

日	月	火	水	木	金	土
29  	30 ひまわりTimes (月)・(火)・(水) 【コーナー】いくこのいっとこつと CALMAR ~ 鷺崎町~ 【コーナー】ちょい旅 ~イキテレ編~ 長崎・佐賀のお出かけスポットを紹介!	1	2	3 ひまわりTimes (木)・(金)・(土) 【コーナー】見れば得するとくたくAコープ 「ほっころ店」お得情報をお届け! 【コーナー】ちょい旅 ~五島編~ 長崎・佐賀のお出かけスポットを紹介!	4	5 
6 ひまわりTimes 再放送 月~水 7時・10時・15時・19時 木~土 8時・11時・16時・20時 	7 ひまわりTimes (月)・(火)・(水) 【コーナー】いくこのいっとこつと カフェ フローラ ~山茶花高原ハーブ園~ 【コーナー】肉体改造! BURN BURN BURN! フィットネスジムBURN	8	9	10 ひまわりTimes (木)・(金)・(土) 【コーナー】ドキドキプライス ながつじ お得なお買い物情報をお届け! 【コーナー】ちょい旅 ~長崎編~ 長崎・佐賀のお出かけスポットを紹介!	11	12 【特別番組】第52回 高来地域市民体育祭 @13:00 / ①20:00 ※土曜は20時~なし 
13 ひまわりTimes 再放送 月~水 7時・10時・15時・19時 木~土 8時・11時・16時・20時 【特別番組】 高来地域市民体育祭 ■13:00 ■21:00 	14 ひまわりTimes (月)・(火)・(水) 【コーナー】いくこのいっとこつと お米月 ~森山町杉谷~	15	16	17 ひまわりTimes (木)・(金)・(土) 【コーナー】見れば得するとくたくAコープ 「ほっころ店」お得情報をお届け! 【コーナー】ちょい旅 ~大村編~ 長崎・佐賀のお出かけスポットを紹介!	18	19 【特別番組】第52回 諫早市民音楽祭 @13:00 / ①20:00 ※土曜は20時~なし 
20 ひまわりTimes 再放送 月~水 7時・10時・15時・19時 木~土 8時・11時・16時・20時 【特別番組】 諫早市民音楽祭 ■13:00 	21 ひまわりTimes (月)・(火)・(水) 【コーナー】いくこのいっとこつと 鯛やきtaitai ~多良見町元釜~ 【コーナー】肉体改造! BURN BURN BURN! フィットネスジムBURN	22	23	24 ひまわりTimes (木)・(金)・(土) ドキドキプライスながつじ お得なお買い物情報をお届け! 【コーナー】THE 警察署110 交通安全・防犯についてお聞きます!	25	26 【特別番組】創成館高校 夢創祭 @13:00 / ①20:00 ※土曜は20時~なし 
27 ひまわりTimes 再放送 月~水 7時・10時・15時・19時 木~土 8時・11時・16時・20時 【特別番組】 創成館高校 夢創祭 ■13:00 	28 ひまわりTimes (月)・(火)・(水) 【コーナー】いくこのいっとこつと 居酒屋えりんち ~高城町~ 【コーナー】農業のトリコ 市内で活躍する農家さんをご紹介します!	29	30	31	1 放送時間 7時・10時・12時・15時 ・19時・22時 	2
						【特別番組】春日園保育所運動会 @13:00 / ①20:00 ※: