

長野の放送局

月～金	TV放送	土	日
AM放送	NHK	AM放送	AM放送
NHK	○ 7:28	NHK	NHK
6:28		6:28	6:28
6:57		6:57	6:58
○ 7:25		7:30	7:30
○ 7:57		7:58	7:57
○ 8:28		8:28	8:58
○ 8:58		8:58	10:28
● 8:58		9:28	11:58
○ 9:28		9:58	13:58
9:58		11:57	15:58
10:28		13:58	▲ 16:50
● 11:50		14:58	16:57
○ 11:57		15:58	17:50
13:58		16:58	18:57
15:58		● 17:50	19:58
16:58		18:58	20:57
○ 18:58		19:58	21:58
19:58		20:57	SBC
20:57		21:58	10:00
21:58		SBC	12:06
SBC		10:00	14:55
7:30		13:57	FM放送
8:30		14:56	NHK長野FM
10:03		17:05	6:58
12:06		FM放送	11:58
13:55		NHK長野FM	18:57
14:55		6:57	FM長野
FM放送		11:57	6:39
NHK長野FM		18:58	10:55
6:57		FM長野	15:55
● 11:50		6:40	
○ 11:57		11:38	
○ 18:58		15:55	
FM長野		TV放送	
7:52		NHK	
8:46		● 6:55	
(金) 9:20		○ 7:28	
(月～木) 9:25		● 7:55	
(金) 10:27			
(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	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) 13 : 20 (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