

時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	時間					
8:00	生活．健康．資訊	政正關你事	政正關你事 - 官員講話摘要	政正關你事		政正關你事 - 官員講話摘要		8:00					
8:05	千禧年代					星期六問責	BobieLand	8:05					
9:00						非凡香港		童真無國界	9:00				
9:30									9:30				
9:48							9:48						
9:50						第5屆亞洲殘疾人運動會直擊	第5屆亞洲殘疾人運動會直擊	第5屆亞洲殘疾人運動會直擊	第5屆亞洲殘疾人運動會直擊	動物童萌	9:50		
10:00											10:00		
10:20	好鄰居齊學基本法-校園 Special	10:20											
10:25	追夢者	10:25											
10:50	生活．健康．資訊	10:50											
10:55	政正關你事	10:55											
11:00	雙城聯動	11:00											
11:25	不完美受害人	11:25											
12:55		12:55											
13:00	生活．健康．資訊	新聞簡報	13:00										
13:05	非凡人物										13:05		
13:20						13:20							
13:21						13:21							
13:27						13:27							
13:31						13:31							
13:39						13:39							
13:45						13:45							
13:48						13:48							
13:51						13:51							
14:00						政正關你事					14:00		
14:05						時事摘錄					識多一點點	14:05	
14:14	14:14												
14:30	31看世界 - 周遊列車- 再出發					體壇快閃	14:30						
15:00							15:00						
15:23	生活．健康．資訊	15:23											
15:27	大港腳闖中超					巴黎一夜－穿越時空的音樂之旅	鄉郊豐年節2026：香港山水・聲舞一日音樂節	15:27					
15:30								15:30					
15:51	生活．健康．資訊	15:51											
15:57	第5屆亞洲殘疾人運動會直擊					藝坊現場表演		演藝盛會・開放舞台：港樂 50 周年	15:57				
16:30									香港故事: 樂地生根	16:30			
16:55							16:55						
17:00						17:00							
17:20						生活．健康．資訊	17:20						
17:30						第5屆亞洲殘疾人運動會直擊					弦動新聲	17:30	
17:45												17:45	
17:50												17:50	
18:00											生活．健康．資訊	18:00	
18:30						凝聚香港					體壇快閃	灣區夢成真 2.0	18:30
18:40													18:40
18:57	生活．健康．資訊	18:57											
19:00	新聞天地			新聞天地	新聞天地	新聞天地		19:00					
19:15						生活．健康．資訊	生活．健康．資訊	19:15					
19:20				教育建言					2026 一帶一路"港"你知	19:20			
19:27										19:27			
19:30	歡樂家長群 第二季	第5屆亞洲殘疾人運動會直 擊	歡樂家長群 第二季	第5屆亞洲殘疾人運動會直擊	歡樂家長群 第二季	亞太廣播聯盟機械人大賽2026	璀璨藝匯2026	19:30					
19:41		歡樂家長群 第二季						19:41					
19:42								19:42					
20:00		睇得見。聽得到					國寶時刻－精裝版	20:00					
20:25	政正關你事												
20:30	太平年					海市蜃樓		20:30					
21:25	政正關你事							21:25					

21:30	香港故事: 樂地生根	傳媒初體驗 第三季	醫生與你	鏗鏘集	野境求真	周末大電影: 我和春天有個約會	周末大電影: 和你在一起	21:30
22:00	看神州	縱橫天下事	走進東盟 III	十八好時光	廣播道會客室			22:00
22:30	灣區全媒睇							22:30
23:00	保監有道				動物福利企劃: 阿Meow奇遇記			23:00
23:05						香港故事: 樂地生根		23:05
23:30	凝聚香港					醫生與你	23:30	
23:35							23:35	
24:00	灣區全媒睇					非凡人物	24:00	
24:30	生活・健康・資訊						24:30	

*所有節目編排以電視台之最後公佈為準

更新日期：2026-10-24