

2026年1月第3週 個々の放送番組の種別

2026年1月19日(月)

放送時刻	分数	番組名称	報道	教育	教養	娯楽	その他	
							通信販売	その他
4:10	15	おはミュー	○			○		
4:25	30	TAKUMIの逸品					○	
4:55	30	SHOP JAPAN					○	
5:25	45	めざましテレビ I部	○	○	○	○		
6:10	110	めざましテレビ II部	○	○	○	○		
8:00	14	めざましテレビ IV部	○		○			
8:14	96	サン!シャイン	○	○	○			
9:50	95	ノンストップ!	○	○	○	○	○	
11:25	5	ドレみる!?						○
11:30	20	Live News days	○	○	○			
11:50	120	ぽかぽか			○	○		
13:50	55	旬感LIVE とれたてっ!	○	○	○	○		
14:45	30	元気に歩き続けるための秘訣を大公開					○	
15:15	30	ブレイクスルー			○			
15:45	65	TSK Live News イット! I	○	○	○			
16:50	58	TSK Live News イット! II	○	○	○			
17:48	72	TSK Live News イット! III	○	○	○			
19:00	120	呼び出し先生タナカ				○		
21:00	54	ヤンドク!				○		
21:54	6	Sports Be Ambitious		○	○			
22:00	54	夫に間違いありません				○		
22:54	6	天気予報	○					
23:00	30	けるとめる				○		
23:30	45	Live News α	○		○	○		
24:15	30	いたジャン!				○		
24:45	30	タイムレスマン				○		
25:15	55	デート~恋とはどんなものかしら~				○		
26:10	30	TAKUMIの逸品					○	
26:40	30	ディノスTHEストア					○	
27:10	15	TSKナイトミュージック&ウェザー	○			○		

2026年1月20日(火)

放送時刻	分数	番組名称	報道	教育	教養	娯楽	その他	
							通信販売	その他
4:10	15	おはミュー	○			○		
4:25	30	TAKUMIの逸品					○	
4:55	30	お風呂を変えた世紀の大発明					○	
5:25	45	めざましテレビ I部	○	○	○	○		
6:10	110	めざましテレビ II部	○	○	○	○		
8:00	14	めざましテレビ IV部	○		○			
8:14	96	サン!シャイン	○	○	○			
9:50	95	ノンストップ!	○	○	○	○	○	
11:25	5	ひるまえ えいっとくんハウス			○			○
11:30	20	Live News days	○	○	○			
11:50	120	ぽかぽか			○	○		
13:50	55	旬感LIVE とれたてっ!	○	○	○	○		
14:45	30	バルコスTVショッピング					○	
15:15	30	SI-VIS:The Sound of Heroes				○		
15:45	65	TSK Live News イット! I	○	○	○			
16:50	58	TSK Live News イット! II	○	○	○			
17:48	72	TSK Live News イット! III	○	○	○			
19:00	120	今夜はナゾトレ		○	○	○		
21:00	54	東京P.D. 警視庁広報2係				○		
21:54	6	ネゴ図鑑			○	○		
22:00	54	火曜は全力! 華大さんと千鳥くん				○		
22:54	6	天気予報	○					
23:00	30	真夜中ハートチューン				○		
23:30	45	Live News α	○		○	○		
24:15	30	おかべろ			○	○		
24:45	55	デート~恋とはどんなものかしら~				○		
25:40	30	TAKUMIの逸品					○	
26:10	30	ディノスTHEストア					○	
26:40	30	TAKUMIの逸品					○	
27:10	15	TSKナイトミュージック&ウェザー	○			○		

2026年1月21日(水)

放送時刻	分数	番組名称	報道	教育	教養	娯楽	その他	
							通信販売	その他
4:10	15	おはミュー	○			○		
4:25	30	TAKUMIの逸品					○	
4:55	30	ディノスTHEストア					○	
5:25	45	めざましテレビ I部	○	○	○	○		
6:10	110	めざましテレビ II部	○	○	○	○		
8:00	14	めざましテレビ IV部	○		○			
8:14	96	サン!シャイン	○	○	○			
9:50	95	ノンストップ!	○	○	○	○	○	
11:25	5	ひるまえ えいっとくんハウス			○			○
11:30	20	Live News days	○	○	○			
11:50	120	ぽかぽか			○	○		
13:50	55	旬感LIVE とれたてっ!	○	○	○	○		
14:45	55	ポツンと一軒家				○		
15:40	5	けんこう体操2						○
15:45	65	TSK Live News イット! I	○	○	○			
16:50	58	TSK Live News イット! II	○	○	○			
17:48	72	TSK Live News イット! III	○	○	○			
19:00	114	奇跡体験!アンビリバボー			○	○		
20:54	6	しまねっこの宅配便		○	○	○		
21:00	54	ホンマでっか!?TV			○	○		
21:54	6	ドレみる!?						○
22:00	54	ラムネモンキー				○		
22:54	6	天気予報	○					
23:00	30	週刊ナイナイミュージック			○	○		
23:30	45	Live News α	○		○	○		
24:15	30	かまいたちの掟				○		
24:45	30	【推しの子】				○		
25:15	55	デート~恋とはどんなものかしら~				○		
26:10	30	TAKUMIの逸品					○	
26:40	30	ディノスTHEストア					○	
27:10	15	TSKナイトミュージック&ウェザー	○			○		

2026年1月22日(木)

放送時刻	分数	番組名称	報道	教育	教養	娯楽	その他	
							通信販売	その他
4:10	15	おはミュー	○			○		
4:25	30	TAKUMIの逸品					○	
4:55	30	SHOP JAPAN					○	
5:25	45	めざましテレビ I部	○	○	○	○		
6:10	110	めざましテレビ II部	○	○	○	○		
8:00	14	めざましテレビ IV部	○		○			
8:14	96	サン!シャイン	○	○	○			
9:50	95	ノンストップ!	○	○	○	○	○	
11:25	5	ひるまえ えいっとくんハウス			○			○
11:30	20	Live News days	○	○	○			
11:50	120	ぽかぽか			○	○		
13:50	55	旬感LIVE とれたてっ!	○	○	○	○		
14:45	30	あなたの冷え悩みは手軽に???で対策できる!					○	
15:15	30	さらば青春の光の青春ジャック!!			○	○		
15:45	65	TSK Live News イット! I	○	○	○			
16:50	58	TSK Live News イット! II	○	○	○			
17:48	72	TSK Live News イット! III	○	○	○			
19:00	114	街グルメをマジ探索!かまいまち				○		
20:54	6	小泉八雲のKWAIDANの世界 <実写ルック版>		○	○	○		
21:00	54	この世界は1ダフル		○				
21:54	6	ドレみる!?						○
22:00	54	プロフェッショナル 保険調査員・天音蓮				○		
22:54	6	天気予報	○					
23:00	30	トークーンズ				○		
23:30	45	Live News α	○		○	○		
24:15	55	探偵!ナイトスクープ				○		
25:10	30	千原ジュニアのへべレケ				○		
25:40	30	TAKUMIの逸品					○	
26:10	30	ディノスTHEストア					○	
26:40	15	TSKナイトミュージック&ウェザー	○			○		

2026年1月23日(金)

放送時刻	分数	番組名称	報道	教育	教養	娯楽	その他	
							通信販売	その他
4:10	15	おはミュー	○			○		
4:25	30	TAKUMIの逸品					○	
4:55	30	SHOP JAPAN					○	
5:25	45	めざましテレビ I部	○	○	○	○		
6:10	110	めざましテレビ II部	○	○	○	○		
8:00	14	めざましテレビ IV部	○		○			
8:14	96	サン!シャイン	○	○	○			
9:50	95	ノンストップ!	○	○	○	○	○	
11:25	5	ガイド						○
11:30	20	Live News days	○	○	○			
11:50	120	ぽかぽか			○	○		
13:50	55	旬感LIVE とれたてっ!	○	○	○	○		
14:45	30	假屋崎省吾のフィットライフショッピング					○	
15:15	30	ナンバーワン戦隊ゴジウジャー				○		
15:45	65	TSK Live News イット! I	○	○	○			
16:50	58	TSK Live News イット! II	○	○	○			
17:48	72	TSK Live News イット! III	○	○	○			
19:00	120	ウワサのお客さま				○		
21:00	112	平成の名場面連発!あの人ビフォーアフター				○		
22:52	8	天気予報	○					
23:00	30	全力!脱カタイムズ			○	○		
23:30	30	ハイスクール!奇面組				○		
24:00	45	Live News α	○		○	○		
24:45	5	小泉八雲のKWAIDANの世界 <アニメルック版>		○	○	○		
24:50	60	アメトーーク!				○		
25:50	30	テレビ千鳥				○		
26:20	30	ディノスTHEストア					○	
26:50	30	TAKUMIの逸品					○	
27:20	15	TSKナイトミュージック&ウェザー	○			○		

2026年1月24日(土)

放送時刻	分数	番組名称	報道	教育	教養	娯楽	その他	
							通信販売	その他
4:30	30	ディノスTHEストア					○	
5:00	30	人生100年時代を楽しむ!にんにく健康物語					○	
5:30	30	おうちde 買いまSHOW					○	
6:00	150	めざましどうようび	○	○	○			
8:30	115	土曜はナニする!?	○	○	○	○		
10:25	55	ミキティダイニング				○		
11:20	30	レッツビギン!人生100年時代!元気なひざで生涯現役!					○	
11:50	10	Live News days	○					
12:00	60	ドっとコネクト	○	○	○	○		
13:00	60	充電させてもらえませんか?			○	○		
14:00	60	世界を救う!ワンにゃフル物語~柴と三毛と亀梨くん~			○	○		
15:00	60	飛んで見に行く謎の島				○		
16:00	60	バカリズムのちょっとバカリハカってみた!			○	○		
17:00	30	西村キャンプ場				○		
17:30	30	TSK Live News イット!	○	○	○			
18:00	30	SOUP			○	○		
18:30	30	ネタパレ				○		
19:00	114	芸能人が本気で考えた!ドッキリGP				○		
20:54	6	えんむす				○		
21:00	145	「教場」後編				○		
23:25	30	さんまのお笑い向上委員会				○		
23:55	55	横浜ナイバーズ Season1				○		
24:50	40	すぽると!	○	○	○			
25:30	30	ゴリパラ見聞録				○		
26:00	30	ゴルフ★パラダイス SEASON2			○	○		
26:30	30	TAKUMIの逸品					○	
27:00	30	ディノスTHEストア					○	
27:30	30	TAKUMIの逸品					○	

2026年1月25日(日)

放送時刻	分数	番組名称	報道	教育	教養	娯楽	その他	
							通信販売	その他
4:30	30	テレビ寺子屋		○				
5:00	30	元氣とキレイの秘密！教えます ロイヤルゼリーの驚くべき健康パワー					○	
5:30	30	始めるなら今！健康も元気もこれ1つ！					○	
6:00	15	FNNニュース	○					
6:15	15	釣りごろつられごろ			○			
6:30	30	ゴルフ★パラダイス SEASON2			○	○		
7:00	30	ボクらの時代			○	○		
7:30	55	日曜報道 THE PRIME	○		○			
8:25	5	しまねUターン親向けPR「あと何回…」			○			
8:30	30	そ～だったのかンパニー			○	○		
9:00	30	DIGIMON BEATBREAK				○		
9:30	30	かまいたちの机上の空論城				○		
10:00	75	かのサンド			○	○		
11:15	30	ミラモンGOLD		○	○	○		
11:45	5	TAKUMIの逸品					○	
11:50	5	Live News days	○					
11:55	5	ガイド						○
12:00	175	奥村組スポーツスペシャル 第45回大阪国際女子マラソン				○		
14:55	5	ドレみる！？						○
15:00	60	競馬BEAT				○		
16:00	60	有吉くんの正直さんぽ				○		
17:00	30	ジャンクSPORTS				○		
17:30	30	TSK Live News イット！	○	○	○			
18:00	30	ちびまる子ちゃん				○		
18:30	30	サザエさん		○	○	○		
19:00	114	千鳥の鬼レンチャン				○		
20:54	56	Mr. サンデー1部	○	○	○			
21:50	79	Mr. サンデー2部	○	○	○			
23:09	6	ドレみる！？						○
23:15	30	嘘が嘘で嘘は嘘だ				○		
23:45	70	すぼると！	○	○	○			
24:55	30	突然ですが占ってもいいですか？				○		
25:25	30	何か“オモシロいコト”ないの？				○		
25:55	60	もうひとつの進化論 アリの王国			○	○		
26:55	30	TAKUMIの逸品					○	
27:25	15	TSKナイトミュージック&ウェザー	○			○		