

1/4(一)	1/5(二)	1/6(三)	1/7(四)	1/8(五)	1/9(六)	1/10(日)
00:15 BS 新聞(普) 00:25 智慧之泉(普) 01:24 世界天氣(普) 01:25 漫步世界街道(普) 01:40 鶴瓶家族乾杯(普) 02:55 BS 新聞(普) 03:05 人生食譜(普) 03:50 聲動美術(普) 03:55 世界天氣(普) 04:00 大河劇 麒麟來了 39(普) 04:45 福島凝視 TV(普) 04:55 新冠病毒 迷你節目(普) 04:59 世界天氣(普) 05:00 晨間新聞(普) 07:00 晨間連續劇 小侍女 21(普) 07:15 晨間資訊快遞(普) 08:55 大家的體操(普) 09:00 新聞氣象(普) 09:05 連結明天 10 年特集(普) 09:48 福島時間(普) 09:42 花開(普) 10:00 新聞 菅首相記者會(普) 10:30 亞洲美實行(普) 10:35 新手今日料理(普) 10:40 新手今日料理(普) 10:45 新手今日料理(普) 10:50 新冠病毒 迷你節目(普) 10:56 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:20 美味原產地(普) 11:45 晨間連續劇 小侍女 21(普) 12:00 演藝圖鑑 特別對談(普) 13:00 發掘酷日本(普) 13:45 新聞資訊台 精華(普) 13:50 亞洲美食紀行(普) 13:55 名曲選(普) 14:00 BS 新聞(普) 14:10 大家的歌(普) 14:15 亞洲兒童劇展 「遠足」 「折鶴」(普) 14:50 午後攝影棚(普) 14:10 大家的歌(普) 14:50 亞洲兒童劇展 「遠足」 「折鶴」(普) 14:50 午後攝影棚(普) 15:25 熊本輕軌之旅(普) 15:40 大家的體操(普) 15:45 畢達哥拉斯 知識開關(普) 15:50 BS 新聞(普) 16:01 遊戲學日語(普) 16:11 遊戲學英語(普) 16:21 遊戲學英語(普) 16:36 與媽媽同樂(普) 17:00 涉 5 時新聞(普) 17:10 兒童探索(普) 17:25 天才電視兒童(普) 17:50 世界天氣(普) 17:55 浮世繪 江戶生活(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 家族史(普) 19:42 迷你節目(普) 19:45 每日育兒指南(普) 19:50 玩設計(普) 19:57 世界天氣(普) 20:00 八點看新聞(普) 21:00 逆轉人生(普) 21:45 故事紀錄(普) 22:15 一日新聞回顧(普) 22:30 國際報導(普) 23:10 世界天氣(普) 23:15 日本雜煮之旅(普)	00:00 京都異界之旅(普) 01:00 BS 新聞(普) 01:10 今日健康(普) 01:25 今日料理(普) 01:50 新手今日料理(普) 01:55 生活小雜誌(普) 02:00 一日新聞回顧(普) 02:15 時論公論(普) 02:25 世界天氣(普) 02:30 日本百名山(普) 03:00 午後攝影棚(普) 03:35 電視體操(普) 03:45 玩設計(普) 03:50 震災那一天(普) 03:55 迷你節目(普) 04:00 與媽媽同樂(普) 04:24 兒童探索(普) 04:39 為什麼商會(普) 04:49 廚房戰隊(普) 04:59 世界天氣(普) 05:00 晨間新聞(普) 07:00 晨間連續劇 小侍女 22(普) 07:15 晨間資訊快遞(普) 08:55 大家的體操(普) 09:00 新聞氣象(普) 09:05 家族歷史(普) 10:17 演藝圖鑑(普) 10:48 觀點論點(普) 10:58 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:20 便當博覽會(普) 11:45 晨間連續劇 小侍女 22(普) 12:00 趣味悸動！(普) 12:25 今日料理(普) 12:50 待客基礎英語(普) 13:00 糖果屋(普) 13:25 J-MELO(普) 13:55 名曲選(普) 14:00 BS 新聞(普) 14:10 大家的歌(普) 14:15 亞洲兒童劇展 「光的大掃除」 「巴西捷徑」(普) 14:50 午後攝影棚(普) 15:25 漫步世界貓(普) 15:40 大家的體操(普) 15:45 畢達哥拉斯 知識開關(普) 15:50 BS 新聞(普) 16:01 遊戲學日語(普) 16:11 遊戲學英語(普) 16:21 遊戲學英語(普) 16:36 與媽媽同樂(普) 17:00 涉 5 時新聞(普) 17:10 兒童探索(普) 17:25 天才電視兒童(普) 17:59 世界天氣(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 七年一記(普) 19:45 每日育兒指南(普) 19:50 玩設計(普) 19:57 世界天氣(普) 20:00 八點看新聞(普) 21:00 今日焦點(普) 21:30 歷史秘話(普) 22:15 一日新聞回顧(普) 22:30 國際報導(普) 23:10 世界天氣(普) 23:15 又吉直樹 答案抵佳(普)	00:00 大家的歌(普) 00:05 糖果屋(普) 00:30 亞洲兒童劇展(普) 01:05 花開(普) 01:10 今日健康(普) 01:25 今日料理(普) 01:50 新手今日料理(普) 01:55 生活小雜誌(普) 02:00 一日新聞回顧(普) 02:15 時論公論(普) 02:25 世界天氣(普) 02:30 逸品一品(普) 03:00 午後攝影棚(普) 03:35 電視體操(普) 03:45 玩設計(普) 03:50 震災那一天(普) 03:55 迷你節目(普) 04:00 與媽媽同樂(普) 04:24 兒童探索(普) 04:39 為什麼商會(普) 04:49 廚房戰隊(普) 05:00 晨間新聞(普) 07:00 晨間連續劇 小侍女 23(普) 07:15 晨間資訊快遞(普) 08:55 大家的體操(普) 09:00 新聞氣象(普) 09:05 七年一記(普) 10:18 熊本輕軌之旅(普) 10:35 東北見知探(普) 10:40 遊戲學沖繩話(普) 10:48 觀點論點(普) 11:00 新聞(普) 11:20 漫步世界貓(普) 11:35 亞洲美食紀行(普) 11:45 晨間連續劇 小侍女 23(普) 12:00 趣味悸動！(普) 12:25 今日料理(普) 12:50 待客基礎英語(普) 13:00 電視學中文(普) 13:25 透視亞洲(普) 13:55 名曲選(普) 14:00 BS 新聞(普) 14:10 大家的歌(普) 14:15 生活小雜誌(普) 14:20 育兒指南(普) 14:50 午後攝影棚(普) 15:25 世界幸福 美食紀行(普) 15:35 身障奧運 動畫英雄(普) 15:40 大家的體操(普) 15:45 畢達哥拉斯 知識開關(普) 15:50 BS 新聞(普) 16:01 遊戲學日語(普) 16:11 遊戲學英語(普) 16:21 遊戲學英語(普) 16:36 與媽媽同樂(普) 17:00 涉 5 時新聞(普) 17:10 兒童探索(普) 17:25 天才電視兒童(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 健康生活好吃驚(普) 19:15 三明治 泡湯到你家(普) 19:42 迷你節目(普) 19:45 每日育兒指南(普) 19:50 玩設計(普) 19:57 世界天氣(普) 20:00 八點看新聞(普) 21:00 今日焦點(普) 21:30 全球旅行買家(普) 22:15 一日新聞回顧(普) 22:30 國際報導(普) 23:10 世界天氣(普) 23:15 又吉直樹 答案抵佳(普)	00:00 10K 跑步之旅(普) 00:30 訪談挖挖挖(普) 01:00 BS 新聞(普) 01:10 今日健康(普) 01:25 今日料理(普) 01:50 新手今日料理(普) 01:55 生活小雜誌(普) 02:00 一日新聞回顧(普) 02:15 時論公論(普) 02:25 世界天氣(普) 02:30 邁向常態化節目(普) 03:00 午後攝影棚(普) 03:35 電視體操(普) 03:45 震災那一天(普) 03:55 新冠病毒 迷你節目(普) 04:00 與媽媽同樂(普) 04:24 兒童探索(普) 04:39 為什麼商會(普) 04:49 廚房戰隊(普) 05:00 晨間新聞(普) 07:00 晨間連續劇 小侍女 24(普) 07:15 晨間資訊快遞(普) 08:55 大家的體操(普) 09:00 新聞氣象(普) 09:05 健康生活 好吃驚(普) 09:50 大家的肌肉體操(普) 10:00 新聞氣象(普) 10:10 福島時間(普) 10:15 花開(普) 10:20 身障奧運 動畫英雄(普) 10:25 超級重機 大圖鑑(普) 10:30 始發物語(普) 10:48 觀點論點(普) 11:00 新聞(普) 11:45 晨間連續劇 小侍女 24(普) 12:00 趣味悸動！(普) 12:25 今日料理(普) 12:50 待客基礎英語(普) 13:00 旅行學西語(普) 13:25 老外遊日本(普) 13:55 名曲選(普) 14:00 新聞(普) 14:50 大家的歌(普) 14:55 生活小雜誌(普) 15:00 新聞(普) 15:45 畢達哥拉斯 知識開關(普) 15:50 BS 新聞(普) 16:01 遊戲學日語(普) 16:21 遊戲學英語(普) 16:36 與媽媽同樂(普) 17:00 新聞(普) 17:30 兒童探索(普) 17:45 聲動美術(普) 17:50 身障奧運 動畫英雄(普) 17:55 迷你節目(普) 17:59 世界天氣(普) 18:00 六點新聞(普) 18:57 日本姓氏綜藝(普) 19:42 迷你節目(普) 19:45 每日育兒指南(普) 19:50 玩設計(普) 19:57 世界天氣(普) 20:00 八點看新聞(普) 21:00 今日焦點(普) 21:30 全球旅行買家(普) 22:15 一日新聞回顧(普) 22:30 國際報導(普) 23:10 世界天氣(普) 23:15 發掘酷日本！ 新春特集 Part1(普)	00:05 發掘酷日本！ 新春特集 Part2(普) 00:55 身障奧運 動畫英雄(普) 01:00 BS 新聞(普) 01:10 今日健康(普) 01:25 今日料理(普) 01:50 新手今日料理(普) 01:55 生活小雜誌(普) 02:00 一日新聞回顧(普) 02:15 時論公論(普) 02:25 世界天氣(普) 02:30 邁向常態化節目(普) 03:00 午後攝影棚(普) 03:35 電視體操(普) 03:45 震災那一天(普) 03:55 新冠病毒 迷你節目(普) 04:00 與媽媽同樂(普) 04:24 兒童探索(普) 04:39 為什麼商會(普) 04:49 廚房戰隊(普) 05:00 晨間新聞(普) 06:59 世界天氣(普) 07:00 晨間連續劇 小侍女第 5 週(普) 07:15 知子醬開罵(普) 08:00 深度新聞週刊(普) 08:30 自然百景(普) 09:40 新聞氣象(普) 09:45 日本傳統藝能(普) 10:45 花開(普) 10:50 新聞資訊台精華(普) 11:00 新聞(普) 11:15 生活笑百科(普) 11:40 浮世繪 江戶生活(普) 11:45 晨間連續劇 小侍女第 5 週(普) 12:00 新聞(普) 12:05 大河劇 麒麟來了 39(普) 12:50 京都異界之旅(普) 13:50 閑走塔摩利 x 鶴瓶家族乾杯 新春特集(普) 14:50 BS 新聞(普) 15:00 又吉直樹 答案抵佳(普) 15:45 亞洲兒童劇展 「花繩」(普) 16:00 魅力關西(普) 16:25 超級重機 大圖鑑(普) 16:30 與媽媽同樂(普) 16:54 大家的歌(普) 17:00 新聞(普) 17:05 畢達哥拉斯 知識開關(普) 17:20 錢天堂菓子屋(普) 17:30 相似找一找(普) 17:45 玩設計(普) 17:50 畢達哥拉斯 知識開關(普) 17:55 創意繪畫工房(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 閑走塔摩利(普) 19:15 有吉發大財(普) 19:45 新聞氣象(普) 20:00 NHK 特集(普) 20:59 世界天氣(普) 21:00 知子醬！ 單獨開罵(普) 21:10 浮世繪 江戶生活(普) 21:15 新聞資訊台精華(普) 21:20 有田 P 爆笑會客(普) 22:00 SONGS OF TOKYO(17)(普) 22:30 糖果屋(普) 22:54 大河劇預告(普) 23:00 新聞氣象(普) 23:05 SONGS OF TOKYO(17)(普) 23:35 少年俱樂部(普)	00:35 世界天氣(普) 00:38 迷你節目(普) 00:40 週末體育報導(普) 01:00 老外東京 電車美食(普) 01:28 迷你節目(普) 01:30 BS 新聞(普) 01:40 日本口語藝術(普) 02:10 日本傳統藝能(普) 03:05 漫步世界貓(普) 03:20 BS 新聞(普) 03:30 故事紀錄(普) 04:00 與媽媽同樂(普) 04:24 喵喵宇宙 放送局(普) 04:29 創意繪畫工房(普) 04:44 玩設計(普) 04:59 世界天氣(普) 05:00 新聞(普) 05:10 日擊！日本(普) 05:45 N 特集 2030(普) 05:50 電視體操(普) 06:00 晨間新聞(普) 06:45 自然百景(普) 06:59 世界天氣(普) 07:00 小旅行(普) 07:25 職場餐食(普) 07:52 身障奧運 動畫英雄(普) 07:57 氣象情報(普) 08:00 週日論政(普) 09:00 新聞氣象(普) 09:05 連結明天(普) 09:55 大家的歌(普) 10:00 少年俱樂部(普) 10:59 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:15 達爾文來了(普) 11:53 亞洲美食紀行(普) 11:58 迷你節目(普) 12:00 新聞(普) 12:05 新 BS 日本之歌 新春特集(普) 13:35 京都趣味園藝(普) 13:40 東北見知探(普) 13:45 遊戲學沖繩話(普) 13:50 BS 新聞(普) 14:00 相撲研究會 第 4 回・關脇篇(普) 15:00 大相撲(普) 17:00 新聞(普) 17:05 相似找一找(普) 17:15 為什麼商會 週日版(普) 17:25 小五小六 基礎英語(普) 17:35 E 舞蹈學院(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 達爾文來了(普) 19:00 大河劇 麒麟來了 40(普) 19:45 新聞氣象(普) 20:00 NHK 特集(普) 20:49 世界天氣(普) 20:50 漫步世界街道(普) 21:50 新聞氣象(普) 21:55 世界現況(普) 22:35 週日體育報導(普) 23:35 達爾文來了(普)	

1/11(一)	1/12(二)	1/13(三)	1/14(四)	1/15(五)	1/16(六)	1/17(日)
00:13 花開(普) 00:20 時代劇特集 十三人刺客(普) 02:20 BS 新聞(普) 02:30 將棋聚焦(普) 03:00 圍棋聚焦(普) 03:30 大相撲(普) 03:55 京都趣味園藝(普) 04:00 大河劇 麒麟來了 40(普) 04:45 自然百景(普) 04:59 世界天氣(普) 05:00 新聞(普) 05:10 漫步世界街道(普) 05:25 迷你節目(普) 05:30 名人專訪(普) 05:53 新聞氣象(普) 06:00 晨間新聞(普) 07:00 晨間連續劇 小侍女 26(普) 07:15 有吉發大財(普) 08:28 迷你節目(普) 08:30 學園八笑士(普) 08:58 迷你節目(普) 09:00 新聞氣象(普) 09:05 常田大希 破壞與建構(普) 09:50 專業作風(普) 10:35 迷你節目(普) 10:42 新手今日料理(普) 10:52 新手今日料理(普) 10:57 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:15 美味原產地(普) 11:38 遊戲學沖繩話(普) 11:45 晨間連續劇 小侍女 26(普) 12:00 新聞(普) 12:05 第 57 回全國大學 橄欖球錦標賽(普) 14:10 發掘酷日本(普) 14:55 大相撲(普) 17:00 新聞(普) 17:11 遊戲學日語(普) 17:21 遊戲捉迷藏(普) 17:36 與媽媽同樂(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 鄉土料理 大對決 part 1(普) 19:45 新聞氣象(普) 20:00 鄉土料理 大對決 part 2(普) 21:00 逆轉人生(普) 21:45 繪顏入夢(普) 22:15 BS1 特集「桂由美 召喚幸福的 純白婚紗」(普) 23:05 新聞氣象(普) 23:10 世界天氣(普) 23:15 土曜時代劇 立花登青春手控 第二季 1(普) 23:53 迷你節目(普) 23:55 大家的歌(普)	00:00 科學新知(普) 00:30 魂之營火(普) 01:00 BS 新聞(普) 01:05 大家的體操(普) 01:10 今日健康(普) 01:25 今日料理(普) 01:50 新手今日料理(普) 01:55 生活小雜誌(普) 02:00 BS 新聞(普) 02:10 每日育兒指南(普) 02:15 時論公論(普) 02:25 世界天氣(普) 02:30 日本百名山(普) 03:00 薔薇雪兒 在京都(普) 03:30 大相撲(普) 03:55 名曲選(普) 04:00 與媽媽同樂(普) 04:24 兒童探索(普) 04:39 為什麼商會(普) 04:49 廚房戰隊(普) 04:59 世界天氣(普) 05:00 晨間新聞(普) 05:00 晨間新聞(普) 07:00 晨間連續劇 小侍女 27(普) 07:15 晨間資訊快遞(普) 08:55 大家的體操(普) 09:00 新聞氣象(普) 09:05 魂之營火(普) 09:50 專業作風(普) 09:05 漫步世界街道(普) 10:05 世界幸福 美食紀行(普) 10:17 72 小時記錄(普) 10:42 迷你節目(普) 10:48 觀點論點(普) 10:58 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:20 便當博覽會(普) 11:45 晨間連續劇 小侍女 27(普) 12:00 趣味悸動！(普) 12:25 NHK 短歌(普) 12:50 待客基礎英語(普) 13:00 糖果屋(普) 13:25 J-MELO(普) 13:55 名曲選(普) 14:00 遊戲學英語(普) 14:10 BS 新聞(普) 14:20 育兒指南(普) 14:49 世界天氣(普) 14:50 畢達哥拉斯 知識開關(普) 14:55 大相撲(普) 17:00 新聞(普) 17:11 遊戲學日語(普) 17:21 遊戲捉迷藏(普) 17:36 與媽媽同樂(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 職場餐食(普) 18:57 世界教科書(普) 19:45 每日育兒指南(普) 19:50 玩設計(普) 19:57 世界天氣(普) 20:00 八點看新聞(普) 21:00 玩設計(普) 21:00 職場餐食(普) 21:27 迷你節目(普) 21:30 專業作風(普) 22:15 一日新聞回顧(普) 22:30 國際報導(普) 23:10 世界天氣(普) 23:15 智慧之泉(普) 23:58 迷你節目(普)	00:00 大家的歌(普) 00:05 糖果屋(普) 00:30 演藝圖鑑(普) 01:00 BS 新聞(普) 01:10 今日健康(普) 01:25 今日料理(普) 01:50 新手今日料理(普) 01:55 生活小雜誌(普) 02:00 一日新聞回顧(普) 02:15 時論公論(普) 02:25 世界天氣(普) 02:30 逸品一品(普) 03:00 育兒指南(普) 03:30 大相撲(普) 03:55 震災那一天(普) 04:00 與媽媽同樂(普) 04:24 兒童探索(普) 04:39 為什麼商會(普) 04:49 廚房戰隊(普) 04:59 世界天氣(普) 05:00 晨間新聞(普) 07:00 晨間連續劇 小侍女 28(普) 07:15 晨間資訊快遞(普) 08:55 大家的體操(普) 09:00 新聞氣象(普) 09:05 魂之營火(普) 09:35 花開(普) 09:40 新聞資訊台 精華(普) 09:45 大河劇預告(普) 09:50 歷史秘話(普) 10:35 東北見知探(普) 10:40 遊戲學沖繩話(普) 10:48 觀點論點(普) 10:58 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:20 漫步世界貓(普) 11:36 花開(普) 11:45 晨間連續劇 小侍女 28(普) 12:00 趣味悸動！(普) 12:25 NHK 俳句(普) 12:50 待客基礎英語(普) 13:00 電視學中文(普) 13:25 透視亞洲(普) 13:55 名曲選(普) 14:00 遊戲學英語(普) 14:10 BS 新聞(普) 14:20 流言監護人(普) 14:44 輕鬆看護(普) 14:49 世界天氣(普) 14:50 畢達哥拉斯 知識開關(普) 14:55 大相撲(普) 17:00 新聞(普) 17:11 遊戲學日語(普) 17:21 遊戲捉迷藏(普) 17:36 與媽媽同樂(普) 18:00 六點新聞(普) 19:42 迷你節目(普) 19:45 每日育兒指南(普) 19:50 玩設計(普) 19:57 世界天氣(普) 20:00 八點看新聞(普) 21:00 今日焦點(普) 21:30 歷史秘話(普) 22:15 一日新聞回顧(普) 22:30 國際報導(普) 23:10 世界天氣(普) 23:15 又吉直樹 答案抵佳(普)	00:00 10K 跑步之旅(普) 00:30 訪談挖挖挖(普) 01:00 BS 新聞(普) 01:10 今日健康(普) 01:25 今日料理(普) 01:50 新手今日料理(普) 01:55 生活小雜誌(普) 02:00 一日新聞回顧(普) 02:15 時論公論(普) 02:25 世界天氣(普) 02:30 達爾文來了(普) 02:58 迷你節目(普) 03:00 流言監護人(普) 03:24 輕鬆看護(普) 03:30 大相撲(普) 03:55 震災那一天(普) 04:00 與媽媽同樂(普) 04:24 兒童探索(普) 04:39 為什麼商會(普) 04:49 廚房戰隊(普) 04:59 世界天氣(普) 05:00 晨間新聞(普) 07:00 晨間連續劇 小侍女 29(普) 07:15 晨間資訊快遞(普) 08:55 大家的體操(普) 09:00 新聞氣象(普) 09:05 全球旅行買家(普) 09:50 魅力關西(普) 10:17 演藝圖鑑(普) 10:48 觀點論點(普) 10:58 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:20 職場餐食(普) 11:45 晨間連續劇 小侍女 29(普) 12:00 趣味悸動！(普) 12:25 趣味園藝(普) 12:50 待客基礎英語(普) 13:00 旅行學西語(普) 13:25 老外遊日本(普) 13:55 名曲選(普) 14:00 遊戲學英語(普) 14:10 新聞氣象(普) 14:20 芯京都(普) 14:48 世界天氣(普) 14:50 畢達哥拉斯 知識開關(普) 14:55 大相撲(普) 17:00 新聞(普) 17:11 遊戲學日語(普) 17:21 遊戲捉迷藏(普) 17:36 與媽媽同樂(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 所桑！不得了(普) 18:57 日本姓氏綜藝(普) 19:42 迷你節目(普) 19:45 每日育兒指南(普) 19:50 玩設計(普) 19:57 世界天氣(普) 20:00 八點看新聞(普) 21:00 今日焦點(普) 21:30 全球旅行買家(普) 22:15 一日新聞回顧(普) 22:30 國際報導(普) 23:10 世界天氣(普) 23:15 世界台劇場「企業 ~逆轉天鵝」1(普)	00:05 大河劇預告(普) 00:10 人生食譜(普) 00:55 大家的歌(普) 01:00 BS 新聞(普) 01:10 今日健康(普) 01:25 今日料理(普) 01:50 便當博覽會(普) 01:48 新聞資訊台 精華(普) 01:53 迷你節目(普) 01:55 生活小雜誌(普) 02:00 一日新聞回顧(普) 02:15 時論公論(普) 02:25 世界天氣(普) 02:30 日本鐵道之旅(普) 03:00 芯京都(普) 03:28 迷你節目(普) 03:30 大相撲(普) 03:55 震災那一天(普) 04:00 與媽媽同樂(普) 04:24 兒童探索(普) 04:39 為什麼商會(普) 04:49 廚房戰隊(普) 04:59 世界天氣(普) 05:00 晨間新聞(普) 06:59 世界天氣(普) 07:00 晨間連續劇 小侍女 第 6 週(普) 07:15 知子醬開罵(普) 08:00 新 NHK~ 改革之路(普) 08:30 深度新聞週刊(普) 09:00 新聞氣象(普) 09:05 NHK 特集(普) 10:05 NHK 特集(普) 10:49 迷你節目(普) 10:57 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:15 生活笑百科(普) 11:40 知子醬！ 單獨開罵(普) 10:58 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:20 玩設計(普) 11:36 迷你節目(普) 11:38 京都趣味園藝(普) 11:45 晨間連續劇 小侍女 30(普) 12:00 BS1 特集「桂由美 召喚幸福的 純白婚紗」(普) 12:50 待客基礎英語(普) 13:00 旅行學法語(普) 13:25 老外東京 電車美食(普) 13:55 名曲選(普) 14:00 遊戲學英語(普) 14:10 新聞氣象(普) 14:20 訪談挖挖挖(普) 14:50 畢達哥拉斯 知識開關(普) 14:55 大相撲(普) 17:00 新聞(普) 17:11 遊戲學日語(普) 17:21 遊戲捉迷藏(普) 17:36 與媽媽同樂(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 首都圈 情報快遞(普) 18:57 知子醬開罵(普) 19:42 迷你節目(普) 19:45 女孩手工藝(普) 19:50 玩設計(普) 19:57 世界天氣(普) 20:00 八點看新聞(普) 21:00 松任谷由實 特集(普) 21:45 72 小時記錄(普) 22:10 花開東北(普) 22:15 一日新聞回顧(普) 22:30 國際報導(普) 23:10 世界天氣(普) 23:15 日本單車行腳(普)	00:13 迷你節目(普) 00:15 新日本風土記(普) 01:15 罹病扶擇(普) 02:00 一日新聞回顧(普) 02:15 時論公論(普) 02:25 世界天氣(普) 02:30 美之壺(普) 03:00 亞洲兒童劇展 「花繩」(普) 03:15 BS 新聞(普) 03:25 鏡頭日本(普) 03:30 大相撲(普) 03:55 名曲選(普) 04:00 與媽媽同樂(普) 04:24 兒童探索(普) 04:39 為什麼商會(普) 04:49 廚房戰隊(普) 04:59 世界天氣(普) 05:00 晨間新聞(普) 06:59 世界天氣(普) 07:00 晨間連續劇 小侍女 第 6 週(普) 07:15 知子醬開罵(普) 08:00 新 NHK~ 改革之路(普) 08:30 深度新聞週刊(普) 09:00 新聞氣象(普) 09:05 NHK 特集(普) 10:05 NHK 特集(普) 10:49 迷你節目(普) 10:57 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:15 生活笑百科(普) 11:40 知子醬！ 單獨開罵(普) 11:45 晨間連續劇 小侍女 第 6 週(普) 12:00 新聞(普) 12:05 大河劇 麒麟來了 40(普) 12:50 日本沒聽過 錦標賽(普) 13:50 BS 新聞(普) 14:00 琉球染織紀行(普) 14:50 全球之最(普) 15:00 大相撲(普) 17:00 新聞(普) 17:05 與媽媽同樂(普) 17:30 喵喵宇宙 放送局(普) 17:55 創意繪畫工房(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 關走塔摩利(普) 19:15 有吉發大財(普) 19:45 新聞氣象(普) 20:00 NHK 特集(普) 20:49 世界天氣(普) 20:50 知子醬！ 單獨開罵(普) 21:00 浮世繪 江戶生活(普) 21:05 新聞資訊台 精華(普) 21:10 有田 P 爆笑會客(普) 21:45 小廚到你家(普) 21:58 迷你節目(普) 22:00 SONGS(普) 22:30 夜間戲劇 接下來是 倫理課 1(普) 23:00 新聞氣象(普) 23:05 J-MELO(普) 23:33 迷你節目(普) 23:35 繪顏入夢！ 特集(普)	00:35 世界天氣(普) 00:38 迷你節目(普) 00:40 週末體育報導(普) 01:00 美味原產地(普) 01:25 大家的歌(普) 01:30 BS 新聞(普) 01:40 日本口語藝術(普) 02:10 日本傳統藝能(普) 03:05 漫步世界貓(普) 03:20 迷你節目(普) 03:30 大相撲(普) 03:55 花開(普) 04:00 與媽媽同樂(普) 04:24 喵喵宇宙 放送局(普) 04:29 創意繪畫工房(普) 04:44 玩設計(普) 04:59 世界天氣(普) 05:00 新聞(普) 05:10 日擊！日本(普) 05:45 N 特集預告(普) 05:50 電視體操(普) 06:00 晨間新聞(普) 06:45 自然百景(普) 06:59 世界天氣(普) 07:00 小旅行(普) 07:25 職場餐食(普) 07:52 花開東北(普) 07:57 氣象情報(普) 08:00 週日論政(普) 09:00 新聞氣象(普) 09:05 連結明天(普) 09:55 大家的歌(普) 10:00 少年俱樂部(普) 10:59 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:15 小侍女 復古女生(普) 11:58 迷你節目(普) 12:00 新聞(普) 12:05 全日本 桌球錦標賽(普) 14:00 新聞(普) 14:05 新冠病毒 迷你節目(普) 14:15 日本里山(普) 14:25 超級重機 大圖鑑(普) 14:30 SONGS OF TOKYO(17)(普) 14:58 迷你節目(普) 15:00 大相撲(普) 17:00 新聞(普) 17:05 相似找一找(普) 17:15 為什麼商會 週日版(普) 17:25 小五小六 基礎英語(普) 17:35 E 舞蹈學院(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 達爾文來了(普) 19:00 大河劇 麒麟來了 41(普) 19:45 新聞氣象(普) 20:00 NHK 特集(普) 20:49 世界天氣(普) 20:50 漫步世界街道(普) 21:50 新聞氣象(普) 21:55 世界現況(普) 22:35 週日體育報導(普) 23:25 BS 新聞(普) 23:35 小侍女 復古女生(普)

1/18(一)	1/19(二)	1/20(三)	1/21(四)	1/22(五)	1/23(六)	1/24(日)
00:18 迷你節目(普) 00:20 乃木坂 46 學旅(普) 00:50 琉球染織紀行(普) 01:40 京都趣味園藝(普) 01:45 喜劇 東京家庭套房 1(普) 02:02 喜劇 東京家庭套房 2(普) 02:20 BS 新聞(普) 02:30 將棋聚焦(普) 03:00 圍棋聚焦(普) 03:30 大相撲(普) 03:55 新冠病毒 迷你節目(普) 04:00 大河劇 麒麟來了 41(普) 04:45 自然百景(普) 04:59 世界天氣(普) 05:00 晨間新聞(普) 07:00 晨間連續劇 小侍女 31(普) 07:15 晨間資訊快遞(普) 08:55 大家的體操(普) 09:00 新聞氣象(普) 09:05 松任谷由實 特集(普) 09:50 NHK 特集(普) 10:52 新手今日料理(普) 10:57 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:20 美味原產地(普) 11:45 晨間連續劇 小侍女 31(普) 12:00 發掘酷日本(普) 12:45 新聞資訊台 精華(普) 12:50 大河劇預告(普) 12:55 名曲選(普) 13:00 國會實況轉播 政府演說(普) 14:30 遊戲學英語(普) 14:40 花開東北(普) 14:45 超級重機 大圖鑑(普) 14:49 世界天氣(普) 14:50 畢達哥拉斯 知識開關(普) 14:55 大相撲(普) 17:00 新聞(普) 17:11 遊戲學日語(普) 17:21 遊戲捉迷藏(普) 17:36 與媽媽同樂(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 鶴瓶家族乾杯(普) 19:42 迷你節目(普) 19:45 每日育兒指南(普) 19:50 玩設計(普) 19:57 世界天氣(普) 20:00 八點看新聞(普) 21:00 逆轉人生(普) 21:45 故事紀錄(普) 22:15 一日新聞回顧(普) 22:30 國際報導(普) 23:10 世界天氣(普) 23:15 土曜時代劇 立花登青春手控 第二季 2(普) 23:53 迷你節目(普) 23:55 大家的歌(普)	00:00 科學新知(普) 00:30 魂之營火(普) 01:00 震災那一天(普) 01:05 大家的體操(普) 01:10 今日健康(普) 01:25 今日料理(普) 01:50 新手今日料理(普) 01:55 生活小雜誌(普) 02:00 一日新聞回顧(普) 02:15 時論公論(普) 02:25 世界天氣(普) 02:30 日本百名山(普) 03:00 薇妮雪兒 在京都(普) 03:30 大相撲(普) 03:55 震災那一天(普) 04:00 與媽媽同樂(普) 04:24 兒童探索(普) 04:39 為什麼商會(普) 04:49 廚房戰隊(普) 04:59 世界天氣(普) 05:00 晨間新聞(普) 07:00 晨間連續劇 小侍女 32(普) 07:15 晨間資訊快遞(普) 08:55 大家的體操(普) 09:00 新聞氣象(普) 09:00 新聞氣象(普) 09:05 鶴瓶家族乾杯(普) 10:17 繪顏入夢(普) 10:48 觀點論點(普) 10:58 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:20 便當博覽會(普) 11:45 晨間連續劇 小侍女 32(普) 12:00 趣味悸動！(普) 12:25 NHK 短歌(普) 12:50 待客基礎英語(普) 13:00 糖果屋(普) 13:25 J-MELO(普) 13:55 名曲選(普) 14:00 遊戲學英語(普) 14:10 BS 新聞(普) 14:20 育兒指南(普) 14:49 世界天氣(普) 14:50 畢達哥拉斯 知識開關(普) 14:55 大相撲(普) 17:00 新聞(普) 17:11 遊戲學日語(普) 17:21 遊戲捉迷藏(普) 17:36 與媽媽同樂(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 職場餐食(普) 18:57 歌曲演唱會(普) 19:42 迷你節目(普) 19:45 每日育兒指南(普) 19:50 玩設計(普) 19:57 世界天氣(普) 20:00 八點看新聞(普) 21:00 今日焦點(普) 21:30 專業作風(普) 22:15 一日新聞回顧(普) 22:30 國際報導(普) 23:10 世界天氣(普) 23:15 智慧之泉(普) 23:58 迷你節目(普)	00:00 大家的歌(普) 00:05 糖果屋(普) 00:30 金曜獨居者(普) 01:00 BS 新聞(普) 01:10 今日健康(普) 01:25 今日料理(普) 01:50 新手今日料理(普) 01:55 生活小雜誌(普) 02:00 一日新聞回顧(普) 02:15 時論公論(普) 02:25 世界天氣(普) 02:30 逸品一品(普) 03:00 育兒指南(普) 03:30 大相撲(普) 03:55 震災那一天(普) 04:00 與媽媽同樂(普) 04:24 兒童探索(普) 04:39 為什麼商會(普) 04:49 廚房戰隊(普) 04:59 世界天氣(普) 05:00 晨間新聞(普) 07:00 晨間連續劇 小侍女 33(普) 07:15 晨間資訊快遞(普) 08:55 大家的體操(普) 09:00 新聞氣象(普) 09:05 歌曲演唱會(普) 09:50 歷史話語(普) 10:35 東北見知探(普) 10:40 遊戲學沖繩話(普) 10:48 觀點論點(普) 10:58 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:20 漫步世界貓(普) 11:35 福島時間(普) 11:45 晨間連續劇 小侍女 33(普) 12:00 趣味悸動！(普) 12:25 NHK 俳句(普) 12:50 待客基礎英語(普) 13:00 電視學中文(普) 13:25 透視亞洲(普) 13:55 名曲選(普) 14:00 遊戲學英語(普) 14:10 大家的歌(普) 14:15 大家的體操(普) 14:20 流言監護人(普) 14:44 輕鬆看護(普) 14:49 世界天氣(普) 14:50 畢達哥拉斯 知識開關(普) 14:55 大相撲(普) 17:00 新聞(普) 17:11 遊戲學日語(普) 17:21 遊戲捉迷藏(普) 17:36 與媽媽同樂(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 所桑！不得了(普) 18:57 日本姓氏綜藝(普) 19:42 迷你節目(普) 19:45 每日育兒指南(普) 19:50 玩設計(普) 19:57 世界天氣(普) 20:00 八點看新聞(普) 21:00 今日焦點(普) 21:30 為什麼 打那種工？(普) 22:15 一日新聞回顧(普) 22:30 國際報導(普) 23:10 世界天氣(普) 23:15 又吉直樹 答案抵住(普)	00:00 BS 新聞(普) 00:11 拜登總統 就職典禮(普) 01:30 新手今日料理(普) 01:55 生活小雜誌(普) 02:00 一日新聞回顧(普) 02:15 時論公論(普) 02:25 世界天氣(普) 02:30 10K 跑步之旅(普) 03:00 流言監護人(普) 03:24 輕鬆看護(普) 03:30 大相撲(普) 03:55 震災那一天(普) 04:00 與媽媽同樂(普) 04:24 兒童探索(普) 04:39 為什麼商會(普) 04:49 廚房戰隊(普) 04:59 世界天氣(普) 05:00 晨間新聞(普) 07:00 晨間連續劇 小侍女 34(普) 07:15 晨間資訊快遞(普) 08:55 新聞氣象(普) 09:00 大家的體操(普) 09:05 健康生活 好吃驚(普) 09:50 三明治人 泡湯到你家(普) 10:17 東洋醫學實力(普) 10:42 新冠病毒 迷你節目(普) 10:48 觀點論點(普) 10:58 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:20 職場餐食(普) 11:45 晨間連續劇 小侍女 34(普) 12:00 趣味悸動！(普) 12:25 趣味園藝(普) 12:50 待客基礎英語(普) 13:00 旅行學西語(普) 13:25 老外遊日本(普) 13:55 名曲選(普) 14:00 遊戲學英語(普) 14:10 大家的歌(普) 14:15 大家的體操(普) 14:20 芯京都(普) 14:49 世界天氣(普) 14:50 畢達哥拉斯 知識開關(普) 14:55 大相撲(普) 17:00 新聞(普) 17:11 遊戲學日語(普) 17:21 遊戲捉迷藏(普) 17:36 與媽媽同樂(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 所桑！不得了(普) 18:57 日本姓氏綜藝(普) 19:42 迷你節目(普) 19:45 每日育兒指南(普) 19:50 玩設計(普) 19:57 世界天氣(普) 20:00 八點看新聞(普) 21:00 今日焦點(普) 21:30 全球旅行買家(普) 22:15 一日新聞回顧(普) 22:30 國際報導(普) 23:10 世界天氣(普) 23:15 世界台劇場「企業 ~逆轉天鵝」2(普)	00:05 大河劇預告(普) 00:10 人生食譜(普) 00:55 大家的歌(普) 01:00 BS 新聞(普) 01:05 大家的體操(普) 01:10 今日健康(普) 01:25 今日健康(普) 01:40 新聞資訊台 精華(普) 01:45 新手今日料理(普) 01:50 花開(普) 01:55 生活小雜誌(普) 02:00 一日新聞回顧(普) 02:15 時論公論(普) 02:25 世界天氣(普) 02:30 日本鐵道之旅(普) 03:00 芯京都(普) 03:28 迷你節目(普) 03:30 大相撲(普) 03:55 花開東北(普) 04:00 與媽媽同樂(普) 04:24 兒童探索(普) 04:39 為什麼商會(普) 04:49 廚房戰隊(普) 04:59 世界天氣(普) 05:00 晨間新聞(普) 07:00 晨間連續劇 小侍女 35(普) 07:15 晨間資訊快遞(普) 08:55 新聞氣象(普) 09:00 大家的體操(普) 09:05 日本姓氏綜藝(普) 09:50 世界台劇場「企業 ~逆轉天鵝」2(普) 10:40 大河劇預告(普) 10:48 知子醬！ 單獨開罵(普) 10:58 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:20 玩設計(普) 11:38 京都趣味園藝(普) 11:45 晨間連續劇 小侍女 35(普) 12:00 罹病抉擇(普) 12:45 新冠病毒 迷你節目(普) 12:50 待客基礎英語(普) 13:00 旅行學法語(普) 13:25 老外東京 電車美食(普) 13:55 名曲選(普) 14:00 遊戲學英語(普) 14:10 大家的歌(普) 14:15 大家的體操(普) 14:20 訪談挖挖挖(普) 14:50 畢達哥拉斯 知識開關(普) 14:55 大相撲(普) 17:00 新聞(普) 17:11 遊戲學日語(普) 17:21 遊戲捉迷藏(普) 17:36 與媽媽同樂(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 開走塔摩利(普) 19:15 有吉發大財(普) 19:45 新聞氣象(普) 20:00 NHK 特集(普) 20:49 世界天氣(普) 20:50 迷你節目(普) 21:00 浮世繪 江戶生活(普) 21:05 新聞資訊台 精華(普) 21:10 有田 P 爆笑會客(普) 21:45 小廚到你家(普) 19:57 世界天氣(普) 20:00 八點看新聞(普) 21:00 10 劇場 夢幻隊友 1(普) 21:45 72 小時紀錄(普) 22:15 一日新聞回顧(普) 22:30 國際報導(普) 23:10 迷你節目(普) 23:15 日本單車行腳(普)	00:13 迷你節目(普) 00:15 BS 新聞(普) 00:25 新日本風土記(普) 01:25 目擊！日本(普) 02:00 一日新聞回顧(普) 02:15 時論公論(普) 02:25 世界天氣(普) 02:30 美之壺(普) 03:00 故事紀錄(普) 03:30 大相撲(普) 03:55 名曲選(普) 04:00 與媽媽同樂(普) 04:24 兒童探索(普) 04:39 為什麼商會(普) 04:49 廚房戰隊(普) 04:59 世界天氣(普) 05:00 晨間新聞(普) 06:59 世界天氣(普) 07:00 晨間連續劇 小侍女第 7 週(普) 07:15 知子醬開罵(普) 08:00 深度新聞週刊(普) 08:30 專業作風(普) 09:15 新聞氣象(普) 09:20 NHK 特集(普) 10:10 閑走塔摩利(普) 10:57 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:15 生活笑百科(普) 11:40 浮世繪 江戶生活(普) 11:45 晨間連續劇 小侍女第 7 週(普) 12:00 新聞(普) 12:05 大河劇 麒麟來了 41(普) 12:50 喜劇「東京家庭 套房」1(普) 13:07 喜劇「東京家庭 套房」2(普) 13:24 喜劇「東京家庭 套房」3(普) 13:41 喜劇「東京家庭 套房」4 最終回(普) 14:00 BS 新聞(普) 14:10 新聞資訊台精華(普) 14:15 女孩手工藝(普) 14:20 乃木坂 46 學旅(普) 14:50 BS 新聞(普) 15:00 大相撲(普) 17:00 新聞(普) 17:05 與媽媽同樂(普) 17:30 啾啾宇宙 放送局(普) 17:55 創意繪畫工房(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 閑走塔摩利(普) 19:15 有吉發大財(普) 19:45 新聞氣象(普) 20:00 NHK 特集(普) 20:49 世界天氣(普) 21:00 浮世繪 江戶生活(普) 21:05 新聞資訊台 精華(普) 21:10 有田 P 爆笑會客(普) 21:45 小廚到你家(普) 21:58 迷你節目(普) 22:00 SONGS(普) 22:30 夜間戲劇 接下來是 倫理課 2(普) 23:00 新聞氣象(普) 23:05 J-MELO(普) 23:35 人生故事(普)	00:05 喜劇 東京家庭套房 3(普) 00:22 喜劇 東京家庭套房 4 最終回(普) 00:39 世界天氣(普) 00:40 週末體育報導(普) 01:00 美味原產地(普) 01:23 迷你節目(普) 01:25 大家的歌(普) 01:30 BS 新聞(普) 01:40 日本口語藝術(普) 02:10 日本傳統藝能(普) 03:05 漫步世界貓(普) 03:20 BS 新聞(普) 03:30 大相撲(普) 03:55 身障奧運 動畫英雄(普) 04:00 與媽媽同樂(普) 04:24 啾啾宇宙 放送局(普) 04:29 創意繪畫工房(普) 04:44 玩設計(普) 04:59 世界天氣(普) 05:00 新聞！ 目擊！日本(普) 05:45 N 特集預告(普) 05:50 電視體操(普) 06:00 晨間新聞(普) 06:45 自然百景(普) 06:59 世界天氣(普) 07:00 小旅行(普) 07:25 職場餐食(普) 07:52 花開(普) 07:57 氣象情報(普) 08:00 週日論政(普) 09:00 新聞氣象(普) 09:05 連結明天(普) 09:55 大家的歌(普) 10:00 少年俱樂部 Premium(普) 10:59 世界天氣(普) 11:00 新聞(普) 11:15 為什麼 打那種工？(普) 12:00 新聞(普) 12:05 新 BS 日本之歌(普) 13:35 京都趣味園藝(普) 13:40 東北見知探(普) 13:45 遊戲學沖繩話(普) 13:50 BS 新聞(普) 14:00 夏井五木 回顧之旅！ 前篇(普) 14:30 大相撲(普) 17:00 新聞(普) 17:05 相似找一找(普) 17:15 為什麼商會 週日版(普) 17:25 小五小六 基礎英語(普) 17:35 E 舞蹈學院(普) 18:00 六點新聞(普) 18:30 達爾文來了(普) 19:00 大河劇 麒麟來了 42(普) 19:45 新聞氣象(普) 20:00 NHK 特集(普) 20:49 世界天氣(普) 20:50 漫步世界街道(普) 21:50 新聞氣象(普) 21:55 世界現況(普) 22:35 週日體育報導(普) 23:25 BS 新聞(普) 23:35 乃木坂 46 學旅(普)

1/25(一)	1/26(二)	1/27(三)	1/28(四)	1/29(五)	1/30(六)	1/31(日)
00:05 女孩手工藝(普)	00:00 科學新知(普)	00:00 大家的歌(普)	00:00 10K 跑步之旅(普)	00:05 大河劇預告(普)	00:13 迷你節目(普)	00:35 世界天氣(普)
00:10 新冠病毒 迷你節目(普)	00:30 魂之誓火(普)	00:05 糖果屋(普)	00:30 訪談挖挖挖(普)	00:10 人生食譜(普)	00:15 新日本風土記(普)	00:38 迷你節目(普)
00:20 BS 特集「突擊！ 街頭主廚@東京」	01:00 BS 新聞(普)	00:30 世界台精選(普)	01:00 震災那一天(普)	00:55 大家的歌(普)	01:15 罹病抉擇(普)	00:40 週末體育報導(普)
01:10 恐怖傳說～ 第3彈(普)	01:10 今日健康(普)	01:00 震災那一天(普)	01:05 大家的體操(普)	01:00 震災那一天(普)	02:00 一日新聞回顧(普)	01:00 美味原產地(普)
02:10 花開(普)	01:25 今日料理(普)	01:05 大家的體操(普)	01:25 今日健康(普)	01:05 大家的體操(普)	02:15 時論公論(普)	01:23 迷你節目(普)
02:15 亞洲美食紀行(普)	01:50 新手今日料理(普)	01:10 今日健康(普)	01:25 今日料理(普)	01:10 今日健康(普)	02:25 世界天氣(普)	01:25 大家的歌(普)
02:20 BS 新聞(普)	01:55 生活小雜誌(普)	01:25 今日料理(普)	01:50 新手今日料理(普)	01:25 便當博覽會(普)	02:30 美之壺(普)	01:30 BS 新聞(普)
02:30 將棋聚焦(普)	02:00 一日新聞回顧(普)	01:50 新手今日料理(普)	01:55 生活小雜誌(普)	01:48 新聞資訊台精華(普)	03:00 午後攝影棚(普)	01:40 日本口語藝術(普)
03:00 圍棋聚焦(普)	02:15 時論公論(普)	02:00 一日新聞回顧(普)	02:00 一日新聞回顧(普)	01:55 生活小雜誌(普)	03:30 迷你節目(普)	02:10 日本傳統藝能(普)
03:30 大相撲(普)	02:30 日本百名山(普)	02:15 時論公論(普)	02:25 世界天氣(普)	02:00 一日新聞回顧(普)	03:50 大家的歌(普)	05:45 漫步世界貓(普)
03:55 京都趣味園藝(普)	03:00 午後攝影棚(普)	02:25 世界天氣(普)	02:30 達爾文來了(普)	02:25 世界天氣(普)	03:55 迷你節目(普)	03:30 故事紀錄(普)
04:00 大河劇 麒麟來了 42(普)	03:35 電視體操(普)	02:30 逸品一品(普)	03:00 午後攝影棚(普)	02:30 日本鐵道之旅(普)	04:00 與媽媽同樂(普)	04:00 與媽媽同樂(普)
04:45 自然百景(普)	03:45 玩設計(普)	03:00 午後攝影棚(普)	03:35 電視體操(普)	03:00 午後攝影棚(普)	04:39 為什麼商會(普)	04:24 啾啾宇宙 放送局(普)
04:59 世界天氣(普)	03:50 迷你節目(普)	03:35 電視體操(普)	03:45 玩設計(普)	03:35 電視體操(普)	04:49 廚房戰隊(普)	04:29 創意繪畫工房(普)
05:00 晨間新聞(普)	04:00 與媽媽同樂(普)	03:50 大家的歌(普)	03:50 大家的歌(普)	03:50 大家的歌(普)	04:59 世界天氣(普)	04:44 玩設計(普)
07:00 晨間連續劇 小侍女 36(普)	04:24 兒童探索(普)	04:00 與媽媽同樂(普)	04:00 與媽媽同樂(普)	04:00 與媽媽同樂(普)	06:59 世界天氣(普)	04:59 世界天氣(普)
07:15 晨間資訊快遞(普)	04:39 為什麼商會(普)	04:24 兒童探索(普)	04:24 兒童探索(普)	04:24 兒童探索(普)	07:00 晨間連續劇 小侍女第8週(普)	05:00 新聞(普)
08:55 大家的體操(普)	04:49 廚房戰隊(普)	04:39 為什麼商會(普)	04:39 為什麼商會(普)	04:39 為什麼商會(普)	07:15 知子醬開罵(普)	05:10 日擊！日本(普)
09:00 新聞氣象(普)	04:59 世界天氣(普)	04:49 廚房戰隊(普)	04:49 廚房戰隊(普)	04:49 廚房戰隊(普)	07:15 知子醬開罵(普)	05:45 N 特集預告(普)
09:05 10 劇場 夢幻隊友 1(普)	05:00 晨間新聞(普)	04:59 世界天氣(普)	04:59 世界天氣(普)	05:00 晨間新聞(普)	08:00 深度新聞週刊(普)	05:50 電視體操(普)
09:50 專業作風(普)	07:00 晨間連續劇 小侍女 37(普)	05:00 晨間新聞(普)	05:00 晨間新聞(普)	07:00 晨間連續劇 小侍女 40(普)	08:30 NHK 特集(普)	06:00 晨間新聞(普)
10:35 迷你節目(普)	07:15 晨間資訊快遞(普)	07:00 晨間連續劇 小侍女 38(普)	07:00 晨間連續劇 小侍女 39(普)	07:15 晨間資訊快遞(普)	09:20 NHK 特集(普)	06:45 自然百景(普)
10:42 新手今日料理(普)	08:55 大家的體操(普)	07:15 晨間資訊快遞(普)	07:15 晨間資訊快遞(普)	08:55 大家的體操(普)	10:10 開走塔摩利(普)	06:59 世界天氣(普)
10:57 世界天氣(普)	09:00 新聞氣象(普)	08:55 大家的體操(普)	08:55 大家的體操(普)	09:00 新聞氣象(普)	10:57 世界天氣(普)	07:00 小旅行(普)
11:00 新聞(普)	09:05 家族史(普)	09:00 新聞氣象(普)	09:00 新聞氣象(普)	09:05 日本姓氏綜藝(普)	11:00 新聞(普)	07:25 職場餐食(普)
11:20 美味原產地(普)	10:17 72 小時記錄(普)	09:05 歌曲演唱會(普)	09:05 健康生活 好吃驚(普)	09:50 世界台劇場「企業 ～逆轉天鵝」3(普)	11:15 生活笑百科(普)	07:52 迷你節目(普)
11:45 晨間連續劇 小侍女 36(普)	10:48 觀點論點(普)	09:50 世界台精選(普)	09:50 三明治人 泡湯到你家(普)	10:40 大河劇預告(普)	11:40 浮世繪 江戶生活(普)	07:57 氣象情報(普)
12:00 新日本風土記(普)	10:58 世界天氣(普)	10:35 東北見知探(普)	10:48 演藝圖鑑(普)	10:48 知子醬！ 單獨開罵(普)	11:45 晨間連續劇 小侍女 40(普)	08:00 週日論政(普)
13:00 發掘酷日本(普)	11:00 新聞(普)	10:40 遊戲學沖繩話(普)	10:48 觀點論點(普)	11:00 新聞(普)	12:00 新聞(普)	09:00 新聞氣象(普)
13:45 新聞資訊台精華(普)	11:45 晨間連續劇 小侍女 37(普)	10:48 觀點論點(普)	10:58 世界天氣(普)	11:20 小廚到你家(普)	12:05 大河劇 麒麟來了 42(普)	09:05 世界台精選(普)
13:50 大河劇預告(普)	12:00 趣味悸動！(普)	11:00 新聞(普)	11:00 新聞(普)	11:38 京都趣味園藝(普)	12:50 世界台精選(普)	09:55 大家的歌(普)
13:55 名曲選(普)	12:25 NHK 俳句(普)	11:20 漫步世界貓(普)	11:20 職場餐食(普)	11:45 晨間連續劇 小侍女 40(普)	14:50 BS 新聞(普)	10:00 少年俱樂部(普)
14:00 新聞氣象(普)	12:25 NHK 俳句(普)	11:35 迷你節目(普)	11:45 晨間連續劇 小侍女 38(普)	12:00 罹病抉擇(普)	15:00 又吉直樹 答案抵佳(普)	10:59 世界天氣(普)
14:10 大家的歌(普)	13:55 名曲選(普)	11:45 晨間連續劇 小侍女 38(普)	12:00 趣味悸動！(普)	12:50 待客基礎英語(普)	15:43 迷你節目(普)	11:00 新聞(普)
14:15 女孩手工藝(普)	14:00 新聞氣象(普)	12:00 趣味悸動！(普)	12:25 趣味園藝(普)	13:00 旅行學法語(普)	15:45 玩設計(普)	11:15 揚聲歌唱(普)
14:20 薇妮雪兒在京都(普)	14:00 電視學中文(普)	12:25 待客基礎英語(普)	12:50 待客基礎英語(普)	13:25 老外東京 電車美食(普)	16:00 世界台精選(普)	12:00 新聞(普)
14:49 世界天氣(普)	13:25 透視亞洲(普)	12:50 待客基礎英語(普)	13:00 旅行學西語(普)	13:55 名曲選(普)	16:30 與媽媽同樂(普)	12:05 新 BS 日本之歌(普)
14:50 午後攝影棚(普)	13:55 名曲選(普)	13:00 旅行學西語(普)	13:25 老外遊日本(普)	14:00 BS 新聞(普)	16:54 大家的歌(普)	13:35 京都趣味園藝(普)
15:25 小廚到你家(普)	14:00 BS 新聞(普)	13:25 老外遊日本(普)	13:55 名曲選(普)	14:10 大家的歌(普)	17:00 新聞(普)	13:40 東北見知探(普)
15:38 迷你節目(普)	14:10 大家的歌(普)	14:00 BS 新聞(普)	14:00 BS 新聞(普)	14:15 生活小雜誌(普)	17:05 畢達哥拉斯 知識開關(普)	13:45 遊戲學沖繩話(普)
16:11 遊戲學英語(普)	14:15 生活小雜誌(普)	14:10 大家的歌(普)	14:10 大家的歌(普)	14:15 生活小雜誌(普)	17:20 錢天堂菓子屋(普)	13:50 BS 新聞(普)
16:21 遊戲捉迷藏(普)	15:25 漫步世界貓(普)	14:15 生活小雜誌(普)	14:15 生活小雜誌(普)	14:20 訪談挖挖挖(普)	17:30 啾啾宇宙 放送局(普)	14:00 世界台精選(普)
16:36 與媽媽同樂(普)	15:40 大家的體操(普)	14:20 芯京都(普)	14:20 芯京都(普)	14:50 午後攝影棚(普)	17:55 創意繪畫工房(普)	16:30 兒童探索(普)
17:00 涉 5 時新聞(普)	15:45 畢達哥拉斯 知識開關(普)	14:48 世界天氣(普)	14:48 世界天氣(普)	15:35 大河劇預告(普)	18:00 六點新聞(普)	17:00 新聞(普)
17:10 兒童探索(普)	15:50 自然百景(普)	14:50 午後攝影棚(普)	14:50 午後攝影棚(普)	15:40 大家的體操(普)	18:30 世界台精選(普)	17:05 相似找一找(普)
17:25 妙答三人行(普)	15:50 大家的體操(普)	15:25 自然百景(普)	15:25 漫步世界街道(普)	15:45 畢達哥拉斯 知識開關(普)	19:15 有吉發大財(普)	17:25 小五小六 基礎英語(普)
17:50 大家的歌(普)	15:55 畢達哥拉斯 知識開關(普)	15:40 大家的體操(普)	15:45 畢達哥拉斯 知識開關(普)	16:01 遊戲學日語(普)	19:45 新聞氣象(普)	17:35 E 舞蹈學院(普)
17:55 浮世繪 江戶生活(普)	16:01 遊戲學日語(普)	15:45 畢達哥拉斯 知識開關(普)	15:50 畢達哥拉斯 知識開關(普)	16:11 遊戲學英語(普)	20:00 NHK 特集(普)	18:00 六點新聞(普)
18:00 六點新聞(普)	16:11 遊戲學英語(普)	16:01 遊戲學日語(普)	16:01 遊戲學日語(普)	16:21 遊戲捉迷藏(普)	20:49 世界天氣(普)	18:30 達爾文來了(普)
18:30 家族史(普)	16:36 與媽媽同樂(普)	16:11 遊戲學日語(普)	16:11 遊戲學日語(普)	16:36 與媽媽同樂(普)	20:50 知子醬！ 單獨開罵(普)	19:00 大河劇 麒麟來了 43(普)
19:42 迷你節目(普)	17:00 涉 5 時新聞(普)	16:21 遊戲捉迷藏(普)	16:21 遊戲捉迷藏(普)	17:00 涉 5 時新聞(普)	21:00 浮世繪 江戶生活(普)	19:45 新聞氣象(普)
19:45 每日育兒指南(普)	17:10 兒童探索(普)	16:36 與媽媽同樂(普)	16:36 與媽媽同樂(普)	17:10 兒童探索(普)	21:05 新聞資訊台 精華(普)	20:00 NHK 特集(普)
19:50 玩設計(普)	17:25 天才電視兒童(普)	17:00 涉 5 時新聞(普)	17:00 涉 5 時新聞(普)	17:25 天才電視兒童(普)	21:10 世界台精選(普)	20:49 世界天氣(普)
19:57 世界天氣(普)	17:59 世界天氣(普)	17:10 兒童探索(普)	17:10 兒童探索(普)	17:59 世界天氣(普)	21:45 迷你節目(普)	20:50 世界台精選(普)
20:00 八點看新聞(普)	18:00 六點新聞(普)	17:25 天才電視兒童(普)	17:25 天才電視兒童(普)	18:00 六點新聞(普)	22:00 SONGS(普)	21:50 新聞氣象(普)
21:00 逆轉人生(普)	18:30 健康生活 好吃驚(普)	17:59 世界天氣(普)	17:59 世界天氣(普)	18:30 首都圈 情報快遞(普)	22:30 夜間戲劇 接下來是 倫理課 3(普)	21:55 世界現況(普)
21:45 故事紀錄(普)	19:15 三明治人 泡湯到你家(普)	18:00 六點新聞(普)	18:00 六點新聞(普)	18:57 知子醬開罵(普)	23:00 新聞氣象(普)	22:32 迷你節目(普)
22:15 一日新聞回顧(普)	19:45 每日育兒指南(普)	18:30 所桑！不得了(普)	18:30 所桑！不得了(普)	19:42 迷你節目(普)	23:05 世界台精選(普)	22:35 週日體育報導(普)
22:30 國際報導(普)	19:50 玩設計(普)	18:57 日本姓氏綜藝(普)	18:57 日本姓氏綜藝(普)	19:45 女孩手工藝 倫理課 3(普)		23:25 BS 新聞(普)
23:10 世界天氣(普)	20:00 八點看新聞(普)	19:42 迷你節目(普)	19:42 迷你節目(普)	20:00 八點看新聞(普)		23:35 揚聲歌唱(普)
23:15 土曜時代劇 立花登青春手控 第二季 3(普)	20:00 今日焦點(普)	19:50 玩設計(普)	19:50 玩設計(普)	20:00 八點看新聞(普)		
23:53 迷你節目(普)	20:10 歷史秘話(普)	19:57 世界天氣(普)	19:57 世界天氣(普)	21:00 今日焦點(普)		
23:55 大家的歌(普)	22:15 一日新聞回顧(普)	20:00 八點看新聞(普)	20:00 八點看新聞(普)	21:30 全球旅行買家(普)		
	22:30 國際報導(普)	21:00 今日焦點(普)	21:00 今日焦點(普)	22:15 一日新聞回顧(普)		
	23:10 世界天氣(普)	22:15 一日新聞回顧(普)	22:15 一日新聞回顧(普)	22:30 國際報導(普)		
	23:15 智慧之泉(普)	22:30 國際報導(普)	22:30 國際報導(普)	23:10 世界天氣(普)		
	23:58 迷你節目(普)	23:15 又吉直樹 答案抵佳(普)	23:15 世界台劇場「企業 ～逆轉天鵝」3(普)	23:15 日本單車行腳(普)		