

月	火	水	木	金
5・12・19・26	6・13・20・27	7・14・21・28	1・8・15・22・29	2・9・16・23・30
お天気情報				
8:00	四季食彩 ワンドフル・ニャンダフル	世田谷 Hometown	まちかわ Hometown	調布・狛江 Hometown
8:15	湘南の身近な釣り場、魚を楽しく紹介する「湘南発! わくわく釣り探訪」。今月も児島玲子が釣りまくりです。			
8:30	インフォメーション 他	四季食彩	ステキにダイニング	四季食彩
9:00	湘南発わくわく釣り探訪	ステキにダイニング	四季食彩	ステキにダイニング
9:15	ステキにダイニング	四季食彩	ステキにダイニング	ステキにダイニング
9:30	テレビショッピング	四季食彩	ステキにダイニング	ステキにダイニング
10:00	お住まいのエリアのHometown			
10:30	旅まるっ!	beau.tv	衛星劇場ナビ	いきいき人生塾 ～素晴らしきセカンドライフ～
11:00	恋舞妓の京都慕情			
11:15	湯ったり はこね宿専科	四季食彩	ステキにダイニング	四季食彩
11:30	四季食彩	ステキにダイニング	四季食彩	ステキにダイニング
12:00	J:COM In My Room / インフォメーション	J:COM In My Room / 四季食彩 (湘南版)	J:COM In My Room / インフォメーション	J:COM In My Room / 四季食彩 (湘南版)
12:30	J:COM In My Room / インフォメーション	J:COM In My Room / 四季食彩 (湘南版)	J:COM In My Room / インフォメーション	J:COM In My Room / 四季食彩 (湘南版)
1:00	お天気情報 / インフォメーション			
1:15	ワンドフル・ニャンダフル	ワンドフル・ニャンダフル	ワンドフル・ニャンダフル	ワンドフル・ニャンダフル
1:30	インフォメーション	インフォメーション	インフォメーション	インフォメーション
2:00	オフ娘!	いい伊豆みつけた	〇得よこはま情報局	新!中華街発見伝
2:30	ホームドラマチャンネル 番組案内	AHNdante	恋舞妓の京都慕情	食べまるっ!
3:00	世田谷 Hometown	まちかわ Hometown	調布・狛江 Hometown	相模原・大和 Hometown
3:30	お住まいのエリアの Hometown	お住まいのエリアの Hometown	お住まいのエリアの Hometown	お住まいのエリアの Hometown
4:00	J:COM In My Room / ぶらっと散歩	J:COM In My Room / インフォメーション	J:COM In My Room / ワンドフル・ニャンダフル	J:COM In My Room / インフォメーション
4:30	J:COM In My Room / ぶらっと散歩	J:COM In My Room / インフォメーション	J:COM In My Room / ワンドフル・ニャンダフル	J:COM In My Room / インフォメーション
5:00	Beポンキッキ			
5:30	～ Players ～ Forza S.C. 相模原			
6:00	湘南発わくわく釣り探訪	四季食彩	湘南発わくわく釣り探訪	四季食彩
6:15	湘南発わくわく釣り探訪	四季食彩	湘南発わくわく釣り探訪	四季食彩
6:30	インフォメーション / J:COM In My Room	インフォメーション / J:COM In My Room	インフォメーション / J:COM In My Room	インフォメーション / J:COM In My Room
6:45	四季食彩	湘南発わくわく釣り探訪	四季食彩	湘南発わくわく釣り探訪
7:00	さがまちバンバン	さがまちバンバン	さがまちバンバン	さがまちバンバン
7:15	月～金曜 後7:00～後8:00 4月5日 月から生放送!			
7:30	生放送番組 つながるセブン	つながるセブン	つながるセブン	つながるセブン
7:45	つながるセブン	つながるセブン	つながるセブン	つながるセブン
8:00	いい伊豆みつけた	オフ娘!	ぶらっと散歩	横浜ミストリー
8:30	いい伊豆みつけた	オフ娘!	ぶらっと散歩	横浜ミストリー
9:00	お住まいのエリアのHometown			
9:30	TVフォーラムかながわ	新!中華街発見伝 / がんばれ!ゼルビア	TVフォーラムかながわ	がんばれ!ゼルビア / 〇得よこはま情報局
10:00	湯ったり はこね宿専科	住まーとオンTV Vol.2	湯ったり はこね宿専科	住まーとオンTV Vol.2
10:15	住まーとオンTV Vol.1	湯ったり はこね宿専科	住まーとオンTV Vol.1	湯たり はこね宿専科
10:30	住まーとオンTV Vol.1	湯たり はこね宿専科	住まーとオンTV Vol.1	湯たり はこね宿専科
10:45	住まーとオンTV Vol.1	湯たり はこね宿専科	住まーとオンTV Vol.1	湯たり はこね宿専科
11:00	～ Players ～ Forza S.C. 相模原			
11:30	世田谷 Hometown	まちかわ Hometown	調布・狛江 Hometown	相模原・大和 Hometown
12:00	住まーとオンTV Vol.2	住まーとオンTV Vol.1	住まーとオンTV Vol.2	住まーとオンTV Vol.1
12:30	映画館へ行く (ムービープラス)	番組案内	beau.tv	AHNdante
12:45	J:COM x ジャパネットたかた	ザ・リーダーズ (日経CNBC)	クラシカラウンジ (クラシカ・ジャパン)	J:COM x ジャパネットたかた
1:00	J:COM x ジャパネットたかた	ザ・リーダーズ (日経CNBC)	クラシカラウンジ (クラシカ・ジャパン)	J:COM x ジャパネットたかた
1:15	J:COM x ジャパネットたかた	ザ・リーダーズ (日経CNBC)	クラシカラウンジ (クラシカ・ジャパン)	J:COM x ジャパネットたかた
1:30	J:COM x ジャパネットたかた	ザ・リーダーズ (日経CNBC)	クラシカラウンジ (クラシカ・ジャパン)	J:COM x ジャパネットたかた
1:45	J:COM x ジャパネットたかた	ザ・リーダーズ (日経CNBC)	クラシカラウンジ (クラシカ・ジャパン)	J:COM x ジャパネットたかた
2:00	J:COM x ジャパネットたかた			

土	日
3・10・17・24	4・11・18・25
お天気情報	
8:00	湯ったり はこね宿専科
8:15	湘南発わくわく釣り探訪
8:30	四季食彩
8:45	インフォメーション
9:00	インフォメーション / J:COM In My Room
9:30	お住まいのエリアのHometown
10:00	テレビショッピング
10:15	住まーとオンTV Vol.2
10:30	住まーとオンTV Vol.1
10:45	関根勤 映画の時間 (スターチャンネル)
11:00	I love fashionTV!
11:15	相模原・大和 Hometown
11:30	まちかわ Hometown
11:45	テレビショッピング
12:00	J:COM In My Room / 四季食彩 (湘南版)
12:30	お天気情報 / インフォメーション
1:00	まちかわ Hometown
1:15	相模原・大和 Hometown
1:30	テレビショッピング
2:00	世田谷 Hometown
2:15	調布・狛江 Hometown
2:30	いきいき人生塾 ～素晴らしきセカンドライフ～
2:45	秘伝!プロの技!! (ゴルフネットワーク)
3:00	調布・狛江 Hometown
3:15	世田谷 Hometown
3:30	さがまちバンバン
3:45	湯たり はこね宿専科
4:00	J:COM In My Room / ぶらっと散歩
4:30	J:COM In My Room / ぶらっと散歩
5:00	いい伊豆みつけた
5:15	新!中華街発見伝
5:30	ぶらっと散歩
5:45	ワンドフル・ニャンダフル
6:00	四季食彩
6:15	インフォメーション
6:30	横浜ミストリー
6:45	オフ娘!
7:00	インフォメーション
7:15	四季食彩 (湘南版)
7:30	Music Japan リクエスト J:COM スペシャル
7:45	FOX プレミアアワー
8:00	オフ娘!
8:15	ワンドフル・ニャンダフル
8:30	四季食彩
8:45	さがまちバンバン
9:00	湘南発わくわく釣り探訪
9:15	特別番組さがまちバンバン AWARDS2009
9:30	麻生文化村～おとなの時間～
9:45	いい伊豆みつけた
10:00	新!中華街発見伝
10:15	湯たり はこね宿専科
10:30	企業の履歴書
10:45	湯たり はこね宿専科
10:55	四季食彩
11:00	ステキにダイニング
11:15	湘南発わくわく釣り探訪
11:30	お住まいのエリアのHometown
11:45	企業の履歴書
12:00	麻生文化村～おとなの時間～
12:15	野球ナビ
12:30	恋舞妓の京都慕情
12:45	大人の趣味と生活向上 (ちよつと上の生活系)
1:00	J:COM x ジャパネットたかた
1:15	J:COM x ジャパネットたかた
1:30	J:COM x ジャパネットたかた
1:45	J:COM x ジャパネットたかた
2:00	J:COM x ジャパネットたかた

【お知らせ】4月より番組の放送時間が一部変更になっております。
ご案内…行政文字情報はL字画面にて後0:00～/後4:00～/後8:00～の放送予定です。

※番組内容は変更になる場合がございます。

FM 放送周波数一覧

J:COM 相模原・大和ではFMの再送信をしています。
くわしい接続方法は☎0120-999-000まで

相模原市・大和市 にお住まいの方	76.7MHz	bay fm	82.2MHz	FM さがみ(相模原)
	77.5MHz	NACK5	83.2MHz	NHK FM (東京)
	78.3MHz	TOKYO FM	78.9MHz	NHK FM (横浜)
	79.7MHz	FM やまと(大和)	85.4MHz	放送大学
	81.0MHz	J-WAVE	86.0MHz	Inter FM
	84.3MHz	Fm yokohama		

必見!



【新番組】住まーとオンTV / 提供: オレンジBOX / ブラウド

Vol.1	トランクルーム篇	火・木曜	後11:30～	ほか
Vol.2	不動産篇	火・木曜	後10:00～	ほか

快適なライフスタイルを提案する「住まーとオンTV」。
Vol.1は今話題のトランクルームの便利な活用法を紹介します。
Vol.2は「湘南で暮らす」をテーマに、理想の住宅を取ります。