

長野の放送局

月～金	TV放送	土	日
<b>AM放送</b>	NHK	<b>AM放送</b>	<b>AM放送</b>
NHK	○ 7 : 28	NHK	NHK
6 : 28		6 : 28	6 : 28
6 : 57		6 : 57	6 : 58
○ 7 : 30		7 : 30	7 : 30
7 : 57		7 : 57	7 : 57
8 : 58		8 : 58	8 : 58
● 8 : 58		9 : 58	11 : 58
9 : 58		11 : 57	13 : 58
● 11 : 50		13 : 58	15 : 58
○ 11 : 57		15 : 58	▲ 16 : 50
13 : 58		16 : 58	16 : 57
15 : 58		● 17 : 50	17 : 50
16 : 58		18 : 58	18 : 57
○ 18 : 58		19 : 58	19 : 58
○ 19 : 58		20 : 57	20 : 57
● 19 : 58		21 : 58	21 : 58
20 : 57		SBC	SBC
21 : 58		10 : 00	9 : 56
SBC		13 : 57	12 : 06
7 : 30		14 : 56	14 : 55
8 : 30		17 : 05	<b>FM放送</b>
10 : 03		<b>FM放送</b>	NHK長野FM
12 : 06		NHK長野FM	6 : 58
13 : 03		6 : 57	11 : 58
15 : 03		11 : 57	18 : 57
16 : 03		18 : 58	FM長野
17 : 55		FM長野	6 : 39
<b>FM放送</b>		6 : 51	10 : 55
NHK長野FM		11 : 38	15 : 55
6 : 57		15 : 55	
● 11 : 50		<b>TV放送</b>	
○ 11 : 57		NHK	
○ 18 : 58		● 6 : 55	
FM長野		○ 7 : 28	
7 : 52		● 7 : 55	
8 : 46			
(金) 9 : 20			
(月～木) 9 : 25			
(金) 10 : 27			
(金) 14 : 45			
(金) 15 : 47			
(月～木) 16 : 35			
(金) 16 : 42			
(金) 17 : 16			
(月～木) 17 : 20			
(月～木) 18 : 22			
(金) 18 : 25			

(凡例) **オレンジ** = 全国放送 ● = 祝日は放送中止 ○ = 祝日のみ放送 ▲ = 大相撲期間中のみ放送

◆AM放送

NHK長野=819kHz SBC=1098kHz

◆FM放送

NHK長野FM=84.0MHz FM長野=79.7MHz SBCワイドFM=92.2MHz

◆TV放送

NHK長野テレビ=1ch

◆コミュニティFM

エフエム善光寺=76.5MHz エフエムまつもと=79.1MHz

## 長野のコミュニティ放送局

月～金
エフエム善光寺
8:20
(月～木) 17:45
(金) 18:00
エフエムまつもと
8:10
(月～木) 17:10

(凡例) **オレンジ** = 全国放送 ● = 祝日は放送中止 ○ = 祝日のみ放送 ▲ = 大相撲期間中のみ放送

### ◆AM放送

NHK長野=819kHz SBC=1098kHz

### ◆FM放送

NHK長野FM=84.0MHz FM長野=79.7MHz SBCワイドFM=92.2MHz

### ◆TV放送

NHK長野テレビ=1ch

### ◆コミュニティFM

エフエム善光寺=76.5MHz エフエムまつもと=79.1MHz