

長野の放送局

月～金	FM長野	土	日
AM放送	(金) 18:25	AM放送	AM放送
NHK	TV放送	NHK	NHK
6:28	NHK	6:28	6:28
6:57	○ 7:28	6:57	6:58
○ 7:30		7:30	7:30
○ 7:57		7:58	7:57
○ 8:28		8:28	8:57
○ 8:57		8:57	11:58
● 8:58		9:28	13:58
○ 9:28		9:58	14:58
9:58		11:57	15:57
○ 10:28		13:58	▲ 16:50
● 11:50		14:58	16:57
○ 11:57		15:57	18:57
12:57		▲ 16:50	19:58
13:58		16:58	20:57
○ 14:58		18:58	21:58
○▲ 16:50		19:58	SBC
○ 16:58		20:57	10:00
● 17:58		21:58	11:55
○ 18:57		SBC	14:55
19:58		10:00	FM放送
20:57		13:57	NHK長野FM
21:58		14:56	6:58
SBC		17:05	11:58
7:30		FM放送	18:57
8:30		NHK長野FM	FM長野
10:03		6:58	6:39
12:06		11:57	10:55
13:55		18:58	15:55
14:55		FM長野	
FM放送		6:40	
NHK長野FM		11:38	
6:57		15:55	
● 11:50		TV放送	
○ 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			
(月～木) 16:35			
(金) 16:42			
(金) 17:16			
(月～木) 17:20			
(月～木) 18:22			

(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	土
エフエム善光寺 8 : 20 17 : 45	エフエムまつもと 13 : 20
エフエムまつもと 8 : 10 (月～木) 12 : 17 (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