

スポーツ時間取表

年月	月	火	水	木	金	土	日	年月				
2025年	4月	7・14・21・28	1・8・15・22・29	2・9・16・23・30	3・10・17・24	4・11・18・25	5・12・19・26	25年 4月				
	5月	5・12・19・26	6・13・20・27	7・14・21・28	1・8・15・22・29	2・9・16・23・30	3・10・17・24・31	5月				
	6月	2・9・16・23・30	3・10・17・24	4・11・18・25	5・12・19・26	6・13・20・27	7・14・21・28	6月				
	7月	7・14・21・28	1・8・15・22・29	2・9・16・23・30	3・10・17・24・31	4・11・18・25	5・12・19・26	7月				
	8月	4・11・18・25	5・12・19・26	6・13・20・27	7・14・21・28	1・8・15・22・29	2・9・16・23・30	8月				
	9月	1・8・15・22・29	2・9・16・23・30	3・10・17・24	4・11・18・25	5・12・19・26	6・13・20・27	9月				
平日 ランク	時分	月	火	水	木	金	土曜 ランク	分	日	時分	日曜 ランク	
C	5						C			5	C	
	25	グッド！モーニング						20	テレメンタリー			
								25	渡辺篤史の建もの探訪			
	6	グッド！モーニング						50	グッド！モーニング	6		
B	7	グッド！モーニング					B		グッド！モーニング	7	B	
	8	羽鳥慎一モーニングショ							朝だ！生です旅サラダ	8		
	9							30	プリキュア♪			
	55	テレビ特選街							仮面ライダー ガヴ	9		
								30	ゴジュージャー			
C	10	テレショップ					B		どーゆーの？信州	10		
	30	大下容子ワイド！スクラ						20	日曜マイチョイス			
	11					9/26				11		
								15	題名のない音楽会			
								20	なにわ男子の逆転男子			
								45	ANNニュース			
								50	ANNニュース			
S	12	大下容子ワイド！スクラ					S		何を隠そう…ソレが！	12	S	
								55	新婚さんいらっしゃい！			
	13	徹子の部屋							abnスペシャル	13		
	30	DAIGOも台所〜きよ				9/19		25	華丸井と大吉 麺			
	45	いまだキッ！										
	54	abn午後のワイド劇場		9/24		abn午後のワイド劇場		55	abnスペシャルサンデ			
B	14									14		
	15									15		
C	50	abnアンコールアワー					S	55	信州のツボ			
		9/29								イチオシ リン5ちゃん		55
										パウ・パトロール		
	16					28	S		相席食堂	16		
	48	スーパーJチャンネル						30	クレヨンしんちゃん			
								55	藤森慎吾の信州観光協会			
B	17						S		ドラえもん	17		
								25	ふるさとステーション			
	33	abnステーション 1						30	ANNスーパーJチャン			
	50	スーパーJチャンネル						55	abn天気予報			
									人生の楽園	18		
S	18						S		1泊家族	30		
	55	しあわせのたね。	気づきの扉	ヤミーのレシピ帖	地球を守ろう！エコアク	信州夢追人／はじけろ青		56	サンドウィッチマン&芦			
	19	帰れマンデー見っけ隊！	ブラチナファミリー	朝メシまで。	楽しく学ぶ！世界動画ニ	ザワつく！金曜日			ナニコレ珍百景	19		
	54	abnニュース&天気予						54	abn天気予報			
								58	ボツンと一軒家			

A	20	10万円のできるかな	家事ヤロウ!!!	くりむクイズ ミラク	林修の今知りたいでしょ	マツコ&有吉 かりそめ	A	池上彰のニュースそうだ		20	A	
			54abn天気予報					サタデーステーション	54			
								有働タイムズ	56			
	21	クイズプレゼンQさま	火曜ドラマ	水曜ドラマ	木曜ドラマ	ミュージックステーショ				21		
		54報道ステーション						abn天気予報	54	9/21		
	22		9/23					THE世代感		22		
								出川一茂ホラン☆不思議	30			
								イチオシ リン5チャン	54			
	23						S	オシドラサタデー		23	B	
S		10abn天気予報							09abn天気予報			
		15激レアさんを連れてきた	ロンドンハーツ	かまいガチ	アメトーーク!	金曜ナイトドラマ			15EIGHTーJAM			
							IMAnimation	30				
		45くりむナンタラ	キョコロヒー	ユア・フォルマ								
	24						B	ゴッドタン		24		
B		15ハマスカ放送部	夫が寝たあとに	ガリベンジャー	テレビ千鳥	イチオシ リン5チャン			10有吉クイズ			
		45あのチャンネル			45イチオシ リン5チャン	20探偵! ナイトスクープ			30あのちゃんの電電電波			
					50藤森慎吾の信州観光協会		45あなたとグルメ					
	25							おいしい給食		25		
		15イチオシ リン5チャン							55おぎやはぎのハピキャン			
	20イチオシ リン5チャン	musicる TV	イチオシ リン5チャン	あざとくて何が悪いの?	ワチャラチャ忍忍				25イチオシ リン5チャン			
		25白黒アンジャッシュ		25Break Out				30ワールドプロレスリング				
		50バスケ☆FAVE				50テレショップ	C				C	
C		55それいけ! 大宮セブン		55上田ちゃんネル	テレショップ				ANiMAZiNG!!			26
	26		05ラブ! Jリーグ			20テレショップ			30テレショップ			
		25テレショップ		25テレショップ			50abn天気予報					
		50テレショップ						テレショップ				
	27	55テレショップ		55テレショップ	abn天気予報			abn天気予報	30	27		
		20abn天気予報										
		25abn天気予報		25abn天気予報								
	28									28		
平日 ランク	時分	月	火	水	木	金	土曜 ランク	土	分	日	時	日曜 ランク