

12月28日(土)

| 放送開始 | 番組名 |
|-------|----------------------------------|
| 0:00 | 町からのお知らせ |
| 1:00 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 1:09 | 下町忘年会 |
| 1:23 | 絵付け ～下町公民館～ |
| 1:30 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 |
| 1:38 | NHK歌謡コンサート熱唱にっぽんの冬景色 |
| 2:23 | アーカイブ やってみちゃんねる 羅漢山(2022年11月放送) |
| 2:39 | アーカイブ たかもりスケッチ ゆく年くる年(2023年1月放送) |
| 2:46 | アーカイブ 消防の番組令和4年度出初式(2022年2月放送) |
| 3:28 | アーカイブ 尾下菅原神社秋季大祭(2019年10月放送) |
| 3:36 | アーカイブ 高森じかん冬の保存食づくり(2019年11月放送分) |
| 3:43 | アーカイブ 大阿蘇絵画展(2023年2月放送) |
| 4:19 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 4:28 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 6:00 | 町からのお知らせ |
| 7:06 | なんさま体操#214 |
| 7:30 | アーカイブ 大阿蘇絵画展(2023年2月放送) |
| 7:52 | 下町忘年会 |
| 8:06 | NHK歌謡コンサート熱唱にっぽんの冬景色 |
| 9:15 | 道路に潜む危険(歩行者編) |
| 9:30 | なんさま体操#214 |
| 9:54 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 10:03 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 |
| 10:11 | 絵付け ～下町公民館～ |
| 10:18 | アーカイブ やってみちゃんねる 羅漢山(2022年11月放送) |
| 10:34 | アーカイブ 尾下菅原神社秋季大祭(2019年10月放送) |
| 10:42 | アーカイブ 消防の番組令和4年度出初式(2022年2月放送) |
| 11:24 | アーカイブ 高森じかん冬の保存食づくり(2019年11月放送分) |
| 11:31 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 11:47 | 道路に潜む危険(自動車運転者編) |
| 12:00 | 町からのお知らせ |
| 13:00 | 絵付け ～下町公民館～ |

| 放送開始 | 番組名 |
|-------|----------------------------------|
| 13:07 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 |
| 13:15 | アーカイブ 阿蘇茅葺工房(2022年1月放送分) |
| 13:45 | アーカイブ たかもりスケッチ ゆく年くる年(2023年1月放送) |
| 13:52 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 14:00 | 町からのお知らせ |
| 15:00 | 高森町社協のサロン体操「上半身の体操編」 |
| 15:18 | NHK歌謡コンサート熱唱にっぽんの冬景色 |
| 16:03 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 16:12 | 下町忘年会 |
| 16:26 | 絵付け ～下町公民館～ |
| 16:33 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 |
| 16:41 | アーカイブ 大阿蘇絵画展(2023年2月放送) |
| 17:03 | アーカイブ 阿蘇茅葺工房(2022年1月放送分) |
| 17:33 | アーカイブ 高森じかん冬の保存食づくり(2019年11月放送分) |
| 17:40 | アーカイブ やってみちゃんねる 羅漢山(2022年11月放送) |
| 18:00 | 町からのお知らせ |
| 19:00 | なんさま体操#214 |
| 19:24 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 19:33 | 下町忘年会 |
| 19:47 | NHK歌謡コンサート熱唱にっぽんの冬景色 |
| 20:32 | アーカイブ たかもりスケッチ ゆく年くる年(2023年1月放送) |
| 20:39 | アーカイブ 尾下菅原神社秋季大祭(2019年10月放送) |
| 20:47 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 21:00 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 |
| 21:08 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 21:17 | 下町忘年会 |
| 21:31 | アーカイブ 大阿蘇絵画展(2023年2月放送) |
| 22:00 | 町からのお知らせ |
| 23:00 | 絵付け ～下町公民館～ |
| 23:07 | アーカイブ 消防の番組令和4年度出初式(2022年2月放送) |
| 23:49 | 10chプラス(ダイジェスト) |

12月29日(日)～12月31日(火)

| 放送開始 | 番組名 |
|-------|----------------------------------|
| 0:00 | 町からのお知らせ |
| 1:00 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 1:09 | 下町忘年会 |
| 1:23 | 絵付け ～下町公民館～ |
| 1:30 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 |
| 1:38 | NHK歌謡コンサート熱唱につぼんの冬景色 |
| 2:23 | アーカイブ やってみちゃんねる 羅漢山(2022年11月放送) |
| 2:39 | アーカイブ たかもりスケッチ ゆく年くる年(2023年1月放送) |
| 2:46 | アーカイブ 消防の番組令和4年度出初式(2022年2月放送) |
| 3:28 | アーカイブ 尾下菅原神社秋季大祭(2019年10月放送) |
| 3:36 | アーカイブ 高森じかん冬の保存食づくり(2019年11月放送分) |
| 3:43 | アーカイブ 大阿蘇絵画展(2023年2月放送) |
| 4:05 | 下町忘年会 |
| 4:19 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 4:28 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 6:00 | 町からのお知らせ |
| 7:06 | なんさま体操#214 |
| 7:30 | アーカイブ 大阿蘇絵画展(2023年2月放送) |
| 7:52 | 下町忘年会 |
| 8:06 | NHK歌謡コンサート熱唱につぼんの冬景色 |
| 8:59 | おしん 第229回・第230回 |
| 9:30 | なんさま体操#214 |
| 9:54 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 10:03 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 |
| 10:11 | 絵付け ～下町公民館～ |
| 10:18 | アーカイブ やってみちゃんねる 羅漢山(2022年11月放送) |
| 10:34 | アーカイブ 尾下菅原神社秋季大祭(2019年10月放送) |
| 10:42 | アーカイブ 消防の番組令和4年度出初式(2022年2月放送) |
| 11:24 | アーカイブ 高森じかん冬の保存食づくり(2019年11月放送分) |
| 11:31 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 11:47 | 道路に潜む危険(自動車運転者編) |

| 放送開始 | 番組名 |
|-------|----------------------------------|
| 12:07 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 |
| 12:15 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 12:24 | 下町忘年会 |
| 12:38 | アーカイブ 阿蘇茅葺工房(2022年1月放送分) |
| 13:08 | アーカイブ たかもりスケッチ ゆく年くる年(2023年1月放送) |
| 13:15 | アーカイブ 尾下菅原神社秋季大祭(2019年10月放送) |
| 13:23 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 14:00 | 町からのお知らせ |
| 15:00 | 高森町社協のサロン体操「上半身の体操編」 |
| 15:18 | NHK歌謡コンサート熱唱につぼんの冬景色 |
| 16:03 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 16:12 | 下町忘年会 |
| 16:26 | 絵付け ～下町公民館～ |
| 16:33 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 |
| 16:41 | アーカイブ 阿蘇茅葺工房(2022年1月放送分) |
| 17:11 | アーカイブ 高森じかん冬の保存食づくり(2019年11月放送分) |
| 17:18 | アーカイブ やってみちゃんねる 羅漢山(2022年11月放送) |
| 18:00 | 町からのお知らせ |
| 19:00 | おしん 第229回・第230回 |
| 19:31 | なんさま体操#214 |
| 19:55 | NHK歌謡コンサート熱唱につぼんの冬景色 |
| 20:40 | アーカイブ たかもりスケッチ ゆく年くる年(2023年1月放送) |
| 20:47 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 21:00 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 |
| 21:08 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 21:17 | 下町忘年会 |
| 21:31 | アーカイブ 大阿蘇絵画展(2023年2月放送) |
| 22:00 | 町からのお知らせ |
| 23:00 | 絵付け ～下町公民館～ |
| 23:07 | アーカイブ 消防の番組令和4年度出初式(2022年2月放送) |
| 23:49 | 10chプラス(ダイジェスト) |

1月1日(水)～1月2日(木)

| 放送開始 | 番組名 |
|-------|----------------------------------|
| 0:00 | 新年のご挨拶(町長・議長) |
| 0:09 | 町からのお知らせ |
| 1:09 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 1:18 | 下町忘年会 |
| 1:32 | 絵付け ～下町公民館～ |
| 1:39 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 |
| 1:47 | NHK歌謡コンサート熱唱にっぽんの冬景色 |
| 2:32 | アーカイブ やってみちゃんねる 羅漢山(2022年11月放送) |
| 2:48 | アーカイブ たかもりスケッチ ゆく年くる年(2023年1月放送) |
| 2:55 | アーカイブ 消防の番組令和4年度出初式(2022年2月放送) |
| 3:37 | アーカイブ 尾下菅原神社秋季大祭(2019年10月放送) |
| 3:45 | アーカイブ 高森じかん冬の保存食づくり(2019年11月放送分) |
| 3:52 | アーカイブ 大阿蘇絵画展(2023年2月放送) |
| 4:14 | 下町忘年会 |
| 4:28 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 4:37 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 6:00 | 町からのお知らせ |
| 7:06 | なんさま体操#214 |
| 7:30 | 新年のご挨拶(町長・議長) |
| 7:39 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 7:48 | アーカイブ 大阿蘇絵画展(2023年2月放送) |
| 8:10 | アーカイブ 消防の番組令和4年度出初式(2022年2月放送) |
| 8:59 | おしん 第231回・第232回 |
| 9:30 | なんさま体操#214 |
| 9:54 | 下町忘年会 |
| 10:08 | NHK歌謡コンサート熱唱にっぽんの冬景色 |
| 10:53 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 |
| 11:01 | 絵付け ～下町公民館～ |
| 11:08 | アーカイブ 高森じかん冬の保存食づくり(2019年11月放送分) |
| 11:15 | アーカイブ 阿蘇茅葺工房(2022年1月放送分) |
| 11:45 | アーカイブ たかもりスケッチ ゆく年くる年(2023年1月放送) |
| 11:52 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 12:00 | 新年のご挨拶(町長・議長) |
| 12:09 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 12:18 | 下町忘年会 |

| 放送開始 | 番組名 |
|-------|----------------------------------|
| 12:32 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 |
| 12:40 | NHK歌謡コンサート熱唱にっぽんの冬景色 |
| 13:25 | アーカイブ 大阿蘇絵画展(2023年2月放送) |
| 13:47 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 14:00 | 町からのお知らせ |
| 15:00 | 高森町社協のサロン体操「上半身の体操編」 |
| 15:18 | 新年のご挨拶(町長・議長) |
| 15:27 | 絵付け ～下町公民館～ |
| 15:34 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 |
| 15:42 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 15:51 | 下町忘年会 |
| 16:05 | アーカイブ 消防の番組令和4年度出初式(2022年2月放送) |
| 16:47 | アーカイブ やってみちゃんねる 羅漢山(2022年11月放送) |
| 17:03 | アーカイブ 尾下菅原神社秋季大祭(2019年10月放送) |
| 17:11 | アーカイブ 阿蘇茅葺工房(2022年1月放送分) |
| 17:41 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 17:47 | 道路に潜む危険(自動車運転者編) |
| 18:00 | 町からのお知らせ |
| 19:00 | おしん 第231回・第232回 |
| 19:31 | なんさま体操#214 |
| 19:55 | 新年のご挨拶(町長・議長) |
| 20:04 | 絵付け ～下町公民館～ |
| 20:11 | 下町忘年会 |
| 20:25 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 |
| 20:33 | アーカイブ 高森じかん冬の保存食づくり(2019年11月放送分) |
| 20:40 | アーカイブ 尾下菅原神社秋季大祭(2019年10月放送) |
| 20:48 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 21:00 | 新年のご挨拶(町長・議長) |
| 21:09 | NHK歌謡コンサート熱唱にっぽんの冬景色 |
| 21:54 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 22:00 | 町からのお知らせ |
| 23:00 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 23:09 | 絵付け ～下町公民館～ |
| 23:16 | アーカイブ やってみちゃんねる 羅漢山(2022年11月放送) |
| 23:32 | アーカイブ たかもりスケッチ ゆく年くる年(2023年1月放送) |

1月3日(金)

| 放送開始 | 番組名 | 放送開始 | 番組名 |
|-------|----------------------------------|-------|----------------------------------|
| 0:00 | 新年のご挨拶(町長・議長) | 16:05 | アーカイブ 消防の番組令和4年度出初式(2022年2月放送) |
| 0:09 | 町からのお知らせ | 16:47 | アーカイブ やってみちゃんねる 羅漢山(2022年11月放送) |
| 1:09 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) | 17:03 | アーカイブ 尾下菅原神社秋季大祭(2019年10月放送) |
| 1:18 | 下町忘年会 | 17:11 | アーカイブ 阿蘇茅葺工房(2022年1月放送分) |
| 1:32 | 絵付け ～下町公民館～ | 17:41 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 1:39 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 | 17:47 | 道路に潜む危険(自動車運転者編) |
| 1:47 | NHK歌謡コンサート熱唱につぼんの冬景色 | 18:00 | 町からのお知らせ |
| 2:32 | アーカイブ やってみちゃんねる 羅漢山(2022年11月放送) | 19:00 | おしん 第231回・第232回 |
| 2:48 | アーカイブ たかもりスケッチ ゆく年くる年(2023年1月放送) | 19:31 | なんさま体操#214 |
| 2:55 | アーカイブ 消防の番組令和4年度出初式(2022年2月放送) | 19:55 | 新年のご挨拶(町長・議長) |
| 3:37 | アーカイブ 尾下菅原神社秋季大祭(2019年10月放送) | 20:04 | 絵付け ～下町公民館～ |
| 3:45 | アーカイブ 高森じかん冬の保存食づくり(2019年11月放送分) | 20:11 | 下町忘年会 |
| 3:52 | アーカイブ 大阿蘇絵画展(2023年2月放送) | 20:25 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 |
| 4:14 | 下町忘年会 | 20:33 | アーカイブ 高森じかん冬の保存食づくり(2019年11月放送分) |
| 4:28 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) | 20:40 | アーカイブ 尾下菅原神社秋季大祭(2019年10月放送) |
| 4:37 | 10chプラス(ダイジェスト) | 20:48 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 6:00 | 町からのお知らせ | 21:00 | 新年のご挨拶(町長・議長) |
| 7:06 | なんさま体操#214 | 21:09 | NHK歌謡コンサート熱唱につぼんの冬景色 |
| 7:30 | 新年のご挨拶(町長・議長) | 21:54 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 7:39 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) | 22:00 | 町からのお知らせ |
| 7:48 | アーカイブ 大阿蘇絵画展(2023年2月放送) | 23:00 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 8:10 | アーカイブ 消防の番組令和4年度出初式(2022年2月放送) | 23:09 | 絵付け ～下町公民館～ |
| 8:59 | おしん 第231回・第232回 | 23:16 | アーカイブ やってみちゃんねる 羅漢山(2022年11月放送) |
| 9:30 | 下町忘年会 | 23:32 | アーカイブ たかもりスケッチ ゆく年くる年(2023年1月放送) |
| 9:50 | 令和7年度 二十歳の集い(生放送) | 20:53 | 今週の放送内容 |
| 12:00 | 新年のご挨拶(町長・議長) | 20:54 | 有明一朗(高森峠) |
| 12:09 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) | 20:59 | YouTube放送CM |
| 12:18 | 下町忘年会 | 21:00 | 新年のご挨拶(町長・議長) |
| 12:32 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 | 21:09 | NHK歌謡コンサート熱唱につぼんの冬景色 |
| 12:40 | NHK歌謡コンサート熱唱につぼんの冬景色 | 21:54 | 10chプラス(ダイジェスト) |
| 13:25 | アーカイブ 大阿蘇絵画展(2023年2月放送) | 21:59 | 今週の放送内容 |
| 13:47 | 10chプラス(ダイジェスト) | 22:00 | 町からのお知らせ |
| 14:00 | 町からのお知らせ | 23:00 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) |
| 15:00 | 高森町社協のサロン体操「上半身の体操編」 | 23:09 | 絵付け ～下町公民館～ |
| 15:18 | 新年のご挨拶(町長・議長) | 23:16 | アーカイブ やってみちゃんねる 羅漢山(2022年11月放送) |
| 15:27 | 絵付け ～下町公民館～ | 23:32 | アーカイブ たかもりスケッチ ゆく年くる年(2023年1月放送) |
| 15:34 | 高森高校ニュース振興局マンガ班空港視察 | 23:39 | 高森の心(野いねを水とうに) |
| 15:42 | つどいにおじゃまします(津留・野尻自主防災会) | 23:39 | たかもりけいさつTV(特殊詐欺) |
| 15:51 | 下町忘年会 | 23:51 | DVD販売CM |