青森朝日放送株式会社　週間番組表

発行日：2026/10/16

時	分	（月）	（火）	（水）	（木）	（金）	分	（土）	分	（日）	時
4											4
	43	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】	38	オープニング【その他】	38	オープニング【その他】	
	45	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】	40	GO！ABA【その他】	40	GO！ABA【その他】	
	50	通販【通販】	通販【通販】	通販【通販】	通販【通販】	通販【通販】	45	通販【通販】	45	通販【通販】	
5											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】	
	25	グッド！モーニング 【報道】 【教育】 【教養】	グッド！モーニング 【報道】 【教育】 【教養】	グッド！モーニング 【報道】 【教育】 【教養】	グッド！モーニング 【報道】 【教育】 【教養】	グッド！モーニング 【報道】 【教育】 【教養】	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								通販【その他】			6
									20	グッド！モーニング 【報道】【教育】 【教養】	
							30	渡辺篤史の建もの探訪【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！スターと！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　マイス【娯楽】	9
	55	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】	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】	有働由美子の健康案内人！【教養】	30	ハッピィ 【報道】 【教養】 【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】	通販【通販】	通販【通販】				ナニコレ珍百景　傑作選 【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】	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】	35	KICK　OFF！　AOMORI【教育】			
							50	有吉くんの正直さんぽ 【教養】【娯楽】			
11										ミキティダイニング【娯楽】	11
							45	ANNニュース【報道】	50	ANNニュース【報道】	
12								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	JAPANをスーツケースにつめ込んで！ 【教養】 【娯楽】	55	新婚さんいらっしゃい【娯楽】	
13		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】	徹子の部屋 【教育】【教養】	徹子の部屋 【教育】【教養】					13
	30	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】	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】	DAIGOも台所　～きょうの献立　何にする？ ～【教育】			25	華丸丼と大吉麺 【教養】 【娯楽】	
	45	通販【通販】	通販【通販】	通販【通販】	通販【通販】	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】	50	土曜スペシャル【教養】【娯楽】			
14	20	ドラマセレクション【娯楽】	ドラマセレクション【娯楽】	ドラマセレクション【娯楽】	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	サンデープレゼント 【報道】【教育】 【教養】【娯楽】【その他】	14
15	16		食ノ音色【教養】								15
	20	ごごどら【娯楽】	ごごどら【娯楽】	ごごどら【娯楽】	ごごどら【娯楽】	ごごどら【娯楽】			20	日曜バラエティー【娯楽】	
									35	タクうま 【教養】 【娯楽】	
16	15	ハレのちあした【教養】	ハレのちあした【教養】	ハレのちあした【教養】	ハレのちあした【教養】	ハレのちあした【教養】	55	王林の産地直送☆日本最高！！ 【教養】【娯楽】			16
							25	みらい☆ルーキー 【教育】【教養】			
	48	スーパーJチャンネル（ネット） 【報道】 【教育】 【教養】	スーパーJチャンネル（ネット） 【報道】 【教育】 【教養】	スーパーJチャンネル（ネット） 【報道】 【教育】 【教養】	スーパーJチャンネル（ネット） 【報道】 【教育】 【教養】	スーパーJチャンネル（ネット） 【報道】 【教育】 【教養】	30	クレヨンしんちゃん【娯楽】	30	トークィーンズ【娯楽】	
17								ドラえもん 【教育】【娯楽】		夫が寝たあとに 【教養】【娯楽】	17
							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	土曜くりいむ雑学 【教養】【娯楽】			
							56	サンドウィッチマン＆芦田愛菜の博士ちゃん 【教育】 【教養】	56	ナニコレ珍百景 【教養】【娯楽】	
19		帰れマンデー見っけ隊！！【娯楽】	ブラチナファミリー　華麗なる一家をのぞき見 【娯楽】	朝メシまで。 【教養】 【娯楽】	相葉ヒロミのお困りですカー？ 【教養】 【娯楽】	ザワつく！金曜日 【教養】【娯楽】			50	ABA天気【報道】	19
	54					ABA天気【報道】			54	ポツンと一軒家 【教養】 【娯楽】	
20		サンド＆キスマイの気になるマン【娯楽】	絶景＆世界遺産　火曜の良純孝太郎 【教育】 【教養】 【娯楽】	くりいむクイズミラクル9 【教育】【教養】 【娯楽】	林修の今知りたいでしょ！ 【教育】 【教養】	マツコ＆有吉　かりそめ天国【娯楽】		池上彰のニュースそうだったのか！？ 【報道】 【教養】			20
	54			ABA天気【報道】	ABA天気【報道】	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		Qさま！！ 【教育】【教養】		相棒season25【娯楽】	アナログナース　～デジタルってなんなんだよ！？～【娯楽】	ミュージックステーション【娯楽】					21
	48		ABA天気【報道】								
	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】	57	ABA天気【報道】			
22								あにいもうと【娯楽】	15	もうパパ！【娯楽】	22
							54	ABA天気【報道】			
23	10	全力坂【娯楽】	しろたん【娯楽】	全力坂【娯楽】	コウペンちゃん【娯楽】	全力チャレンジャー35 これができたら冠番組【娯楽】		はだかんぼうたち【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	光一＆シゲのSHOWマン！！ 【教養】【娯楽】	ロンドンハーツ【娯楽】	かまいガチ【娯楽】	アメトーーク！【娯楽】	真田十勇士　SHADOWS　OF THE　TEN　NINJA【娯楽】	30	#ゾンビさがしてます【娯楽】	15	EIGHT－JAM 【教養】【娯楽】	
	45	くりいむナンタラ【娯楽】	テレビ千鳥【娯楽】	魔法騎士レイアース【娯楽】							
24	15	なにわ男子の逆転男子【娯楽】	出川一茂ホラン大逆転の会【娯楽】	上田ちゃんネル【娯楽】	見取り図じゃん【娯楽】	王林の産地直送☆日本最高！！（再） 【教養】【娯楽】		相席食堂【娯楽】	10	おぎやはぎのハピキャン 【教養】【娯楽】	24
	45 50	Break　Out【娯楽】	バスケ☆FIVE～日本バスケ応援宣言～ 【報道】【教養】【娯楽】	スロパチTV【娯楽】	ゴッドタン【娯楽】	探偵！ナイトスクープ【教養】			40	いぎなり放送中！【娯楽】	
			ラブ！！Jリーグ 【報道】【教養】【娯楽】					ワールドプロレスリング【娯楽】	5	全力！アオハル応援団 【教育】【教養】 【娯楽】	25
25	15 40	ハレのちあした（再）【教養】	ハレのちあした（再）【教養】	ハレのちあした（再）【教養】	ハレのちあした（再）【教養】	ハレのちあした（再）【教養】	30	貸した魔力は【リボ払い】で強制徴収【娯楽】	35	KICK　OFF！　AOMORI（再）【娯楽】	
	48	GO！ABA【その他】	幻想水滸伝【娯楽】	GO！ABA【その他】	全力チャレンジャー35 これができたら冠番組（再）【娯楽】				50	GO！ABA【その他】	
	53 58	おやすみ天気【報道】		おやすみ天気【報道】	GO！ABA【その他】 おやすみ天気【報道】				55	おやすみ天気【報道】	
26	13 18		ラブライブ！虹ヶ咲学園～【娯楽】			musicる　TV 【教養】【娯楽】		dreamland【娯楽】			26
	43					GO！ABA【その他】	30	通販【通販】			
	48		テレメンタリー 【報道】【教養】			おやすみ天気【報道】					
27								GO！ABA【その他】			27
	18		GO！ABA【その他】				5	おやすみ天気【報道】			
	23		おやすみ天気【報道】								
28	33										28
	43						38		43		
時	分	（月）	（火）	（水）	（木）	（金）	分	（土）	分	（日）	時