キッズ! ハッピーようちえん® 15 健康体操 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	00 ケーぶるにっぽん 彩・JAPAN①	00 ベット大集合! わんにゃんぱーく! 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板
12	00 ケーぶるにっぽん 彩・JAPAN① 30 素敵アート館 55 広報はちのへ	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成23年3月放送) 30 はじめてのスマホ講座 ~iOS編 パート1	00 子育てTV ハビクラ # 250・# 251	00 八戸工大ライブラリ 30 川島隆太教授のテレビ いきいき脳体操 #141#142 40 テレビ伝言板 55 広報はちのへ	00 アジアリーグアイス ホッケー ジャパンカップ2020 ▽東北フリーブレイズ VS ひがし北海道クレインズ ~FLAT HACHINOHE (試合:3月13日)	00 子育てTV ハビクラ # 250・# 251	00 素敵アート館 15 HTVインフォメーション 30 テレビ伝言板	00 ケーぶるにっぽん 彩・JAPAN① 30 素敵アート館 55 広報はちのへ
13	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 アジアリーグアイス ホッケー ジャパンカップ2020 ▽東北フリーブレイズ VS ひがし北海道クレインズ ~FLAT HACHINOHE (試合:3月13日)	00 アイスホッケー NOW 30 テレビ伝言板	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル
14	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 アジアリーグアイス ホッケー ジャパンカップ2020 ▽東北フリーブレイズ VS ひがし北海道クレインズ ~FLAT HACHINOHE (試合:3月13日)	00 MUSIC PARTY (制作:TOKAケーブルネットワーク)	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV
15	00 ケーぶるにっぽん 彩・JAPAN① 30 素敵アート館 55 広報はちのへ	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成23年3月放送) 30 はじめてのスマホ講座 ~iOS編 パート2	00 子育てTV ハビクラ # 250・# 251	00 アジアリーグアイス ホッケー ジャパンカップ2020 ▽東北フリーブレイズ VS ひがし北海道クレインズ ~FLAT HACHINOHE (試合:3月13日)	00 八戸えんぶりアーカイブス ▽幻想 お庭えんぶり	00 子育てTV ハビクラ # 250・# 251	00 素敵アート館 15 HTVインフォメーション 30 テレビ伝言板	00 ケーぶるにっぽん 彩・JAPAN① 30 素敵アート館 55 広報はちのへ
16	00 ベット大集合! わんにゃんぱーく! 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	00 HTVインフォメーション 15 東海大 ミネスタウェーブ 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	00 元気な仲間 ▽ミセスV6の思い出 の作品 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	00 前山智浩のVIDEO SHOP UFO 30 スマイル・キッズ! ハッピーようちえん® 45 おうち情報 〜住まいるナビ⑤	00 釣りうえ〜ぶ 87 (制作:釣りビジョン)	00 ハッピーようちえん® 15 健康体操~今日も 元気イッチニサン!~ 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	00 ケーぶるにっぽん 彩・JAPAN①	00 ベット大集合! わんにゃんぱーく! 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板
17	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 アイスホッケー NOW 30 テレビ伝言板	00 アイスホッケー NOW 30 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 ミュージック・ジャパンTV	00 テレビ伝言板
18	00 ケーぶるにっぽん 彩・JAPAN① 30 素敵アート館 55 広報はちのへ	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成23年3月放送) 30 はじめてのスマホ講座 ~iOS編 パート3	00 子育てTV ハビクラ # 250・# 251	00 八戸工大ライブラリ 30 川島隆太教授のテレビ いきいき脳体操 #141#142 40 テレビ伝言板 55 広報はちのへ	00 アジアリーグアイス ホッケー ジャパンカップ2020 ▽東北フリーブレイズ VS ひがし北海道クレインズ ~FLAT HACHINOHE (試合:3月14日) ※試合が延期、中止の際は 試合内容が変更になります	00 子育てTV ハビクラ # 250・# 251	00 素敵アート館 15 HTVインフォメーション 30 テレビ伝言板	00 ケーぶるにっぽん 彩・JAPAN① 30 素敵アート館 55 広報はちのへ
19	00 ベット大集合! わんにゃんぱーく! 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 HTVインフォメーション 15 東海大 ミネスタウェーブ 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 元気な仲間 (ミセスV6制作) 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 アジアリーグアイス ホッケー ジャパンカップ2020 ▽東北フリーブレイズ VS ひがし北海道クレインズ ~FLAT HACHINOHE (試合:3月13日)	00 ハッピーようちえん® 15 健康体操 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 ケーぶるにっぽん 彩・JAPAN① 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 ベット大集合! わんにゃんぱーく! 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	
20	00 釣りうえ〜ぶ 87 (制作:釣りビジョン)	00 ミュージック・ジャパンTV	00 釣りうえ〜ぶ 87 (制作:釣りビジョン)	00 アジアリーグアイス ホッケー ジャパンカップ2020 ▽東北フリーブレイズ VS ひがし北海道クレインズ ~FLAT HACHINOHE (試合:3月13日)	00 八戸えんぶりアーカイブス ▽春告祭 八戸えんぶり	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 釣りうえ〜ぶ 88 (制作:釣りビジョン)
21	00 ケーぶるにっぽん 彩・JAPAN① 30 素敵アート館 55 広報はちのへ	00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成23年3月放送) 30 はじめてのスマホ講座 ~iOS編 パート4	00 子育てTV ハビクラ # 250・# 251	00 八戸工大ライブラリ 30 川島隆太教授のテレビ いきいき脳体操 #141#142 40 テレビ伝言板 55 広報はちのへ	00 アジアリーグアイス ホッケー ジャパンカップ2020 ▽東北フリーブレイズ VS ひがし北海道クレインズ ~FLAT HACHINOHE (試合:3月13日)	00 子育てTV ハビクラ # 250・# 251	00 素敵アート館 15 HTVインフォメーション 30 テレビ伝言板	00 ケーぶるにっぽん 彩・JAPAN① 30 素敵アート館 55 広報はちのへ
22	00 ベット大集合! わんにゃんぱーく! 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 HTVインフォメーション 15 東海大 ミネスタウェーブ 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 元気な仲間 (ミセスV6制作) 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 八戸工大ライブラリ 30 川島隆太教授のテレビ いきいき脳体操 #141#142 40 テレビ伝言板 55 広報はちのへ	00 MUSIC PARTY (制作:TOKAケーブルネットワーク)	00 ハッピーようちえん® 15 健康体操 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 ケーぶるにっぽん 彩・JAPAN① 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	
23	00 QVC (6時まで)	00 QVC (6時まで)	00 QVC (6時まで)	23:00 アイスホッケーNOW 23:30 テレビ伝言板 24:00 QVC(6時まで)	23:00 アイスホッケーNOW 23:30 テレビ伝言板 24:00 QVC(6時まで)	00 QVC (6時まで)	00 QVC (6時まで)	00 QVC (6時まで)

石油・ガス給湯器交換工事承ります

- ・エコジョーズ・エコフィールタイプもございます。(高効率型)
- ・修理も承ります。
- ・お見積り無料。



(株)吉田石油 TEL28-3100
http://www.ys-energy.jp



市内の楽しい話題、ホットな情報は
コミュニティチャンネルにおまかせ!!

※番組内容を変更することがあります。あらかじめご了承ください。
※アミ文字のところは自主制作番組です。
このチャンネルに関するお問い合わせは24-1111まで。

25日 木	26日 金	27日 土	28日 日	29日 月	30日 火	31日 水	
00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	00 おはようカメラ	6
00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	7
00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 テレビ伝言板 30 知の回廊	00 テレビ伝言板 30 わんにゃんぱーく!	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	8
00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 出番ですよ~! 30 川島隆大教授のテレビ いきいき脳体操 #143#144 40 テレビ伝言板 55 広報はちのへ	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE 30 東海大 ミネスタウェーブ 45 テレビ伝言板	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	9
00 ミュージック・ジャパンTV	00 釣りうえ〜ぶ 88 (制作:釣りビジョン)	00 町山智浩のVIDEO SHOP UFO 30 スマイル・キッズ! ハッピー・ようちえん® 45 おうち情報 ~住まいるナビ⑤	00 アイスホッケー NOW 30 テレビ伝言板	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 釣りうえ〜ぶ 89 (制作:釣りビジョン)	10
00 出番ですよ~!	00 知の回廊	00 アイスホッケー NOW	00 第16回山形国際ムービー フェスティバル2020③ ▽Vtuber者	00 スマイル・キッズ! ハッピー・ようちえん® 15 健康体操 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE	00 ベット大集合! わんにゃんぱーく!	11
30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	30 テレビ伝言板	00 八戸えんぶりアーカイブス ▽春告祭 八戸えんぶり	00 子育てTV ハビクラ #250・#251	30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	12
00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成23年3月放送) 30 はじめてのスマホ講座 ~Android編 パート1	00 子育てTV ハビクラ #250・#251	00 出番ですよ~! 30 川島隆大教授のテレビ いきいき脳体操 #143#144 40 テレビ伝言板 55 広報はちのへ	00 八戸えんぶりアーカイブス ▽春告祭 八戸えんぶり	00 子育てTV ハビクラ #250・#251	00 はちのへ CAMPUS Link ~八戸工大ライブライ 30 テレビ伝言板 45 HTVインフォメーション	00 けーぶるにつぼん 彩・JAPAN① 30 素敵アート館	13
00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 第16回山形国際ムービー フェスティバル2020⑤ ▽withコロナ/ショート フィルム部門 8作品	00 第16回山形国際ムービー フェスティバル2020④ ▽ワット・ア・デイ ▽Z A C O	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	14
00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 3.11東日本大震災 特別番組 ~震災から10年 被災ケケル テレビ局が伝える~ 今、奏でるメッセージ	00 京都よろづ観光帖⑧ (制作:旅チャンネル) 30 ベット大集合! わんにゃんぱーく!	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	15
00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成23年3月放送) 30 はじめてのスマホ講座 ~Android編 パート2	00 子育てTV ハビクラ #250・#251	00 テレビ伝言板 30 知の回廊	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE 30 東海大 ミネスタウェーブ 45 テレビ伝言板	00 子育てTV ハビクラ #250・#251	00 はちのへ CAMPUS Link ~八戸工大ライブライ 30 テレビ伝言板 45 HTVインフォメーション	00 けーぶるにつぼん 彩・JAPAN① 30 素敵アート館	16
00 出番ですよ~!	00 知の回廊	00 町山智浩のVIDEO SHOP UFO 30 スマイル・キッズ! ハッピー・ようちえん® 45 おうち情報 ~住まいるナビ⑤	00 釣りうえ〜ぶ 88 (制作:釣りビジョン)	00 ハッピー・ようちえん® 15 健康体操~今日も 元気にイチニ・サン!~ 30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE	00 ベット大集合! わんにゃんぱーく!	17
30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	30 はちのへ散歩道 40 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 アイスホッケー NOW 30 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	00 テレビ伝言板	18
00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成23年3月放送) 30 はじめてのスマホ講座 ~Android編 パート3	00 子育てTV ハビクラ #250・#251	00 出番ですよ~! 30 川島隆大教授のテレビ いきいき脳体操 #143#144 40 テレビ伝言板 55 広報はちのへ	00 第16回山形国際ムービー フェスティバル2020① ▽妻をたのむよ ▽まよなかのいぬごやれ ▽One Cut in the Life[序章]	00 子育てTV ハビクラ #250・#251	00 はちのへ CAMPUS Link ~八戸工大ライブライ 30 テレビ伝言板 45 HTVインフォメーション	00 けーぶるにつぼん 彩・JAPAN① 30 素敵アート館	19
00 出番ですよ~!	00 知の回廊	00 八戸えんぶりアーカイブス ▽幻想 お庭えんぶり	00 八戸えんぶりアーカイブス ▽春告祭 八戸えんぶり	00 ハッピー・ようちえん® 15 健康体操 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE	00 ベット大集合! わんにゃんぱーく!	20
30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 3.11東日本大震災 特別番組 ~震災から10年 被災ケケル テレビ局が伝える~ 今、奏でるメッセージ	00 第16回山形国際ムービー フェスティバル2020② ▽ハチワラ結婚相談所 ▽儘ならぬ恋の目論見	00 ミュージック・ジャパンTV	00 ミュージック・ジャパンTV	00 釣りうえ〜ぶ 89 (制作:釣りビジョン)	21
00 ミュージック・ジャパンTV	00 釣りうえ〜ぶ 88 (制作:釣りビジョン)	00 町山智浩のVIDEO SHOP UFO 30 スマイル・キッズ! ハッピー・ようちえん® 45 おうち情報 ~住まいるナビ⑤	00 京都よろづ観光帖⑧ (制作:旅チャンネル) 30 ベット大集合! わんにゃんぱーく!	00 子育てTV ハビクラ #250・#251	00 はちのへ CAMPUS Link ~八戸工大ライブライ 30 テレビ伝言板 45 HTVインフォメーション	00 けーぶるにつぼん 彩・JAPAN① 30 素敵アート館	22
00 HTVアーカイブス 雅ちゃんのふるさとの味 (平成23年3月放送) 30 はじめてのスマホ講座 ~Android編 パート4	00 子育てTV ハビクラ #250・#251	00 出番ですよ~! 30 川島隆大教授のテレビ いきいき脳体操 #143#144 40 テレビ伝言板 55 広報はちのへ	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE 30 東海大 ミネスタウェーブ 45 テレビ伝言板	00 ハッピー・ようちえん® 15 健康体操 30 はちのへ散歩道 40 HTVニュース	00 ダンバラ!! DANCE PARADISE	00 ベット大集合! わんにゃんぱーく!	23
00 出番ですよ~!	00 知の回廊	00 町山智浩のVIDEO SHOP UFO 30 スマイル・キッズ! ハッピー・ようちえん® 45 おうち情報 ~住まいるナビ⑤	00 23:00 アイスホッケー-NOW 23:30 テレビ伝言板 24:00 QVC(6時まで)	00 QVC (6時まで)	00 QVC (6時まで)	00 QVC (6時まで)	

3月の特番

☆八戸えんぶりの過去の番組・懐かしい映像をお届けします。

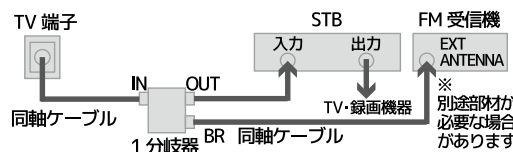
○春告祭 八戸えんぶり
放送日 7日(日)・13日(土)・14日(日)・21日(日)・28日(日)
○幻想 お庭えんぶり
放送日 7日(日)・13日(土)・21日(日)・27日(土)



STBでFM放送を聞く方法

ケーブルテレビではFM放送を受信できます

- FM放送周波数 ●76.5MHz BeFM ●77.1MHz RAB 八戸 FM
●77.7MHz IBC FM ●78.4MHz FM青森 ●79.0MHz FM岩手
●80.2MHz DIGITAL J-WAVE ●81.8MHz NHK-FM



なお 放送大学 (79.6MHz) は、ラジオ以外にも
① STBでBS 531chに合わせる
※TV画面は静止画で音声のみ流れます。録画はできません。
② URL: <http://radiko.jp/>へアクセスすると聞くことができます。