青森朝日放送株式会社　週間番組表　期間：2026/07/20 ～ 2026/07/26

発行日：2026/10/08

時	分	7月20日（月）	7月21日（火）	7月22日（水）	7月23日（木）	7月24日（金）	分	7月25日（土）	分	7月26日（日）	時
4							8	オープニング【その他】	8	オープニング【その他】	4
	13	オープニング【その他】	オープニング【その他】	オープニング【その他】	オープニング【その他】	オープニング【その他】	10	GO！ABA【その他】	10	GO！ABA【その他】	
	15	GO！ABA【その他】	GO！ABA【その他】	GO！ABA【その他】	GO！ABA【その他】	GO！ABA【その他】	15	通販【通販】	15	通販【通販】	
	20	通販【通販】	通販【通販】	通販【教養】	通販【通販】	通販【通販】	45	通販【通販】	45	通販【通販】	
	50	通販【通販】	通販【通販】	通販【通販】	通販【通販】	通販【通販】					
5	20	おはよう天気【報道】	おはよう天気【報道】	おはよう天気【報道】	おはよう天気【報道】	おはよう天気【報道】	15	通販【通販】	15	通販【通販】	5
	25	グッド！モーニング 【報道】 【教育】	グッド！モーニング 【報道】 【教育】	グッド！モーニング 【報道】 【教育】	グッド！モーニング 【報道】 【教育】	グッド！モーニング 【報道】 【教育】	45	おはよう天気【報道】	45	おはよう天気【報道】	
							50	ANNニュース【報道】	50	ポケモンとどこいく！？ 【教育】【娯楽】	
6		【教養】	【教養】	【教養】	【教養】	【教養】		通販【通販】			6
							30	渡辺篤史の建もの探訪【教養】	20	グッド！モーニング 【報道】【教育】【教養】	
7								題名のない音楽会【教育】			7
							30	ポケットモンスター【娯楽】			
8		羽鳥慎一モーニングショー 【報道】 【教育】 【教養】	羽鳥慎一モーニングショー 【報道】 【教育】 【教養】	羽鳥慎一モーニングショー 【報道】 【教育】 【教養】	羽鳥慎一モーニングショー 【報道】 【教育】 【教養】	羽鳥慎一モーニングショー 【報道】 【教育】 【教養】		朝だ！生です旅サラダ 【教育】 【教養】 【娯楽】		よ～い！スタ～と！トビダスクール【娯楽】	8
									30	名探偵プリキュア！【娯楽】	
9										仮面ライダー　ゼッツ【娯楽】	9
	55	全国高等学校野球選手権青森大会 【教育】 【教養】	有働由美子の健康案内人！【教養】	全国高等学校野球選手権青森大会 【教育】 【教養】	有働由美子の健康案内人！【教養】	有働由美子の健康案内人！【教養】	30	今田孝太郎【娯楽】	30	角醒ハンター　オメガホーン【娯楽】	
10	10		通販【通販】		通販【通販】	通販【通販】				バカリズムのちょっとバカリハカってみた 【教養】 【娯楽】	10
	40		大下容子ワイド！スクランブル 【報道】 【教育】 【教養】		大下容子ワイド！スクランブル 【報道】 【教育】 【教養】	大下容子ワイド！スクランブル 【報道】 【教育】 【教養】			55	ミキティダイニング【娯楽】	
11							25	KICK　OFF！　AOMORI【教育】			11
							40	港時間【教養】			
							45	ANNニュース【報道】	45	世界の車窓から【教育】	
									50	ANNニュース【報道】	
12	25	全国高等学校野球選手権青森大会 【教育】 【教養】						華大さんと千鳥くん 【教養】 【娯楽】		たけしのTVタックル【教養】	12
									55	新婚さんいらっしゃい【娯楽】	
13	30		徹子の部屋 【教育】【教養】		徹子の部屋 【教育】【教養】	徹子の部屋 【教育】【教養】			25	華丸丼と大吉麺 【教養】 【娯楽】	13
	35		DAIGOも台所　～きょうの献立　何にする？～ 【教育】	徹子の部屋 【教育】 【教養】	DAIGOも台所　～きょうの献立　何にする？～ 【教育】	DAIGOも台所　～きょうの献立　何にする？～ 【教育】					
	45		通販【通販】		通販【通販】	通販【通販】	55	ナニコレ珍百景　特別編 【教養】 【娯楽】	55	GO！ABA【その他】	
	50		通販【通販】		通販【通販】	通販【通販】					
14	5			DAIGOも台所　～きょうの献立　何にする？～ 【教育】						映画クレヨンしんちゃん 野原家と愉快な妖怪が夏の大冒険SP【娯楽】	14
	20		食ノ音色【教養】	港時間【教養】	港時間【教養】	港時間【教養】					
	25		華丸丼と大吉麺（再） 【教養】【娯楽】	華丸丼と大吉麺（再） 【教養】【娯楽】	華丸丼と大吉麺（再） 【教養】【娯楽】	華丸丼と大吉麺（再） 【教養】【娯楽】			30	ABCお笑いグランプリ【娯楽】	
	55		検事の死命（再）【娯楽】	遺品の声を聴く男（再）【娯楽】	開運！なんでも鑑定団（再） 【教育】【教養】	ナニコレ珍百景（再） 【教養】【娯楽】	55	これ余談なんですけど…【娯楽】			
15											15
	50				開運！なんでも鑑定団（再） 【教育】 【教養】	開運！なんでも鑑定団 【教育】 【教養】	55	王林の産地直送☆日本最高！！ 【教養】【娯楽】			
16	20	徹子の部屋 【教育】 【教養】									16
	48		スーパーJチャンネル 【報道】 【教育】 【教養】	スーパーJチャンネル 【報道】 【教育】 【教養】	スーパーJチャンネル 【報道】 【教育】 【教養】	スーパーJチャンネル 【報道】 【教育】 【教養】	25	GO！ABA【その他】			
	50	DAIGOも台所　～きょうの献立　何にする？～ 【教育】					30	クレヨンしんちゃん【娯楽】			
17	5	華丸丼と大吉麺（再） 【教養】【娯楽】						ドラえもん 【教育】【娯楽】			17
	33	スーパーJチャンネル 【報道】【教育】【教養】					30	ANNスーパーJチャンネル 【報道】【教育】	30	ANNスーパーJチャンネル 【報道】【教育】	
							55	ABA天気【報道】	55	ツカエルくんのえねタン 【教育】【教養】	
18	15	スーパーJチャンネルあおもり【報道】	スーパーJチャンネルあおもり【報道】	スーパーJチャンネルあおもり【報道】	スーパーJチャンネルあおもり【報道】	スーパーJチャンネルあおもり【報道】		人生の楽園【教育】		相葉マナブ 【教育】【教養】	18
							30	楽しく学ぶ！世界動画ニュース　2．5時間SP 【教養】 【娯楽】	52	ABA天気【報道】	
19	54	Qさま！！3時間SP 【教育】 【教養】	プラチナファミリー＆火曜の良純孝太郎　合体SP 【教育】 【教養】 【娯楽】	くりぃむクイズミラクル9　2時間SP 【教育】 【教養】 【娯楽】	相葉ヒロミのお困りですカー？　2時間SP 【教養】 【娯楽】	ザワつく！金曜日 【教養】【娯楽】			56	ポツンと一軒家　2時間SP 【教養】 【娯楽】	19
						ABA天気【報道】					
20	54					マツコ＆有吉　かりそめ天国【娯楽】					20
					湖池屋SDGs劇場　サスとテナ 【教育】【教養】	ABA天気【報道】	54	サタデーステーション【報道】	56	有働Times 【報道】【教育】 【教養】【娯楽】	
21			クロスロード～救命救急の約束～【娯楽】	大追跡Season2　～警視庁SSBC強行犯係～ 【娯楽】	大空港～GATE24～【娯楽】	ミュージックステーション【娯楽】					21
	54	報道ステーション【報道】	報道ステーション【報道】	報道ステーション【報道】	報道ステーション【報道】	報道ステーション【報道】	54	ABA天気【報道】			
22							15	出川一茂ホラン☆フシギの会【娯楽】	15	マイ・フィクション【娯楽】	22
							54	ABA天気【報道】			
23	10	全力坂【娯楽】	全力坂【娯楽】			全力チャレンジャー35 これができたら冠番組【娯楽】		夏色の雲が恋と嵐を巻き起こす【娯楽】	9	全力チャレンジャー35 これができたら冠番組（再）【娯楽】	23
	15 16	光一＆シゲのSHOWマン！！ 【教養】【娯楽】	ロンドンハーツ【娯楽】	全力坂【娯楽】	コウペンちゃん【娯楽】	名探偵のままでいて【娯楽】			15	EIGHT－JAM 【教養】 【娯楽】	
	20 21			かまいガチ【娯楽】	アメトーーク！【娯楽】						
	45 51	くりぃむナンタラ【娯楽】	テレビ千鳥【娯楽】	片田舎のおっさん、剣聖になるⅡ【娯楽】			30	天幕のジャードゥーガル【娯楽】			
24	15	START　UP！　ドリームエンタ 【娯楽】 【その他】	若槻千夏のうるさい心理テスト【娯楽】			甲子園への道 【報道】【教育】【教養】		甲子園への道 【報道】【教育】【教養】	10	甲子園への道 【報道】【教育】【教養】	24
	21			甲子園への道 【報道】【教育】【教養】	甲子園への道 【報道】【教育】【教養】		20	相席食堂【娯楽】			
	35 40		あざとくて何が悪いの？【娯楽】			探偵！ナイトスクープ【教養】			30	おぎやはぎのハピキャン 【教養】 【娯楽】	
	41 45			GO！ABA【その他】 スロパチTV【娯楽】	見取り図じゃん【娯楽】						
25	11 15	テレメンタリー 【報道】 【教養】	バスケ☆FIVE～日本バスケ応援宣言～ 【報道】【教養】【娯楽】	musicる　TV 【教養】 【娯楽】	ゴッドタン【娯楽】		20	ワールドプロレスリング【娯楽】		なにわ男子の逆転男子【娯楽】	25
	30 36		ラブ！！Jリーグ 【報道】【教養】【娯楽】		Break　Out【娯楽】	いぎなり放送中！【娯楽】			30	全力！アオハル応援団 【教育】 【教養】 【娯楽】	
	45 55	通販【通販】	ラブライブ！虹ヶ咲学園～【娯楽】	通販【教養】	全力チャレンジャー35 これができたら冠番組（再）【娯楽】	通販【教養】	50	きみを愛する気はないと言った次期公爵様がなぜか溺愛してきます【娯楽】			
26	6 11				通販【通販】					KICK　OFF！　AOMORI（再）【娯楽】	26
	15 20 25 30 41	GO！ABA【その他】 おやすみ天気【報道】	GO！ABA【その他】 おやすみ天気【報道】	GO！ABA【その他】 おやすみ天気【報道】		GO！ABA【その他】 おやすみ天気【報道】	20	花織さんは転生しても喧嘩がしたい！【娯楽】	15	通販【通販】	
					通販【通販】		50	通販【通販】	45	通販【通販】	
27	11 16				GO！ABA【その他】 おやすみ天気【報道】		20	GO！ABA【その他】	15	GO！ABA【その他】	27
							25	おやすみ天気【報道】	20	おやすみ天気【報道】	
28	8 13						8				28

時	分	7月20日（月）	7月21日（火）	7月22日（水）	7月23日（木）	7月24日（金）	分	7月25日（土）	分	7月26日（日）	時