2026年4月第3週　番組種別

青森放送株式会社

時	4/20(月) HD	4/21(火) HD	4/22(水) HD	4/23(木) HD	4/24(金) HD	時	4/25(土) HD	4/26(日) HD	時
4		00 1550ニュースレーダーWith 娯楽 報道 教養 教育 04 天気予報 報道 19 NEWS24 報道 教養 教育 37 オープニング その他 40 ホットするね！RAB その他 45 テレビショッピング その他(通販)	00 1550 娯楽 報道 教養 教育 22 天気予報 報道	00 1550 娯楽 報道 教養 教育 22 天気予報 報道	00 天気予報 報道 09 NEWS24 報道 教養 教育	4	00 天気予報 報道 11 NEWS24 報道 教養 教育 32 オープニング その他 35 ホットするね！RAB その他 40 テレビショッピング その他(通販)	00 NEWS24 報道 教養 教育 37 オープニング その他 40 ホットするね！RAB その他 45 テレビショッピング その他(通販)	4
5	07 オープニング その他 10 ホットするね！RAB その他 15 あさー通てるてる天気	20 Oha！4 NEWS LIVE 第2部 報道 教養 教育				5	10 テレビショッピング その他(通販) 40 24時間テレビ チャリティー・リボーン 教養 45 ニュースサタデー 報道 教養 教育	15 テレビショッピング その他(通販)	5
6	50 ZIP！ 第1部 娯楽 報道 教養 教育					6	55 シューイチ 第1部 娯楽 報道 教養 教育 25 シューイチ 第2部 娯楽 報道 教養 教育	45 ザ・フィッシング 娯楽 教養 15 NNNニュース・サンデー 報道 教養 教育 30 それいけ！アンパンマン 娯楽 教育	6
7	54 ZIP！ 第2部 娯楽 報道 教養 教育					7		00 所さんの目がテン！ 教育 30 シューイチ 第1部 娯楽 報道 教養 教育	7
8	55 ZIP！ 第3部 娯楽 報道 教養 教育					8	25 シューイチ 第3部 娯楽 報道 教養 教育		8
9	00 DayDay. 第1部 娯楽 報道 教養 教育					9	25 ホットするね！RAB その他 30 机上の空論城 娯楽 教養		9
10	25 テレビショッピング その他(通販)	25 テレビショッピング その他(通販)	25 テレビショッピング その他(通販)	25 テレビショッピング その他(通販)	25 グッと！地球便 教養 教育	10	00 元気ノ国テレビショッピング その他(通販) 15 あなたとRAB 教養 30 テレビショッピング その他(通販)	55 シューイチ 第2部 娯楽 報道 教養 教育 25 一茂×かまいたち ゲンバ 娯楽 教養 教育	10
11	55 テレビショッピング その他(通販) 25 ホットするね！RAB その他 30 NNNストレイトニュース 報道 教養 教育 39 東奥日報ニュース 天気予報 報道 教養 教育 45 キューピー3分クッキング(月～土) 教養	55 テレビショッピング その他(通販)	55 テレビショッピング その他(通販)	55 テレビショッピング その他(通販)	55 テレビショッピング その他(通販)	11	25 時のきらめき 娯楽 30 NNNストレイトニュース 報道 教養 教育 40 東奥日報ニュース 報道 45 キューピー3分クッキング(月～土) 教養	25 東奥日報ニュース 報道 30 NNNストレイトニュース 報道 教養 教育 40 ぺこもぐキッチン 娯楽 教養	11
12	55 ヒルナンデス！ 娯楽 報道 教養					12	55 サタデーLIVE ニュースジグザグ 報道 教養 教育	10 ありえへん∞世界 娯楽 教養	12
13						13	30 YOUは何しに日本へ？ 娯楽 教養 25 ホットするね！RAB その他 30 芸能人が本気で考えた！ドッキリGP 娯楽	05 最強！衝撃映像168連発「スタッフが3525本見た中から選ぶ動画ランキング」 娯楽	13
14	55 情報ライブ ミヤネ屋 第1部 娯楽 報道 教養 教育					14			14
15	55 情報ライブ ミヤネ屋 第2部 娯楽 報道 教養 教育					15			15
16	50 1550ニュースレーダーWith 娯楽 報道 教養 教育					16		40 グッチ裕三の名店取材中 娯楽 55 ホットするね！RAB その他	16
17	45 news every. 第2部 報道 15 RAB報道特別番組 三陸沖地震で津波警報 報道	45 news every. 第2部 報道 教養 教育 53 news every. 第3部 報道 教養 教育				17	00 news every. 報道 教養 教育 20 東奥日報ニュース 報道 教養 教育 30 本好きの下剋上 領主の養女 娯楽	00 RAB(ラブ)ドキュ 教えてナカシ 教養 15 皇室ご一家 教養 30 笑点 娯楽	17
18		15 RABニュースレーダー 報道 教養 教育				18	00 名探偵コナン 娯楽 30 満天☆青空レストラン 娯楽 教養	00 真相報道 バンキシャ！ 報道 教養 教育 55 博士は今日も絶妙する 人生が 教養 教育	18
19	00 世界まる見 娯楽 教養 教育 26 全国緊急放送 後発地震注意情報 報道 36 世界まる見え！テレビ特捜部 2時間SP 娯楽 教養 教育	00 ヒューマングルメンタリーオモウマい店 娯楽 教養	00 有吉の壁 娯楽	00 THE突破ファイル 娯楽 教養	00 金曜ミステリークラブ！！！ 娯楽 教養 教育	19	00 嗚呼！！みんなの動物園 娯楽 教養 教育	00 ザ！鉄腕！DASH！！ 娯楽 教養 教育	19
20		00 踊る！さんま御殿！！ 娯楽	00 千鳥かまいたちゴールデンアワー 娯楽	54 ぐるぐるナインティナイン 娯楽 教養	56 沸騰ワード10 娯楽 教養	20	56 1億人の大質問！？笑ってコラえて！ 娯楽 教養 教育	58 世界の果てまでイッテQ！ 娯楽 教養	20
21	10 しゃべくり007 娯楽	00 ザ！世界仰天ニュース 娯楽 教養 54 ホットするね！RAB その他 57 天気予報 報道	00 上田と女が吠える夜 娯楽 54 食のココロ 娯楽 57 天気予報 報道	54 秘密のケンミンSHOW極 娯楽 教養 教育 54 サンデー流 暮らしの知恵袋 教養 57 天気予報 報道	00 金曜ロードショー「プラダを着た悪魔」 娯楽 54 東奥日報ニュース 天気予報 報道	21	54 東奥日報ニュース 天気予報 報道 00 土曜ドラマ 「タツキ先生は甘すぎる！」 娯楽 54 ホットするね！RAB その他	00 Golden SixTONES 娯楽 54 かしこくリノベ！ 娯楽 57 天気予報 報道	21
22	04 RING LINK HEART 娯楽 07 天気予報 報道 10 月曜から夜ふかし 娯楽	00 X秒後の新世界 娯楽 教養 教育 54 東奥日報ニュース 天気予報 報道	00 水曜ドラマ「月夜行路 ―答えは名作の中に―」 娯楽	00 見取り図の間取り図ミステリー 娯楽	54 ホットするね！RAB その他 57 天気予報 報道	22	00 追跡取材 news LOG 報道 教養 教育 54 ホットするね！RAB その他	00 おしゃれクリップ 娯楽 30 日曜ドラマ「10回切って倒れない木はない」 娯楽	22
23	10 news zero(月) 報道 教養 教育	00 news zero(火～木) 報道 教養 教育			00 FRIDAY ANIME NIGHT「転 娯楽 30 FRIDAY ANIME NI 娯楽	23	00 Google Pixel presents AN 娯楽 教養 教育 30 サクサクヒムヒム 娯楽 教養	25 ダウンタウンのガキの使いやあ 娯楽	23
24	09 プラチナイト「大悟の芸人領収書」&「ドラマDEEP多すぎる恋と殺人」 娯楽	59 プラチナイト「上田と女がDEEPに吠える夜」&「夜の音」 娯楽	59 プラチナイト「賞金先渡しクイズ SAVE MONEY」&ドラマ「鬼女の棲む 娯楽	59 プラチナイト木曜ドラマ「君が死刑になる前に」 娯楽 54 ホットするね！RAB その他	59 news zero(金) 報道 教養 教育 30 Friday's EDGE フラ 娯楽	24	55 Going！Sports&News(土) 娯楽 報道 教養 教育	55 Going！Sports&News(日) 娯楽 報道 教養 教育	24
25	04 &Hulu 娯楽	54 CHAGU CHAGU ROCK FESTIVAL SPECIAL LIVE！ 娯楽	54 オードリーさん、ぜひ会ってほしい人がいるんです。 娯楽 24 親友の「同棲して」に「うん」て言 娯楽	57 家、ついて行ってイイですか？ 娯楽 教養	59 バスリズム02 娯楽	25	55 勇者のクズ 娯楽 25 吉田と粗品と 娯楽	55 NNNドキュメント'26「なぜ山本 報道 教養 教育 25 テレビショッピング その他(通販)	25
26	04 テレビショッピング その他(通販) 34 テレビショッピング その他(通販)	51 テレビショッピング その他(通販) 21 テレビショッピング その他(通販) 51 テレビショッピング その他(通販)	54 黄泉のツガイ 娯楽 24 テレビショッピング その他(通販) 54 テレビショッピング その他(通販)	54 テレビショッピング その他(通販) 24 テレビショッピング その他(通販) 54 ホットするね！RAB その他	56 テレビショッピング その他(通販) 26 テレビショッピング その他(通販) 56 ホットするね！RAB その他	26	55 テレビショッピング その他(通販) 25 テレビショッピング その他(通販) 55 ホットするね！RAB その他	55 テレビショッピング その他(通販) 25 ホットするね！RAB その他 30 天気予報 報道 45 NEWS24 報道 教養 教育	26
27	04 ホットするね！RAB その他 09 1550ニュースレーダーWith周 娯楽 報道 教養 教育	21 ホットするね！RAB その他 27 1550ニュースレーダーWith周 娯楽 報道 教養 教育	24 ホットするね！RAB その他 27 1550ニュースレーダーWith周 娯楽 報道 教養 教育	59 1550ニュースレーダーWith周 娯楽 報道 教養 教育 54 天気予報 報道	01 1550ニュースレーダーWith周 娯楽 報道 教養 教育 56 天気予報 報道	27	00 天気予報 報道 15 NEWS24 報道 教養 教育		27
時	4/20(月) HD	4/21(火) HD	4/22(水) HD	4/23(木) HD	4/24(金) HD	時	4/25(土) HD	4/26(日) HD	時