



~ 2026年4月1日からの番組表 ~

TIME TABLE



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日		
4:00	FMねむるミュージックボックス 演歌・歌謡曲をノンストップでお送りします。					FMねむる ミュージックボックス	Power Up More Nippon	4:00	
5:00							みすゞさんと明るいほうへ	5:00	
6:00							目覚めの時間	30	
6:00						経営軍師 岡渕一郎の絶対負けない社長の法則	6:00		
7:00	今日のごみ収集					今日のごみ収集	おはようサンデー	7:00	
	【生放送】サッチモ (7:05~9:00)					みんなのラジオ体操			
	05	<月曜担当> よーすけ	<火曜担当> よーすけ	<水曜担当> ゆーご	<木曜担当> ゆーご	<金曜担当> よーすけ			防災アラカルト 提供:根室市 ラジオショッピング (22分~)
	10	ラジオ体操	根室あれこれインフォ						ひろこの首部屋
	30	道路情報 提供: 渡辺建設工業株式会社	交通安全メッセージ 提供: 根室管内建設業協会						Challengers Labo~ Sound Of Oasis ~
40	市役所だより 提供: 根室市	天気予報 提供: (1・2週) 根室交通株式会社 / (3・4週) 伊藤建設株式会社				小倉・IMALUのOO玉手箱	40		
55	ニュース 道内/根室管内 交通安全一口メモ 提供: 根室管内建設業協会					大塚商会 Sound Together~ Yuming All Works	グツ★モニ	9:00	
30	道路情報 提供: 渡辺建設工業株式会社	(金曜のみ) 安全で住みよい街づくり 提供: 安全で住みよい街づくり推進協議会				戸田酒店presents 美味しいJapal			
47	防災アラカルト 提供: 根室市	天気予報				洋楽アワー			
9:00	(再)イトーとスターの長めにモノ申し隊!	FMねむる寄席				EmiLyのおしゃれフリーク ラグビーカフェ・オン・レディオ	ジネットリオ	10:00	
30	【生放送】アンドリユー (10:00~13:00)					堀江淳の フィンミュージックアワー			
10:00	<月曜担当> ゆーご	<火曜担当> ゆーご	<水曜担当> ゆーご	<木曜担当> よーすけ	<金曜担当> よーすけ	スターダスト・レビューの 星になるまで			
30	道路情報 提供: 渡辺建設工業株式会社	交通安全メッセージ 提供: 根室管内建設業協会				おせつときょうたの『ラジオに チェックイン』	建築のトビラ	11:00	
50	【月曜日毎月1回】10:40~求人情報 (提供: ハローワーク根室)	根室観光インフォメーション				天気予報 (55分)			
11:00	ニュース 道内/根室管内 (火・木のみ) 【中継コーナー】ちよき丸が行く 木曜提供: 馬立建設株式会社	道路情報 提供: 渡辺建設工業株式会社				あつとよきょうたの『ラジオに チェックイン』	ロコバ-LoCo Lovers-	12:00	
55	天気予報 提供: ワールドエステート	市長メッセージ (第4水曜)				ん・フェニのSparkle Afternoon			
12:00	日替わりコーナー					あの頃青春グラフィティ	デジタル建設ジャーナル	15:00	
	10	ねむる輝き人 提供: 大地みらい信用金庫	イースタリア・ディスカバリー (奇数週) ねむるトコロジストだより (偶数週) 提供: 根室市観光協会	防災インフォ ~いつか"は"はすぐそこに~ (提供: 根室市)	根室高校北方研 希望の道すじ (再放送)				ジャズをあなたに
	20	市役所だより 提供: 根室市	トラフィックインフォメーション 道路・JR・バス・空港の情報						
	25	今日のセリ値 提供: 南北工業 (第1月、毎週金)、道東建設 (第1・2火)、根室ガス販売 (第1水)、根室スチレン (毎週木)							
	30	マルシェ・とくとく・お買い得情報 提供: マルシェ・デ・キッチン							
	40	天気予報							
13:00	懐かしの音楽館 60年代~90年代の曲をノンストップでお送りします ※議会放送枠の為、番組内容が変更となる場合があります。					懐かしの洋楽館			
14:00	【再放送】 大山慎介の「復活」北海道!	The Beatles Lover no.5 弁護士奥山倫行のロック裁判所	イトーとスターの長めにモノ申し隊!	ケニー大倉の ポップンロールコレクション	@FRIDAY!	Gospel Radio Station	16:00		
15:00	「アフタヌーン・パラダイス」...東京からミュージックパードを経由して生放送					Weekly GOLF Review ~NO GOLF! NO LIFE!~	JP TOP20	17:00	
16:00	<月曜担当> 川久保秀一 (アシタ) 真木ひろか	<火曜担当> 平松愛理 (アシタ) 西達彦	<水曜担当> 松本英子 (アシタ) 高山慶大	<木曜担当> 杉真理 (アシタ) 山口真奈	WEEKEND BOX				
17:00	【生放送】エヴァンス (17:00~18:00)					尾坂局長とたーなー先生の夢カチRADIO ~夢の途~ 井上昌己のprecious moment	大石吾朗 premium G	18:00	
	<月曜担当> アキーラ	<火曜担当> ゆーご	<水曜担当> よーすけ	<木曜担当> アキーラ	<金曜担当> ゆーご				
	30	ニュース 道内/根室管内	お悔やみのおしらせ						第2,4週 サテライト放送
	40	道路情報 提供: 渡辺建設工業株式会社	交通安全メッセージ 提供: 根室管内建設業協会						
55	市役所だより 提供: 根室市	根室あれこれインフォ				Kazuo Yoshida's BOSSAMANIA	ちよどらじ!	19:00	
18:00	アーティストミュージック 日替わりで、一人のアーティストの曲をノンストップでお送りします。					大山慎介の「復活」北海道!	(再)火のない所にJumpin' Jack Flash!	20:00	
50	防災アラカルト 提供: 根室市								サクライロ革命
19:00	~DAIKIのInclusive Monday!~『教科書では学べないこと』	ガウラジ	水崎みずのユニ×カルラジオ ~おいでなっ♪みず茶屋!~	週刊 N o b b y タイムズ	DJ Nobby's Tokyo LIVE!!	Smile Eyesのトンデモナイト	ひのまりのネムロのひだまり	21:00	
20:00	※議会放送枠の為、番組内容が変更となる場合があります。(20:00~21:00)					お台場 レインボーステーション	田中カヨの 三毛猫サンライズ		
21:00	TIME TRACKS (月・火: Jojo大谷、水・木: DJ MILKEY)					Friday Night Fever ☆円楽の シネマトーク&ミュージック	TABARU Love Emotion	みんなあつまれ! ワクワクサー	22:00
22:00						Radio Star Audition 2026	PROTO~プロトタイプから、オリジ ナルへ。~	週刊メディア通信	23:00
23:00	Sound Grace		ONE5 presents「購もせず~武 道館への道~」 見上げれば星の歌-星座と歌が教え てくれる、あなたへのギフト-	Sound Grace	#サロプロ	キャプテンズ・レディオ@LaDonna	金沢雅美 Asian Music Selection	24:00	
24:00	火のない所にJumpin' Jack Flash!	Music Hot Flavor	【再】ひのまりの ネムロのひだまり	明日、なに着る?	よしちとホッカモリ	wacciのLIVE!LIVE!LIVE!	竹本孝之 Song for TOMORROW	30	
30	SPACE SHOWER RADIO	【再】田中カヨの三毛猫サンライズ				本牧ヤグチ	FMねむる ミュージックボックス 演歌歌謡曲をノンストップで放送	25:00	
25:00	アニメ専門文化学園	真夜中の訪問者 徳島LSC純夏の Water side NOW!	上地等のWalking Talking Radio	めんそーれ読谷	ユメルの モナリザラウンジ	湘南ベース			
26:00	インディーズ・アロー	ダブルグッチーのなまら同窓会 555!163	渡辺俊美の INTER PLAY	佐倉ユキのサンサタRadio!	アイバー滝沢のホウ! リーナイト・フィーバー	なべやかんのプロヒビスパークタイム			
27:00	FMねむるミュージックボックス 演歌歌謡曲をノンストップで放送でお送りします。							27:00	

※災害放送などで、放送内容が変更となる場合がございます。予めご了承ください。 なお、リスンラジオの放送では一部放送休止となっている時間があります。