ａｂｎ長野朝日放送　２０１９年０４月基本番組表（番組種別）

時	月	火	水	木	金	土	日
4:00	オープニング（その他(他)）						
4:15	ａｂｎ天気予報（報道）						
4:30	テレショップ（その他(通販)）						
4:45							オープニング（その他(他)）
5:00							ａｂｎ天気予報（報道）
5:15	テレショップ（その他(通販)）						その他(通販)
5:30	グッド！モーニング（報道 教育 教養）						テレショップ
5:45						渡辺篤史の建もの探訪（教養）	娯楽
6:00						ＡＮＮニュース（報道）	キラキラハッピー★ひらけ！ここたま（報道 教育 教養）
6:15	グッド！モーニング（報道 教育 教養）				週刊ニュースリーダー（報道 教育 教養 娯楽）		
6:30							サンデーＬＩＶＥ！！
6:45							
7:00							
7:15							
7:30	羽鳥慎一モーニングショー（報道 教育 教養）				朝だ！生です旅サラダ（教育 教養 娯楽）		
7:45							スター☆トゥインクルプリキュア（娯楽）
8:00							仮面ライダージオウ（娯楽）
8:15					駅前テレビ（報道 教育 教養 娯楽）		騎士竜戦隊リュウソウジャー（娯楽）
8:30	太陽と緑の健やかタイム（その他(通販)）						スペシャルサンデー（教養 娯楽）
8:45	テレショップ（その他(通販)）						
9:00	ａｂｎドラマアンコール（娯楽）			１００まで楽しむつもりです（教養 娯楽）		いいね！信州スゴヂカラ（教養）	
9:15				新婚さんいらっしゃい！（再）（娯楽）		題名のない音楽会（教育）	
9:30	今ドキ！昼ドキッ（報道 教養）					ＡＮＮニュース（報道）	ＡＮＮニュース（報道）
9:45							
10:00	徹子の部屋（教育 教養）				中居正広のニュースな会（報道 教養 娯楽）		ビートたけしのＴＶタックル（教養）
10:15	やすらぎの刻　～道（娯楽）						
10:30	大下容子ワイド！スクランブル（報道 教育 教養）						
10:45					世界！ニッポン行きたい人応援団（教養 娯楽）		新婚さんいらっしゃい！（娯楽）
11:00	上沼恵美子のおしゃべりクッキング（教育）						パネルクイズアタック２５（教育 教養）
11:15	ａｂｎ午後のワイド劇場（娯楽）				イチオシ　リン５チャンネル（その他(他)）		
11:30					ａｂｎスペシャル（教育 教養 娯楽）		サンデープレゼント（教養 娯楽）
11:45							
12:00							路線バスで寄り道の旅（教養）
12:15	ａｂｎアンコールアワー（娯楽）					いいね！信州スゴヂカラ（再）（教養）	
12:30							ふるさとステーション（教養）
12:45	スーパーＪチャンネル　１部（報道 教養）					スーパーＪチャンネル（報道）	サンデーステーション（報道）
13:00							
13:15	ａｂｎステーション　1部（報道）						
13:30	スーパーＪチャンネル　２部（報道）					ａｂｎ天気予報（報道）	
13:45	ａｂｎステーション　２部（報道）						
14:00						人生の楽園（教育）	相葉マナブ（教育 教養）
14:15						ごはんジャパン（教養 娯楽）	
14:30	デザイン・コード（教養）	信州スポーツ！一刀両断（教養）	ヤミーの３ステップクッキング（教育）	地球を守ろう！グリーンアクション（教育）	デザイン・コード（教養）		
14:45	帰れマンデー見っけ隊！！（娯楽）	林修の今でしょ！講座（教育 教養）	あいつ今何してる？（娯楽）	日本人の３割しか知らないこと　くりぃむしちゅーのハナタカ！優越館（教養 娯楽）	ドラえもん（教育 娯楽）	世界が驚いたニッポン！スゴ～イデスネ！！視察団（教育 教養 娯楽）	ナニコレ珍百景（教養 娯楽）
15:00	ａｂｎニュース＆天気予報（報道）				クレヨンしんちゃん（娯楽）		
15:15	１０万円でできるかな（娯楽）	名医とつながる！たけしの家庭の医学（教育 教養）	くりぃむクイズ　ミラクル９（教育 教養 娯楽）	木曜ミステリー　科捜研の女（娯楽）	ミュージックステーション（娯楽）	池上彰のニュースそうだったのか！！（報道 教養）	
15:30							ポツンと一軒家（教養 娯楽）
15:45	ａｂｎ天気予報（報道）				ａｂｎ天気予報（報道）		ａｂｎ天気予報（報道）
16:00	クイズプレゼンバラエティー　Ｑさま！！（教育 教養）	そんなコト考えた事なかったクイズ！トリニクって何の肉！？（教育 教養 娯楽）	特捜９　ｓｅａｓｏｎ２（娯楽）	緊急取調室（娯楽）	ザワつく！金曜日（教養 娯楽）	サタデーステーション（報道）	日曜プライム（娯楽）
16:15	報道ステーション（報道）				報道ステーション（報道）		
16:30						ａｂｎ天気予報（報道）	
16:45						激レアさんを連れてきた。（教養 娯楽）	
17:00	ａｂｎ天気予報（報道）				ａｂｎ天気予報（報道）		ａｂｎ天気予報（報道）
17:15	陸海空こんなところでヤバイバル！（娯楽）	ロンドンハーツ（娯楽）	マツコ＆有吉　かりそめ天国（娯楽）	アメトーーク！（娯楽）	金曜ナイトドラマ　家政夫のミタゾノ（娯楽）	土曜ナイトドラマ　東京独身男子（娯楽）	関ジャム　完全燃ＳＨＯＷ（娯楽）
17:30	しくじり先生　俺みたいになるな！（娯楽）	バナナマンのドライブスリー（娯楽）	家事ヤロウ！！！（教養 娯楽）	夜の巷を徘徊する（娯楽）		イチオシ　リン５チャンネル（その他(他)）	
17:45	イチオシ　リン５チャンネル（その他(他)）				探偵！ナイトスクープ（教育 娯楽）	ラストアイドル（娯楽）	日本サッカー応援宣言　やべっちＦＣ（報道 教養 娯楽）
18:00	ポルポ（教養 娯楽）	松本家の休日（娯楽）	ももクロＣｈａｎ（娯楽）	さまぁ～ず×さまぁ～ず（娯楽）		相席食堂（娯楽）	ＡＮＮニュース＆スポーツ（報道 教養）
18:15							ワールドプロレスリング（娯楽）
18:30	ＧＥＮＥＲＡＴＩＯＮＳ高校ＴＶ（教育）	ｍｕｓｉｃる　ＴＶ（教養 娯楽）	霜降り明星のあてみなげ（娯楽）	Ｂｒｅａｋ　Ｏｕｔ（娯楽）	くりぃむナンチャラ（娯楽）		テレメンタリー（報道 教養）
18:45						タモリ倶楽部（教養 娯楽）	
19:00	テレショップ（その他(通販)）			鬼滅の刃（娯楽）	テレショップ（その他(通販)）		テレショップ（その他(通販)）
19:15						東京らふストーリー（娯楽）	
19:30	テレショップ（その他(通販)）				テレショップ（その他(通販)）		テレショップ（その他(通販)）
19:45					ａｂｎ天気予報（報道）		ａｂｎ天気予報（報道）
20:00	ａｂｎ天気予報（報道）			テレショップ（その他(通販)）		テレショップ（その他(通販)）	
20:15				ａｂｎ天気予報（報道）		ａｂｎ天気予報（報道）	
20:30							
20:45							
21:00							
21:15							
21:30							
21:45							
22:00							
22:15							
22:30							
22:45							
23:00							
23:15							
23:30							
23:45							
24:00							
24:15							
24:30							
24:45							
25:00							
25:15							
25:30							
25:45							
26:00							
26:15							
26:30							
26:45							
27:00							
27:15							
27:30							
27:45							