

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