

a b n 長野朝日放送 2020年1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
1月20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	ホンボシ 心理特捜事件簿	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 7	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	19:54	ネイチャー&ヒューマンスペシャルシリーズ9 雲上の秘湯を守る~八ヶ岳家族の四	教育
				教養
	19:54	20:00	a b n ニュース&天気予報	報道
	20:00	21:48	帰れマンデー見っけ隊!!&Qさま!! 2時間SP	教育
			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	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	BanG Dream! 3rd Season 直前SP	娯楽	

	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
1月21日(火)	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	ホンボシ 心理特捜事件簿	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	臨場 続章	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	20:54	名医とつながる！たけしの家庭の医学	教育
				教養
	20:54	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	
			教養	
1:20	1:50	musicる TV	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
	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

1月22日(水)	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	ホンボシ 心理特捜事件簿	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	臨場 続章	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	ヤミーの3ステップクッキング	教育
	19:00	19:54	あいつ今何してる?	娯楽
	19:54	20:00	a b nニュース&天気予報	報道
	20:00	20:54	くりいむクイズ ミラクル9	教育
				教養
				娯楽
	20:54	21:00	a b n天気予報	報道
21:00	21:54	相棒 season18	娯楽	
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	家事ヤロウ!!!	教養	
			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	
	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	

1月23日(木)	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	ホンボシ 心理特捜事件簿	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	臨場 続章	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	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	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	21:54	ケイジとケンジ~所轄と地検の24時~	娯楽
	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	アメトーーク!	娯楽
0:15	0:45	夜の巷を徘徊する	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	さまぁ〜ず×さまぁ〜ず	娯楽	
1:20	1:50	Break Out	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
	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	ホンボシ 心理特捜事件簿	娯楽
	11:30	12:00	今ドキ!昼ドキッ	報道

1月24日(金)	11:00	12:00	ワイド！デラックス	教養
	12:00	12:30	徹子の部屋	教育
	12:30	12:50	やすらぎの刻 ～道	教養
	12:50	13:40	大下容子ワイド！スクランブル	娯楽
	13:40	13:55	上沼恵美子のおしゃべりクッキング	報道
	13:55	15:50	a b n 午後のワイド劇場	教育
	15:50	16:50	臨場 続章	教養
	16:50	17:36	スーパーJチャンネル 1部	教育
	17:36	17:53	a b n ステーション 1部	娯楽
	17:53	18:15	スーパーJチャンネル 2部	報道
	18:15	18:40	a b n ステーション 2部	報道
	18:40	19:00	東京オリンピックまで半年！民放同時放送 一緒にやろう2020大発表スペシャル	教養
	19:00	19:54	ザワつく！金曜日	娯楽
	19:54	20:00	a b n ニュース&天気予報	教養
	20:00	20:54	マツコ&有吉 かりそめ天国	娯楽
	20:54	21:00	a b n 天気予報	娯楽
	21:00	21:54	ミュージックステーション	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
	23:15	0:15	金曜ナイトドラマ 女子高生の無駄づかい	報道
	0:15	1:15	探偵！ナイトスクープ	娯楽
	1:15	1:45	くりいむナンチャラ	教育
	1:45	2:15	テレショップ	娯楽
	2:15	2:45	テレショップ	娯楽
	2:45	2:50	a b n 天気予報	通販
	2:50	2:51	クロージング	通販
	4:19	4:20	オープニング	報道
	4:20	4:25	a b n 天気予報	その他
	4:25	4:55	テレショップ	報道
	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	通販	
5:50	6:00	A N N ニュース	教養	
6:00	8:00	週刊ニュースリーダー	報道	
8:00	9:30	朝だ！生です旅サラダ	教育	
9:30	10:45	駅前テレビ	教養	
10:45	11:15	いいね！信州スゴチカラ	娯楽	
11:15	11:45	題名のない音楽会	娯楽	
11:45	12:00	A N N ニュース	教育	
12:00	13:00	中居正広のニュースな会	報道	
			報道	
			教養	

1月25日(土)	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	15:25	ウドちゃんの旅してゴメン	教養
	15:25	15:30	イチオシ リン5チャンネル	その他
	15:30	16:00	いいね！信州スゴチカラ	教養
	16:00	16:30	信州をカーナビ UぐるっTV	教養
	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
				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
				娯楽
	18:56	19:54	サンドウィッチマン&芦田愛菜の博士ちゃん	教育
				教養
	19:54	20:54	池上彰のニュースそうだったのか！！	報道
				教養
	20:54	22:10	サタデーステーション	報道
	22:10	22:15	a b n天気予報	報道
	22:15	23:10	激レアさんを連れてきた。	教養
				娯楽
	23:10	23:15	a b n天気予報	報道
	23:15	0:05	夜景調査バラエティ 謎の光にお邪魔します。	娯楽
	0:05	0:10	イチオシ リン5チャンネル	その他
	0:10	1:10	相席食堂	娯楽
	1:10	1:40	タモリ倶楽部	教養
				娯楽
	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
1月26日(日)	4:42	4:43	オープニング	その他
	4:43	4:48	a b n天気予報	報道
	4:48	4:50	a b n番組審議会	その他
	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	ワタシが日本に住む理由	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	13:25	新婚さんいらっしゃい！	娯楽
	13:25	13:55	パネルクイズアタック25	教育
				教養
	13:55	14:00	農業のミライ！	教養
				娯楽
14:00	15:20	林先生のなるほど！社会見聞録	教養	
			娯楽	

15:20	16:25	路線バスで寄り道の旅	教養
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	20:56	じもキャラGP～お笑い怪獣と異名さん～	教養
			娯楽
20:56	21:00	a b n天気予報	報道
21:00	23:05	日曜プライム	娯楽
23:05	23:10	駒ヶ根市長選挙開票速報	報道
23:10	0:05	関ジャム 完全燃SHOW	娯楽
0:05	0:40	日本サッカー応援宣言 やべっち FC	報道
			教養
			娯楽
0:40	0:45	イチオシ リン5チャンネル	その他
0:45	0:59	ANNニュース&スポーツ	報道
			教養
0:59	1:30	ワールドプロレスリング	娯楽
1:30	2:00	テレメンタリー	報道
			教養
2:00	2:30	テレショップ	通販
2:30	3:00	テレショップ	通販
3:00	3:05	a b n天気予報	報道
3:05	3:06	クロージング	その他