

| | | | |
|-------------|---|--|--|
| 1 日 | NHK BS1 NHK BS1 | 20:00～20:49 深夜 | ・《スポーツ酒場”語り亭”》 ・《女子ジャンプW杯》(個人11・12戦リメハンメル大会・2(月)) |
| 2 月 | NHK BS1 NHK WORLD-JAPAN | 22:00～22:49 23:30～24:00 | ・《サッカーの園》 ・《Medical Frontiers》 |
| 3 火 | NHK BS1 NHK 総合 NHK Eテレ | 15:00～(LIVE) 18:05～18:48 22:00～22:44 | ・《アメリカンフットボール ライスボウル決勝》 ・《北の果て一人で生きる～浜下福蔵92歳～》 ・《ふるカフェ系ハルさんの休日》お正月スペシャル |
| 4 水 | | | |
| 5 木 | NHK 総合 | 16:05～16:29 | ・《ふるカフェ系ハルさんの休日・選》(24分版再放送・26(木)) |
| 6 金 | NHK WORLD-JAPAN | 13:30～(JST) | ・《GRAND SUMO Preview 2022》 |
| 7 土 | NHK BS1 NHK Eテレ 三重テレビ NHK BS1 | 04:30～04:59 07:20～07:35 18:15～18:30 21:00～21:49 | ・《Medical Frontiers》(国内再放送・14・21・28(土)) ・《なりきり! むーにゃん生きもの学園》 ・《岡三投資ナビ》 ・《サッカーの園》 |
| 8 日 | NHK BSプレミアム NHK Eテレ NHK 総合 NHK WORLD PREMIUM NHK WORLD-JAPAN NHK BS1 | 08:30～08:59 10:00～14:00 15:05～18:00 15:55～18:00 17:10～18:00 22:00～22:49 | ・《ふるカフェ系ハルさんの休日》(29分版再放送・15・22・29(日)) ・《囲碁・将棋》 ・《大相撲初場所》(～22(日)まで) ・《大相撲バイリンガル放送》(～22(日)まで) ・《GRAND SUMO LIVE Jan.》(・14・21(土)・15(日)) ・《BS1スペシャル 市民が見たロシア・ウクライナ侵攻》 |
| 9 月 | NHK WORLD-JAPAN NHK 総合 NHK Eテレ NHK WORLD-JAPAN | 01:30～(JST) 03:45～04:09 07:25～07:40 23:30～24:00 | ・《GRAND SUMO Highlights Jan.》(～30(月)まで) ・《大相撲幕内の全取組》(～30(月)まで) ・《なりきり! むーにゃん生きもの学園》(再放送・17・24(月)) ・《Medical Frontiers》 |
| 10 火 | | | |
| 11 水 | | | |
| 12 木 | NHK 総合 NHK BS1 | 08:15～09:55 20:00～20:49 | ・《あさいチ”リメイクナー(大人の学び直し)”》 ・《レジェンドの目撃者》 |
| 13 金 | | | |
| 14 土 | NHK Eテレ 三重テレビ NHK Eテレ | 07:20～07:35 18:15～18:30 23:00～23:59 | ・《なりきり! むーにゃん生きもの学園》 ・《岡三投資ナビ》 ・《E T V特集 弔いの時間》 |
| 15 日 | NHK Eテレ | 10:00～14:00 | ・《囲碁・将棋》 |
| 16 月 | NHK WORLD-JAPAN | 23:30～24:00 | ・《Medical Frontiers》 |
| 17 火 | NHK 総合 | 23:00～23:29 | ・《ニッポン知らなかった選手権 実況中!》 |
| 18 水 | | | |
| 19 木 | NHK 総合 | 12:20～12:45 | ・《にっぽん百低山》 |
| 20 金 | | | |
| 21 土 | NHK Eテレ NHK BSプレミアム 三重テレビ | 07:20～07:35 18:00～19:29 18:15～18:30 | ・《なりきり! むーにゃん生きもの学園》 ・《ゆったり温泉ひとり旅》 ・《岡三投資ナビ》 |
| 22 日 | NHK Eテレ NHK 総合 NHK WORLD-JAPAN | 10:00～14:00 13:05～13:30 16:30～18:00 | ・《囲碁・将棋》 ・《にっぽん百低山》(再放送・29日(日)) ・《GRAND SUMO LIVE Jan.》 |
| 23 月 | NHK WORLD-JAPAN | 23:30～24:00 | ・《Medical Frontiers》 |
| 24 火 | NHK 総合 | 23:00～23:29 | ・《ニッポン知らなかった選手権 実況中!》 |
| 25 水 | | | |
| 26 木 | NHK 総合 | 12:20～12:45 | ・《にっぽん百低山》 |
| 27 木 | NHK WORLD-JAPAN | 13:30～(JST) | ・《J-Arena》 |
| 28 土 | NHK BS1 NHK BS 4K 三重テレビ NHK BS1 | 16:00～16:50 18:00～19:29 18:15～18:30 21:00～21:49 | ・《スポヂカラ》 ・《ゆったり温泉ひとり旅》 ・《岡三投資ナビ》 ・《BS特集 西成おばちゃんコレクション》 |
| 29 日 | NHK Eテレ | 10:00～14:00 | ・《囲碁・将棋》 |
| 30 月 | NHK BSプレミアム NHK WORLD-JAPAN | 07:45～08:00 22:50～23:34 | ・《グレートトラバース3 15min》 ・《Medical Frontiers》 |
| 31 火 | NHK BSプレミアム/4K NHK 総合 NHK 総合 | 07:45～08:00 08:15～09:55 23:00～23:29 | ・《グレートトラバース3 15min》 ・《あさいチ”ツイQ楽ワザ”》 ・《ニッポン知らなかった選手権 実況中!》 |

☆NHK World JAPANは、Webサイトからストリーミング視聴できます

⇒ <https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/en/live/>

○NHK ◎BSスポーツ(中継他)
◎生字幕放送

○テレビ朝日 「報道ステーション」月～金 21:54～23:10

○TBS 「THE TIME」 月～金 05:20～08:00
「ひるおび!」 月～金 10:25～13:55
「Nスタ」 月～金 15:50～19:00
「NEWS 23」 月～木 23:00～23:55 金 23:30～24:15

○フジテレビ 「めざまし8」 月～金 08:00～09:50

◎MX-TV、スカパー 「南関東競馬中継 大井競馬場」 随時 14:10～21:30 他

◎阿寒湖アイヌTV ch 動画配信 【阿寒湖四季の動画 春編「春。カムイの恵みを分かち合う。」本編】 20分 配信中

◎AMAZON PRIME 動画配信 「BAKE OFF JAPAN」 ●EP 1～EP 8 配信中

※放送予定は変更になることがあります。何卒ご了承ください。