

a b n長野朝日放送 2019年12月第3週 番組種別

放送日	開始時間	終了時間	番組名	番組区分
12月16日(月)	4:19	4:20	オープニング	その他
	4:20	4:25	a b n天気予報	報道
	4:25	4:55	テレショップ	通販
	4:55	5:25	テレショップ	通販
	5:25	6:00	グッド!モーニング	報道
				教養
	6:00	8:00	グッド!モーニング	報道
				教育
				教養
	8:00	9:55	羽鳥慎一モーニングショー	報道
				教育
				教養
	9:55	10:03	太陽と緑の健やかタイム	通販
	10:03	10:32	テレショップ	通販
	10:32	11:30	おみやさん8	娯楽
	11:30	12:00	今ドキ!昼ドキッ	報道
				教養
	12:00	12:30	徹子の部屋	教育
				教養
	12:30	12:50	やすらぎの刻 ~道	娯楽
	12:50	13:40	大下容子ワイド!スクランブル	報道
				教育
				教養
	13:40	13:55	上沼恵美子のおしゃべりクッキング	教育
	13:55	14:25	テレショップ	通販
	14:25	14:55	テレショップ	通販
	14:55	15:50	a b n午後のワイド劇場	娯楽
	15:50	16:50	相棒 season 14	娯楽
	16:50	17:36	スーパーJチャンネル 1部	報道
				教養
	17:36	17:53	a b nステーション 1部	報道
				教養
	17:53	18:15	スーパーJチャンネル 2部	報道
	18:15	18:55	a b nステーション 2部	報道
				教養
	18:55	19:00	デザイン・コード	教養
	19:00	21:48	帰れマンデー見っけ隊!! & 10万円のできるかな 合体3時間SP	娯楽
	21:48	21:54	a b n天気予報	報道
	21:54	23:10	報道ステーション	報道
	23:10	23:15	a b n天気予報	報道
23:15	0:15	かみひとえ	娯楽	
0:15	0:45	しくじり先生 俺みたいになるな!	娯楽	
0:45	0:50	イチオシ リン5チャンネル	その他	
0:50	1:20	ポルポ	教養	
			娯楽	
1:20	1:45	テレビ千鳥	娯楽	
1:45	2:15	テレショップ	通販	
2:15	2:45	テレショップ	通販	
2:45	2:50	a b n天気予報	報道	
2:50	2:51	クロージング	その他	
			その他	
	4:19	4:20	オープニング	その他
	4:20	4:25	a b n天気予報	報道

12月17日(火)	4:25	4:55	テレショップ	通販
	4:55	5:25	テレショップ	通販
	5:25	6:00	グッド!モーニング	報道
	6:00	8:00	グッド!モーニング	教養
				報道
				教育
	8:00	9:55	羽鳥慎一モーニングショー	教養
				報道
				教育
	9:55	10:03	太陽と緑の健やかタイム	通販
	10:03	10:32	テレショップ	通販
	10:32	11:30	おみやさん8	娯楽
	11:30	12:00	今ドキ!昼ドキッ	報道
				教養
				教育
	12:00	12:30	徹子の部屋	教養
				娯楽
	12:30	12:50	やすらぎの刻 ~道	娯楽
	12:50	13:40	大下容子ワイド!スクランブル	報道
				教育
				教養
	13:40	13:55	上沼恵美子のおしゃべりクッキング	教育
	13:55	15:50	a b n 午後のワイド劇場	娯楽
	15:50	16:50	相棒 season 14	娯楽
	16:50	17:36	スーパーJチャンネル 1部	報道
				教養
	17:36	17:53	a b nステーション 1部	報道
				教養
	17:53	18:15	スーパーJチャンネル 2部	報道
	18:15	18:55	a b nステーション 2部	報道
				教養
	18:55	19:00	デザイン・コード	教養
	19:00	21:48	そんなコト考えた事なかったクイズ!トリニクって何の肉!?	教養
				娯楽
	21:48	21:54	a b n 天気予報	報道
	21:54	23:10	報道ステーション	報道
23:10	23:15	a b n 天気予報	報道	
23:15	0:15	ロンドンハーツ	娯楽	
0:15	0:45	バナナマンのドライブスリー	娯楽	
0:45	0:50	イチオシ リン5チャンネル	その他	
0:50	1:20	松本家の休日	娯楽	
1:20	1:50	musicる TV	教養	
			娯楽	
1:50	2:20	テレショップ	通販	
2:20	2:50	テレショップ	通販	
2:50	2:55	a b n 天気予報	報道	
2:55	2:56	クロージング	その他	
4:19	4:20	オープニング	その他	
			報道	
			通販	
			通販	
			報道	
			教養	
			報道	
6:00	8:00	グッド!モーニング	教育	
			教養	
			報道	
8:00	9:55	羽鳥慎一モーニングショー	教育	

12月18日(水)				教養
	9:55	10:03	太陽と緑の健やかタイム	通販
	10:03	10:32	テレショップ	通販
	10:32	11:30	新・京都迷宮案内5	娯楽
	11:30	12:00	今ドキ!昼ドキッ	報道
				教養
	12:00	12:30	徹子の部屋	教育
				教養
	12:30	12:50	やすらぎの刻 ~道	娯楽
				報道
	12:50	13:40	大下容子ワイド!スクランブル	教育
				教養
	13:40	13:55	上沼恵美子のおしゃべりクッキング	教育
	13:55	15:50	a b n 午後のワイド劇場	娯楽
	15:50	16:50	相棒 season 14	娯楽
	16:50	17:36	スーパーJチャンネル 1部	報道
				教養
	17:36	17:53	a b nステーション 1部	報道
				教養
	17:53	18:15	スーパーJチャンネル 2部	報道
				報道
	18:15	18:55	a b nステーション 2部	教養
				教育
	18:55	19:00	ヤミーの3ステップクッキング	娯楽
	19:00	20:54	あいつ今何してる? 2時間SP	報道
	20:54	21:00	a b n 天気予報	娯楽
	21:00	21:54	相棒 season 18	報道
	21:54	23:10	報道ステーション	娯楽
	23:10	23:15	a b n 天気予報	報道
				教養
	23:15	0:15	家事ヤロウ!!!	娯楽
				娯楽
	0:15	0:45	すじがねファンです!	娯楽
0:45	0:50	イチオシ リン5チャンネル	その他	
0:50	1:20	ももクロChan	娯楽	
1:20	1:45	ラストアイドル	娯楽	
1:45	2:15	テレショップ	通販	
2:15	2:45	テレショップ	通販	
2:45	2:50	a b n 天気予報	報道	
2:50	2:51	クロージング	その他	
			その他	
	4:19	4:20	オープニング	報道
	4:20	4:25	a b n 天気予報	通販
	4:25	4:55	テレショップ	通販
	4:55	5:25	テレショップ	報道
	5:25	6:00	グッド!モーニング	教養
			報道	
	6:00	8:00	グッド!モーニング	教育
			教養	
	8:00	9:55	羽鳥慎一モーニングショー	報道
			教育	
			教養	
	9:55	10:03	太陽と緑の健やかタイム	通販
	10:03	10:32	テレショップ	通販
	10:32	11:30	新・京都迷宮案内5	娯楽
	11:30	12:00	今ドキ!昼ドキッ	報道
			教養	
	12:00	12:30	徹子の部屋	教育
			教養	
	12:30	12:50	やすらぎの刻 ~道	娯楽

12月19日(木)	12:50	13:40	大下容子ワイド!スクランブル	報道
				教育
				教養
	13:40	13:55	上沼恵美子のおしゃべりクッキング	教育
	13:55	15:50	a b n 午後のワイド劇場	娯楽
	15:50	16:50	相棒 season 14	娯楽
	16:50	17:36	スーパーJチャンネル 1部	報道
				教養
	17:36	17:53	a b n ステーション 1部	報道
				教養
	17:53	18:15	スーパーJチャンネル 2部	報道
	18:15	18:55	a b n ステーション 2部	報道
				教養
	18:55	19:00	地球を守ろう!グリーンアクション	教育
	19:00	19:54	日本人の3割しか知らないこと くりいむしちゅーのハナタカ!優越館	教養
				娯楽
	19:54	20:00	a b n ニュース&天気予報	報道
	20:00	20:54	木曜ミステリー 科捜研の女	娯楽
	20:54	21:00	a b n 天気予報	報道
	21:00	22:14	ドクターX~外科医・大門未知子~	娯楽
	22:14	23:30	報道ステーション	報道
	23:30	23:35	a b n 天気予報	報道
	23:35	0:35	アメトーーク presents ホリケンふれあい旅	娯楽
	0:35	1:05	夜の巷を徘徊する	娯楽
1:05	1:10	イチオシ リン5チャンネル	その他	
1:10	1:40	さまぁ〜ず×さまぁ〜ず	娯楽	
1:40	2:10	Break Out	娯楽	
2:10	2:40	テレショップ	通販	
2:40	3:10	テレショップ	通販	
3:10	3:15	a b n 天気予報	報道	
3:15	3:16	クロージング	その他	
12月20日(金)	4:19	4:20	オープニング	その他
	4:20	4:25	a b n 天気予報	報道
	4:25	4:55	テレショップ	通販
	4:55	5:25	テレショップ	通販
	5:25	6:00	グッド!モーニング	報道
				教養
	6:00	8:00	グッド!モーニング	報道
				教育
				教養
	8:00	9:55	羽鳥慎一モーニングショー	報道
				教育
				教養
	9:55	10:03	太陽と緑の健やかタイム	通販
	10:03	10:32	テレショップ	通販
	10:32	11:30	新・京都迷宮案内5	娯楽
	11:30	12:00	今ドキ!昼ドキッ	報道
				教養
	12:00	12:30	徹子の部屋	教育
				教養
	12:30	12:50	やすらぎの刻 ~道	娯楽
	12:50	13:40	大下容子ワイド!スクランブル	報道
				教育
				教養
	13:40	13:55	上沼恵美子のおしゃべりクッキング	教育
13:55	15:50	a b n 午後のワイド劇場	娯楽	
15:50	16:50	相棒 season 14	娯楽	
16:50	17:36	スーパーJチャンネル 1部	報道	

	17:00	17:00	へばりっチャンネル 1部	教養
	17:36	17:53	a b nステーション 1部	報道
	17:53	18:15	スーパーJチャンネル 2部	教養
	18:15	18:55	a b nステーション 2部	報道
	18:55	19:00	いつでもどこでも快適みんなで「健康住宅」	教養
	19:00	21:48	ロンドンハーツ 3時間SP	娯楽
	21:48	21:54	a b n天気予報	報道
	21:54	23:10	報道ステーション	報道
	23:10	23:15	a b n天気予報	報道
	23:15	1:15	爆笑問題の検索ちゃん 芸人ちゃんネタ祭り 第7世代をぶっ潰せ! SP	娯楽
	1:15	1:25	キンシネマ	その他
	1:25	2:25	探偵! ナイトスクープ	教育
	2:25	2:55	テレショップ	娯楽
	2:55	3:25	テレショップ	通販
	3:25	3:30	a b n天気予報	通販
	3:30	3:31	クロージング	報道
	3:30	3:31	クロージング	その他
12月21日(土)	4:19	4:20	オープニング	その他
	4:20	4:25	a b n天気予報	報道
	4:25	4:55	テレショップ	通販
	4:55	5:25	テレショップ	通販
	5:25	5:50	渡辺篤史の建もの探訪	教養
	5:50	6:00	ANNニュース	報道
	6:00	8:00	週刊ニュースリーダー	報道
	6:00	8:00	週刊ニュースリーダー	教育
	6:00	8:00	週刊ニュースリーダー	教養
	6:00	8:00	週刊ニュースリーダー	娯楽
	8:00	9:30	朝だ! 生です旅サラダ	教育
	8:00	9:30	朝だ! 生です旅サラダ	教養
	8:00	9:30	朝だ! 生です旅サラダ	娯楽
	9:30	10:45	駅前テレビ	教育
	9:30	10:45	駅前テレビ	教養
	9:30	10:45	駅前テレビ	娯楽
	10:45	11:15	いいね! 信州スゴチカラ	教養
	11:15	11:45	題名のない音楽会	教育
	11:45	12:00	ANNニュース	報道
	12:00	13:00	中居正広のニュースな会	報道
	12:00	13:00	中居正広のニュースな会	娯楽
	13:00	13:55	世界! ニッポン行きたい人応援団	教養
	13:55	14:00	イチオシ リン5チャンネル	その他
	14:00	16:00	大改造! 劇的ビフォーアフター	教育
	14:00	16:00	大改造! 劇的ビフォーアフター	教養
	14:00	16:00	大改造! 劇的ビフォーアフター	娯楽
	16:00	16:30	人生100年時代を楽しく! ~アクティブシニアライフのススメ~	教育
	16:30	17:00	クレヨンしんちゃん	娯楽
	17:00	17:30	ドラえもん	教育
	17:00	17:30	ドラえもん	娯楽
	17:30	17:55	ANNスーパーJチャンネル	報道
	17:55	18:00	a b n天気予報	報道
18:00	18:30	人生の楽園	教育	
18:30	18:56	ごはんジャパン	教養	
18:30	18:56	ごはんジャパン	娯楽	
18:56	21:54	ビートたけしのTVタックルたけし&爆笑問題がメッタ斬り! 2019をザワつかせ	娯楽	
21:54	23:10	サタデーステーション	報道	
23:10	23:15	a b n天気予報	報道	
23:15	0:05	土曜ナイトドラマ おっさんずラブ -in the sky-	娯楽	

	0:05	0:10	美味しい信州見つけに行こう！～ドライ探偵社篇2019～	教養
	0:10	1:10	相席食堂	娯楽
	1:10	1:40	タモリ倶楽部	教養
	1:40	2:10	爆笑問題のシンパイ賞！！	娯楽
	2:10	2:40	テレショップ	通販
	2:40	3:10	テレショップ	通販
	3:10	3:15	a b n天気予報	報道
	3:15	3:16	クロージング	その他
12月22日(日)	4:44	4:45	オープニング	その他
	4:45	4:50	a b n天気予報	報道
	4:50	5:20	テレショップ	通販
	5:20	5:50	テレショップ	通販
	5:50	8:30	サンデーLIVE！！	報道
				教育
				教養
	8:30	9:00	スター☆トゥインクルプリキュア	娯楽
	9:00	9:30	仮面ライダーゼロワン	娯楽
	9:30	10:00	騎士竜戦隊リュウソウジャー	娯楽
	10:00	10:55	天空の頂に 槍ヶ岳 山小屋100年物語	教育
				教養
	10:55	11:25	信州の百年企業	教育
				教養
	11:25	11:50	食彩の王国	教育
	11:50	12:00	ANNニュース	報道
	12:00	12:55	ビートたけしのTVタックル	教養
	12:55	13:55	新婚さんいらっしゃい！	娯楽
	13:55	14:00	M-1グランプリ2019 敗者復活戦 直前情報	娯楽
	14:00	16:25	M-1グランプリ2019 敗者復活戦	娯楽
	16:25	16:30	ふるさとステーション	教養
	16:30	18:00	サンデーステーション	報道
	18:00	18:30	相葉マナブ	教育
				教養
	18:30	18:34	もうすぐM-1グランプリ2019	娯楽
	18:34	22:10	M-1グランプリ2019	娯楽
	22:10	23:00	テレビ千鳥	娯楽
	23:00	23:05	a b n天気予報	報道
	23:05	0:00	関ジャム 完全燃SHOW	娯楽
	0:00	0:55	日本サッカー応援宣言 やべっち FC	報道
				教養
	0:55	1:00	イチオシ リン5チャンネル	娯楽
その他				
1:00	1:15	ANNニュース&スポーツ	報道	
			教養	
1:15	1:46	ワールドプロレスリング	娯楽	
1:46	2:16	テレメンタリー	報道	
			教養	
2:16	2:46	テレショップ	通販	
2:46	3:16	テレショップ	通販	
3:16	3:21	a b n天気予報	報道	
3:21	3:22	クロージング	その他	