

地上11ch【チャンネルINC】 2026年7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	長野市はつらつ体操						
	30	INC寄席「落語の時間」						
6	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～					ながのLIVEカメラ	
	30						ぐるっとふるさと信越	
	55						まるごと信州情報ネット	
7	00						しんまち・中条情報局	
	30						戸隠・鬼無里情報局	
	45							
8	00	ながのお役立ち情報タイム						
	15							
	30	まるごと信州 情報ネット	すぽっと！（前日再放送）			路地裏の景色		
	45					ながのLIVEカメラ		
						長野きらめきチャンネル		
55								
9	00	しんまち・中条情報局					【INCオリジナル】 ☆＜生放送＞第108回夏の高校野球長野大会 開会式・開幕試合（4日）※10:30～ ☆＜生＞夏の高校野球長野大会 1・2回戦（5日） ☆＜生放送＞夏の高校野球長野大会 3回戦 （11・12日） ☆夏の高校野球長野大会 準々決勝（予定） （18・19日） ☆壮観劇場（25・26日）※変更の場合あり	
	15	戸隠・鬼無里情報局						
	30	レッツゴー！ まちっぷちゃん	信州発！塚田けんぢの みんなのラーメン	おまつりニッポン	壮観劇場	信州発！塚田けんぢの みんなのラーメン		
10	00	壮観劇場	すぽっと！（前日再放送）					
	30	長野商工会議所だより	桐原冬夜の生録大自然の旅	それゆけ！学校調査隊	路地裏の景色	長野商工会議所だより	壮観劇場 ※休止の場合あり	
	45	長野きらめきチャンネル						
	50	ながのLIVEカメラ						
55								
11	00	信州発！塚田けんぢの みんなのラーメン	おまつりニッポン	壮観劇場	信州発！塚田けんぢの みんなのラーメン	壮観劇場	ながのLIVEカメラ	レッツゴー！ まちっぷちゃん
	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	それゆけ！学校調査隊	信州健康リポート	信州発！塚田けんぢの みんなのラーメン	おまつりニッポン
	15	Yell！（エール）～頑張るみんなを応援！～						
	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】					まるごと信州情報ネット	
	30	☆＜生放送＞第108回夏の高校野球長野大会 1・2回戦（6～8日）、予備日（9・10日） ☆＜生放送＞第108回夏の高校野球長野大会 4回戦（15日）、予備日（13・14・16日）、なし（17日） ☆＜録画＞第108回夏の高校野球長野大会 準決勝（22日）※長野市内校が勝ち上がれば生放送 予備日（20・23日）、なし（21・24日） ☆壮観劇場（27～31日）※変更の場合あり					壮観劇場	
14	00						おまつりニッポン	信州発！塚田けんぢの みんなのラーメン
	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	長野市はつらつ体操					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						

地上11ch【チャンネルINC】 2026年7月 基本番組表

TIME	月	火	水	木	金	土	日	
16	00	Yell!(エール)~頑張るみんなを応援!~					【INCオリジナル】 ☆<生放送>第108回夏の高校野球長野大会 開幕試合(4日)※変更の場合あり ☆<生>夏の高校野球長野大会 1・2回戦(5日) ☆<生放送>夏の高校野球長野大会 3回戦(11・12日) ☆夏の高校野球長野大会 準々決勝(予定)(18・19日) ☆壮観劇場(25・26日)※変更の場合あり	
	15	それゆけ!学校調査隊						
	30	桐原冬夜の生録大自然の旅						
	45	路地裏の景色						
17	00	すぽっと!(初回放送)						
	30	壮観劇場	レッツゴー! まちっぷちゃん	壮観劇場	おまつりニッポン	壮観劇場	壮観劇場 ※休止の場合あり	
18	00	信州発!塚田けんぢのみんなのラーメン					INC寄席「落語の時間」	
	30	それゆけ!学校調査隊						
	45	Yell!(エール)~頑張るみんなを応援!~						
19	00	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	信州発!塚田けんぢ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						
	20	ぐるっとふるさと信越						
	25	長野きらめきチャンネル						
	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	ながのLIVEカメラ					ながのLIVEカメラ	
	10	すぽっと!(再放送)					ぐるっとふるさと信越	
	15						それゆけ!学校調査隊	
	30	信州発!塚田けんぢのみんなのラーメン					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	ながのLIVEカメラ					【INCオリジナル】 ☆第108回夏の高校野球長野大会 開幕試合[再](4日) ☆夏の高校野球長野大会[再](5・11・12日) ☆<録画>夏の高校野球長野大会 準々決勝(18・19日) ☆<録画>夏の高校野球長野大会 決勝(25・26日)	
	10	長野きらめきチャンネル						
	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!~	路地裏の景色	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!~	信州健康レポート			
22	00	ながのお役立ち情報タイム						
	30	しんまち・中条情報局					壮観劇場 ※休止の場合あり	
	45	戸隠・鬼無里情報局						
23	00	すぽっと!(再放送)					おまつりニッポン	
	30	信州発!塚田けんぢのみんなのラーメン	壮観劇場	信州発!塚田けんぢのみんなのラーメン	レッツゴー! まちっぷちゃん	信州発!塚田けんぢのみんなのラーメン	信州発!塚田けんぢのみんなのラーメン	
深0~5	00	QVC						

※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。

◆7月の特別番組

「第108回夏の高校野球長野大会」放送:4日(土)~

各会場の1回戦~4回戦の中から長野市内校の試合を中心にピックアップして生中継!地上11chでは当日20:00から録画放送します。

準々決勝以降は長野市内校の試合を生中継!また全試合を11chで当日20:00から録画放送します。【制作:(一社)長野県ケーブルテレビ協議会】

※天候等により変更・中止になる場合があります。