2026 11 Nov 12 Dec　ローカル放送　生放送 FM青森生放送

JOWU-FM FM AOMORI

TIME TABLE

MON

5
00 Sound Library ~世界にひとつだけの本~
30 REAL SPORTS

6
00 ONE MORNING 〈月～金〉ユージ　吉田明世
6:25 快適生活ラジオショッピング 0120-40-1475
50 心のともしび [カトリック教会]
55 MY OLYMPIC 荒川静香、高橋尚子（隔月）

7
30 OH! HAPPY MORNING 〈月・火〉井門宗之・森藤恵美　〈水・木〉井門宗之・舘谷春香〈金〉蒲田健・高橋茉奈
7:30 OH! HAPPY MORNING
43 Weather
55 今朝のニュース

8
00 ONE MORNING
8:01 イエローハット TODAY'S KEY NUMBER [イエローハット]
09 今日のスポーツ
10 〈月・水・木〉NEW TREND ONE
〈火〉菌活 TREND ONE [ホクト]
〈金〉NEW TREND ONE
20 OH! HAPPY MORNING
8:20 OH! HAPPY MORNING
30 ヘッドラインニュース
55 快適生活ラジオショッピング 0120-40-1475

9
9:00 OH! HAPPY MORNING
25 快適生活ラジオショッピング 0120-40-1475
10:20 〈月・火・水・木〉ジャパネットたかたラジオショッピング
[ジャパネットたかたラジオショッピング ☎0120-441-555]

10
50 Doctor'sコンサルティングプログラム 〈月～木〉藤元由紀

11
00 ディア・フレンズ 坂本美雨
30 Otona no Radio Alexandria ロバート・ハリス
55 JFNニュース

12
00 スマイル 生放送 中里玲奈　吉田篤弘（気象予報士・防災士）
55 Words of Wisdomーときめく、言葉ー 真飛聖

13
00 デイリーフライヤー 〈月・火〉大橋俊夫 〈水・木〉井門宗之 [ジャパネットたかたラジオショッピング ☎0120-441-555]
30 今旬!いいもの百貨店
45 小堺一機のおうちで~CINEMA~
55 矢沢永吉 Sweet Rock'n'Roll

14
00 レコレール 鬼頭由芽
55 IMP.のIMPickup IMP.

15
00 レコレール 鬼頭由芽
55 FM青森ニュース

16
00 Happy Our Party! 杉崎真宏
16:10 はぴねすくらぶラジオショッピング [〈月～木〉はぴねすくらぶ]
30 あぐりずむ 川瀬良子 [〈月〉アサヒバイオサイクル 〈木〉JA全農]
40 Volkswagen TREASURES [Volkswagen]

17
50 ラジmott! 生放送 〈月〉斗澤やすあき 〈火〉柳澤ふじこ 〈水〉中里玲奈 〈木〉ライスボール実土里 鈴木耕治
16:50 オープニング
55 あおもり・ふぁん [青森県]
17:20 天気予報 [大和心]
35 TRAFFIC REPORT
18:00 FMタウンウェイブ
20 天気予報
30 〈火〉mott!スポーツ

18
54 快適生活ラジオショッピング

19
00 A・O・R ユキ・ラインハート
55 JFNニュース

20
00 高橋優のリアラジ 高橋優
30 川谷絵音の約30分我慢してくれませんか
55 JFNニュース

21
00 REQ JAM 〈月〉真空ジェシカ（ガク）、吉住〈火〉ハナコ 〈水〉ドンデコルテ
55 JFNニュース

22
00 SCHOOL OF LOCK! アンジー校長、たんぽ教頭 [ブルボン、〈月〉シモハナ物流、竹中工務店、〈火木〉フジクラ〈木〉新日本電工]
22:15 〈1週〉コレサワLOCKS!
〈2週〉NiziU LOCKS!
〈3週〉INI LOCKS!
〈4週〉新しい学校のリーダーズ LOCKS!
22:55 〈月・火〉リズムで記憶に刻み込め!リズム&メモリー
〈水・木〉リズムで記憶に刻み込め!
リズム&メモリー supported by アロンアルファ [アロンアルファ]
23:00 〈月〉ANZEN LOCKS!supported by JA共済 [JA共済]
〈火〉描け!未来の青写真Blue Print supported by MIZUHO [みずほフィナンシャルグループ]
〈水〉SCHOOL OF LOCK! 放送部 君だけの歌 supported by JASRAC [JASRAC]
〈木〉SCHOOL OF LOCK!森林部 supported by 王子ホールディングス [王子ホールディングス]

23
08 〈月〉ミセスLOCKS! Mrs. GREEN APPLE
〈火〉Saucy LOCKS! Saucy Dog
〈水〉Chevon LOCKS! Chevon
〈木〉乃木坂 LOCKS! 賀喜遥香（乃木坂46）
55 矢沢永吉 Sweet Rock'n'Roll

24
00 JET STREAM 福山雅治、ホラン千秋 [日本航空]
55 JFNニュース

1
00 TOKYO SPEAKEASY

2
00 P-CREW 〈月〉ぐちつぼ/ストグラ 〈火〉西川智樹/18TRIP出演キャスト（週変わり）
〈水〉超学生/ 命-mikoto-（-真天地開闢集団-ジグザグ）〈木〉A3!出演キャスト（週替わり）/三浦宏規

3
00 THE GREAT TRACKSTAR 蒲田健

4
00 Memories & Discoveries 〈月～木〉関口舞

Memories & Discoveries

7:00 MORNING HEADLINE
10 リポビタンD TREND NET [大正製薬]
19 〈火〉KUMON 笑顔100点満点♪ [公文教育研究会]
20 〈月〉ONE MORE NEWS
〈火〉ONE MORE NEWS [セムリンクス]
〈水〉食と農を未来へつなぐ。 [JA全農]
〈木〉ONE MORE NEWS [Yakult]
〈金〉JA共済 presents なるほど!交通安全 [JA共済]

9:00 OH! HAPPY MORNING
25 快適生活ラジオショッピング 0120-40-1475
10:20 〈月・火・水・木〉ジャパネットたかたラジオショッピング
[ジャパネットたかたラジオショッピング ☎0120-441-555]

---

51 AFB PICK UP MUSIC 〈火～木〉

Otona no Radio Alexandria ロバート・ハリス

[ジャパネットたかたラジオショッピング ☎0120-441-555]

イマドキ ショッピング!　小倉・IMALUの○○玉手箱!!
ECO LIFE～幸せのヒント～　First Chord 奥宮みさと
Doctor's Cafe　あなたのおそばにこくみん共済COOP

16:10 はぴねすくらぶラジオショッピング [〈月～木〉はぴねすくらぶ]

[〈月〉アサヒバイオサイクル 〈木〉JA全農]

[Volkswagen]

16:50 オープニング
55 あおもり・ふぁん [青森県]
17:20 天気予報 [大和心]
35 TRAFFIC REPORT
18:00 FMタウンウェイブ
20 天気予報
30 〈火〉mott!スポーツ

GMUの Gourmet Music Time
30 オズワルドのひげこんぶ

The Hakaikosenz ＃令和パンクレディオ
30 ハンバート ハンバートの帰ってきたなんじゃらほいRadio

近藤金吾のせーのでFight♪ 近藤金吾
ハラミちゃんのハラミファソRadio ハラミちゃん

タマ伸也のWANDO Music! タマ伸也　Sonia
Laid-Back radio Aimer

坂本サトル ミリオンレディオ 生放送
坂本サトル　モモ　小山内創祐

REQ JAM 〈金〉カミナリ

23:00 〈月〉ANZEN LOCKS!supported by JA共済 [JA共済]
〈火〉描け!未来の青写真Blue Print supported by MIZUHO [みずほフィナンシャルグループ]
〈水〉SCHOOL OF LOCK! 放送部 君だけの歌 supported by JASRAC [JASRAC]
〈木〉SCHOOL OF LOCK!森林部 supported by 王子ホールディングス [王子ホールディングス]

---

00 WEEKLY ARTIST FILE 鬼頭由芽

25:00 From ＩＮＩ ＩＮＩ

27:00 ウチらのイイブン! すがちゃん最高No.1

10:00 りんご娘の LOVE & SOLDER
10:30 ライスボールの おにぎりNIPPON
Yuming Chord 松任谷由実 [MIRARTHホールディングス]
ヒルモット!friday 生放送 工藤良子
12:20 モット!びびっと!八戸タイム

Hello Radio サウスランド
FRIDAY GOES ON ～あっ、それいただきっ!～ 斉藤リョーツ　藤井悠
クロタキ不動産 Radio Life Station
FRIDAY GOES ON ～あっ、それいただきっ!～ 斉藤リョーツ　藤井悠

ラジmott! 生放送 〈金〉里村好美　d-iZe
15:55 FM青森ニュース
16:05 いとく presents 今晩のオススメメニュー
20 mott青函!ツイン・レディオ! 函館のFMいるかと同時生放送
30 オールラグビー発信番組 SAKURA SOUL
55 あおもり・ふぁん
17:20 天気予報
35 TRAFFIC REPORT
18:00 FMタウンウェイブ
30 RADIOジャンQ? 弘前のFMアップルウェーブと同時生放送

---

00 AI Not So Different
30 Da-iCEの大野雄大ッス! supported by BOAT RACE [BOAT RACE振興会]

みちのらじお 古坂大魔王

SCHOOL OF LOCK! FRIDAY
22:00 学校運営戦略会議
22:07 応援部宣言メイト supported by カロリーメイト [カロリーメイト]
30 ビーバーLOCKS! SUPER BEAVER
55 AFB PICK UP MUSIC

---

00 WEEKLY ARTIST FILE 鬼頭由芽

25:00 From ＩＮＩ ＩＮＩ

27:00 ウチらのイイブン! すがちゃん最高No.1

SAT

5
00 From Athlete! 萩野 公介　高木 菜那　ミノルクリス滝沢

6
50 心のともしび [カトリック教会]
55 FM青森インフォメーション

7
00 From Athlete! 萩野 公介　高木 菜那　ミノルクリス滝沢
55 クロタキ不動産 Radio Life Station

8
00 TOKI CHIC RADIO 土岐麻子
30 小倉・IMALUの○○玉手箱!! 小倉淳　IMARU
45 昭和サウンドマップ 酒井一圭
55 FM青森ニュース

9
00 SING LIKE TALKING 佐藤竹善のアンダンテ 佐藤竹善
30 となりのカイシャに聞いてみた! 小堺 翔太 supported by オリックスグループ [オリックスグループ]
55 ドライバーズ・ガイド 工藤 良子

10
00 SPORTS BEAT supported by TOYOTA 藤木直人　高見侑里 [トヨタ]
50 コスモアースコンシャスアクト 未来へのメッセージ [COSMO]
55 AFB PICKUP MUSIC

11
00 ほんのキモチ 宮田　愛萌
30 産地直送旅番組 津軽へ行こう!20th ～LOVE and PEACE～ 境香織　藤田絵里賀
55 FM青森ニュース

12
00 チャレンジ川柳!むさし流! むさし　工藤良子
10 今日もいきいき!ＰＧライフ 里村 好美
20 多田慎也 Project Apple POP 多田慎也
55 JFNニュース

13
00 JA全農 COUNTDOWN JAPAN 遠山大輔、潮沙理菜 [JA全農]
53 KUMON笑顔100点満点 大学生リレー [公文教育研究会]
55 AFB PICK UP MUSIC

14
00 福山雅治 福のラジオ 福山雅治 [キユーピー、ティーバイティーガレージ、JR西日本ヴィアインホテルズ]
55 JFNニュース

15
00 AXA presents あしたはいい天気 YOU [AXA]
25 日本住宅ローン GO!GO!家族 チョコレートプラネット [日本住宅ローン]
30 広瀬すずの「よはくじかん」広瀬すず [三井不動産、全国信用金庫協会、中央エレベーター工業]
55 金正堂本店presentsアニバーサリーストーリー

16
00 リリー・フランキー「スナック ラジオ」 リリー・フランキー [カシワバラ・コーポレーション]
55 JFNニュース

17
00 IMPORT PLUS Drivin' Music + グッチー
10 Theシモキターンズ 高坂怜奈
30 Aomori RINGO Radio ジョナゴールド

18
00 パパとママのエンジョイヘルス!! ー健康って楽しいー 木村健一・郁子
30 いきものがかり radio meets
55 JFNニュース

19
00 川島明 そもそもの話 川島明（麒麟） [ビックカメラ]
55 AFB PICK UP MUSIC

20
00 アーティストプロデューススーパーエディション
55 JFNニュース

21
00 S.I.N NEXT GENERATION 坂本昌行、長野博、井ノ原快彦
55 JFNニュース

22
00 SPITZ 草野マサムネの ロック大陸漫遊記 草野マサムネ
55 JFNニュース

23
00 桑田佳祐のやさしい夜遊び [カンロ、サントリー伊右衛門]
55 RADIO MUSEUM～聴く、名画

24
00 「坂崎さんの番組」という番組 坂崎幸之助
55 IT'S MUSIC

1
00 未確認欲望学ホシガリアン 岡野陽一、みりちゃむ

2
00 ROCK THE NATION 伊藤政則

3
00 風とロック 箭内道彦
30 FAMILY DISCO DJ OSSHY

4
00 MUSIC LAUGH MIX

SUN

5
00 SUNDAY FLICKERS 春風亭一之輔　汾陽麻衣

6
30 天使のモーニングコール 白倉律子 [幸福の科学・幸福の科学出版]

7
00 ハリセンボンの「かっぽじ気分」
30 杉浦太陽・松井玲奈 日曜まなびより [内閣府]
55 FM青森ニュース

8
00 イトーとスドーのモノ申し隊!
15 心のノイズキャンセル
30 北川悦吏子の誰も聞いてないから大丈夫
55 Live Your Dream～本音で生きてください～

9
00 CITY POP MASTERS 村田睦
30 YKK AP presents ～窓辺でcafé time～ 皆藤愛子の窓café [YKK AP]
55 My Style,Camp Life～自分と向き合うくらし～

10
00 菊池風磨 hoursz [ヤマモリ]
30 木村拓哉 Flow 木村拓哉 [三菱UFJ銀行、ECC]
55 JFNニュース

11
00 津田健次郎 SPEA/KING 津田健次郎 [FMV、INPEX、第一三共ヘルスケア]
30 CHINTAI presentsきゃりーぱみゅぱみゅ Chapter#0～Touch Your Heart～ きゃりーぱみゅぱみゅ [CHINTAI]
55 JFNニュース

12
00 生見愛琉 soothing
30 日曜大学 supported by 日本大学 [日本大学]
55 恋する日本史 神田蘭（女流講談師）

13
00 山下達郎の楽天カード サンデー・ソングブック 山下達郎 [楽天カード、エアウィーヴ、文化シャッター、三菱ガス化学、ティーバイティガレージ]
55 FM青森ニュース

14
00 日本郵便 SUNDAY'S POST 小山薫堂、宇賀なつみ [日本郵便]
50 ルートインホテルズ presents とっておきここだけの旅～ここ旅～ 野呂佳代 [ルートインホテルズ]
55 FLORAの恵み

15
00 ももいろクローバーZの ハッピー・クローバー!TOP10 ももいろクローバーZ [日本デザイン]
55 AFB PICKUP MUSIC

16
00 NISSAN あ、安部礼司 ～BEYOND THE AVERAGE～ [NISSAN]
55 JFNニュース

17
00 SWALLOW's nest radio SWALLOW
30 yamaびこラジオ yama
55 JFNニュース

18
00 MUSIC LAUGH MIX 〈最終週〉村上RADIO [DNP大日本印刷]
〈第三日曜日〉
00 青森県知事と語る NEW WAVE TALK #あおらじ
30 エフエム青森 サンデートーク
55 清水みさとの、サウナいこ?

19
00 有吉弘行の SUNDAY NIGHT DREAMER
55 JFNニュース

20
00 有吉弘行の SUNDAY NIGHT DREAMER
55 JFNニュース

21
00 週刊MUSIC PUNCH!
55 JFNニュース

22
00 鈴木敏夫のジブリ汗まみれ [ウォルト・ディズニー・ジャパン、ローソン、日清製粉グループ、au、丸眞]
30 鈴木おさむ×古市憲寿 日曜夜に、こっそり
55 Good-Track! 井上麻里奈

23
00 武部聡志の SESSIONS
30 MUSIC TOURIST 宮田'レフティ'リョウ CARTOON
30 要のある音楽 根本 要（スターダストレビュー）

24
00 放送休止

---

00 SUNDAY FLICKERS 春風亭一之輔　汾陽麻衣

---

30 天使のモーニングコール 白倉律子 [幸福の科学・幸福の科学出版]

---

00 ハリセンボンの「かっぽじ気分」
30 杉浦太陽・松井玲奈 日曜まなびより [内閣府]
55 FM青森ニュース

---

00 イトーとスドーのモノ申し隊!
15 心のノイズキャンセル
30 北川悦吏子の誰も聞いてないから大丈夫
55 Live Your Dream～本音で生きてください～

---

00 CITY POP MASTERS 村田睦
30 YKK AP presents ～窓辺でcafé time～ 皆藤愛子の窓café [YKK AP]
55 My Style,Camp Life～自分と向き合うくらし～

---

00 菊池風磨 hoursz [ヤマモリ]
30 木村拓哉 Flow 木村拓哉 [三菱UFJ銀行、ECC]
55 JFNニュース

---

00 津田健次郎 SPEA/KING 津田健次郎 [FMV、INPEX、第一三共ヘルスケア]
30 CHINTAI presentsきゃりーぱみゅぱみゅ Chapter#0～Touch Your Heart～ きゃりーぱみゅぱみゅ [CHINTAI]
55 JFNニュース

---

00 生見愛琉 soothing
30 日曜大学 supported by 日本大学 [日本大学]
55 恋する日本史 神田蘭（女流講談師）

---

00 山下達郎の楽天カード サンデー・ソングブック 山下達郎 [楽天カード、エアウィーヴ、文化シャッター、三菱ガス化学、ティーバイティガレージ]
55 FM青森ニュース

---

00 日本郵便 SUNDAY'S POST 小山薫堂、宇賀なつみ [日本郵便]
50 ルートインホテルズ presents とっておきここだけの旅～ここ旅～ 野呂佳代 [ルートインホテルズ]
55 FLORAの恵み

---

00 ももいろクローバーZの ハッピー・クローバー!TOP10 ももいろクローバーZ [日本デザイン]
55 AFB PICKUP MUSIC

---

00 NISSAN あ、安部礼司 ～BEYOND THE AVERAGE～ [NISSAN]
55 JFNニュース

---

00 SWALLOW's nest radio SWALLOW
30 yamaびこラジオ yama
55 JFNニュース

---

00 MUSIC LAUGH MIX 〈最終週〉村上RADIO [DNP大日本印刷]
〈第三日曜日〉
00 青森県知事と語る NEW WAVE TALK #あおらじ
30 エフエム青森 サンデートーク
55 清水みさとの、サウナいこ?

---

00 有吉弘行の SUNDAY NIGHT DREAMER
55 JFNニュース

---

00 有吉弘行の SUNDAY NIGHT DREAMER
55 JFNニュース

---

00 週刊MUSIC PUNCH!
55 JFNニュース

---

00 鈴木敏夫のジブリ汗まみれ [ウォルト・ディズニー・ジャパン、ローソン、日清製粉グループ、au、丸眞]
30 鈴木おさむ×古市憲寿 日曜夜に、こっそり
55 Good-Track! 井上麻里奈

---

00 武部聡志の SESSIONS
30 MUSIC TOURIST 宮田'レフティ'リョウ CARTOON
30 要のある音楽 根本 要（スターダストレビュー）

---

00 放送休止

タイム料金

60分	A 363,000円	B 308,000円
55分	A 341,000円	B 275,000円
30分	A 176,000円	B 143,000円
25分	A 154,000円	B 132,000円
5分	A 88,000円	B 66,000円

スポット料金

60秒	A 72,600円	B 66,000円	
40秒	A 55,000円	B 44,000円	
30秒	A 36,300円	B 33,000円	
20秒	A 27,500円	B 22,000円	
15秒	A 19,800円	B 17,600円	

※Aタイム7:00～25:00　※Bタイム25:00～7:00　※すべて税込料金

ローカル生放送ではリクエスト・メッセージ募集中!

その他はこちら

スマイル	ラジmott!	ヒルモットFriday	ミリオンレディオ
smile@afb.co.jp	mott@afb.co.jp	ohiru@afb.co.jp	100@afb.co.jp
#ゆる天気スマイル	#radimott	#hirumott	#ミリオンレディオ