

**にしあいづニュースワイド** 企画番組(週替わり)  
月～金 午後6時30分ほか 午前11時ほか

時	月	火～金	土	日	時
5	00文字放送 30お天気				5
6	00みんなでラジオ体操				6
7	30週間 にしあいづ ニュースワイド	30にしあいづニュースワイド 00鎌田式「スクワット」と「かかと落とし」の流儀 30にしあいづニュースワイド		30週間 にしあいづ ニュースワイド	7
8	00鎌田式(月・日) 25みんなでラジオ体操(月～日) 30文字放送	30にしあいづニュースワイド		30週間 にしあいづ ニュースワイド	8
9	30お天気				9
10	00貯筋運動でさすけねえわ! 30文字放送				10
11	00企画番組 30鎌田式「スクワット」と「かかと落とし」の流儀				11
12	00週間 にしあいづ ニュースワイド	00文字放送 15にしあいづニュースワイド 45企画番組	00週間にしあいづニュースワイド		12
13	30文字放送	30お天気	00文字放送		13
14					14
15	00貯筋運動でさすけねえわ! 30文字放送				15
16	00情報カメラの映像(10分間) 30求人情報				16
17	00企画番組 30求人情報				17
18	00道路情報10分間 25みんなでラジオ体操 30にしあいづニュースワイド		20鎌田式 30週間にしあいづニュースワイド		18
19	00鎌田式「スクワット」と「かかと落とし」の流儀 30にしあいづニュースワイド				19
20	00企画番組 30にしあいづニュースワイド		00文字放送		20
21	00文字放送 30にしあいづニュースワイド		30週間にしあいづニュースワイド		21
22	00企画番組 30にしあいづニュースワイド				22
23	00文字放送 30お天気				23
24	00ショッピングチャンネル(朝5時まで)				24

雪国まつり(雪上花火・オープニングセレモニー)を生中継します!  
マイビデオをお待ちしています。  
コマーシャル(有料) 随時受付 宣伝広告などにご活用ください。