

# 縦断 ぽん に こころ旅<sup>2026</sup>

2026年 春の旅

放送予定

NHK  
BS

NHK  
BSP4K

3/30<sup>月</sup>~

6/12<sup>金</sup>



旅人

田中美佐子

1日の旅は  
“朝版”と“ゴール!”  
で完結!

コンパクトに14分

につぽん縦断 こころ旅

BS/BSP4K  
月~金 あさ **7:45~**

たっぷり29分

につぽん縦断 こころ旅 ゴール!

BS  
月~木 午後 **0:30~** BSP4K  
月~木 よる **7:00~**



※ ( ) に書かれた日付は、お手紙募集締め切り日 (必着) です。

☐ 「こころの風景」募集中!



みちやりん



こころ旅 公式ホームページ  
<https://one.nhk/kokorotabi>



こころ旅 Instagram  
@nhk\_kokorotabi

「こころの風景」の  
応募方法など  
詳しくはウラ面を  
ご覧ください。



