

	月～日	
6	00 ★ 市民カレンダー 30 ● 自宅で元気！いきいき介護予防「腰痛編」 50 文字放送	
7	00 ★ ひこいち情報局プラス vol.214 20 ● 体操Time ～ソウシーリンモン＆涙そうそう～ 30 ★ 図書館だより 40 ● どこそこ気になる隊 フィットネスクラブ アシスト24熊本八代店 50 文字放送	
8	00 ★ ミュージアム探訪 20 ★ オンゴト探検フェア	
9	00 ★ 下岳秋祭り	
	55 文字放送	
10	00 ● やつしろ元気体操 2023-2024版 50 文字放送	
11	00 ★ ドラマワー 『花様年華～君といた季節～』 ※日替わり 月:第18話 火:第19話 水:第20話 木:第21話 金:第22話 土:第23話 日:第24話	
12	00 ひこいち情報局プラス vol.214 20 体操Time ～ソウシーリンモン＆涙そうそう～ 30 図書館だより 40 どこそこ気になる隊 フィットネスクラブ アシスト24熊本八代店 50 文字放送	
13	00 第49回 東陽しょうが祭	
14	00 市民カレンダー 30 自宅で元気！いきいき介護予防「腰痛編」 50 文字放送	

※ ★ 切替わり初回放送  
 ※ ● 切替わり再放送  
 ※ 色は週替わり初回放送

	月～日	
15	00 やつしろ元気体操 2023-2024版 50 文字放送	
16	00 ミュージアム探訪 20 オンゴト探検フェア	
17	00 ひこいち情報局プラス vol.214 20 体操Time ～ソウシーリンモン＆涙そうそう～ 30 図書館だより 40 どこそこ気になる隊 フィットネスクラブ アシスト24熊本八代店 50 文字放送	
18	00 ★ 爆旅道中記#074!【阿蘇】旅館主催イベント『かわうLove』をPRしまくる旅 未公開シーンSP」JB030 30 ● SPACE SHOWER TV MUSIC VIDEO SELECTION (11月)	
19	00 第49回 東陽しょうが祭	
20	00 ★ 下岳秋祭り	
21	00 ドラマワー 『花様年華～君といた季節～』 ※日替わり 月:第18話 火:第19話 水:第20話 木:第21話 金:第22話 土:第23話 日:第24話	
22	00 ひこいち情報局プラス vol.214 20 体操Time ～ソウシーリンモン＆涙そうそう～ 30 図書館だより 40 どこそこ気になる隊 フィットネスクラブ アシスト24熊本八代店 50 文字放送	
23		
5	00	QVCジャパン(23:00～6:00)