2025.10月～2026.3月 番組表 周波数 76.2MHz

有線放送 C-37

※祝日は特別編成となります。※番組は都度変更や休止となる場合がございます。最新の情報はホームページをご確認ください。

FMポコ(自主・自局制作)　J-WAVE　YouTube配信

月曜日～金曜日

時間	時間区分	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
6	B	J-Wave				
7	SA	あさラジ☀762 7:07 交通情報・ニュース 天気予報 7:20 今日もいい日になあれ -届け わたしたちの想い- 7:45 交通情報 7:48 マイシティふくしま 8:05 ニュース・天気予報 8:12 イベント情報 8:17 くらしの防災一口メモ 8:30 交通情報 火・水曜日担当 藤倉みさえ 月・木・金曜日担当 高橋ゆうこ				
8		8:40 おらがまち通信(第1週)	8:40 おらがまち通信(第3週)	8:40 暮らしの税の情報	8:40 おはようJAふくしま未来	8:40 おはようJAふくしま未来
9	A	福島トヨタ♪ラジオdeコミュニティ				
		J-Wave				
10		HAPPY BOX 762 月曜日担当 かわた美穂 火曜日担当 hrm(ひろみ) 水曜日担当 岩倉沙織 木曜日担当 アサノコウタ 金曜日担当 菅野淳一				
11	SA	じんちゃんの「ほけんでGO!」 甚野理亮	日本の防衛Q&A	暮らしの中の気象台	じんちゃんの「ほけんでGO!」(再)	ONE DAY TRIP
		J-Wave				
12		MY TOWN ポコランド 12:02 ニュース・天気予報・交通情報 12:30 今日もいい日になあれ -届け わたしたちの想い-(再) 12:45 イベント情報 月・木・金曜日担当 和合敦子 火曜日担当 たかはしまこ 水曜日担当 高橋 城 金曜日は不定期で30分拡大版に！ MY TOWN ポコランド+(プラス)				
				12:10 マネー講座(第2・4週) 12:15 こちら福島警察署(第1週)	12:10 こむこむ夢発信!!	
13		TALK TO NEIGHBORS		子どもと親のメンタルヘルス(第1・3週) クリス智子	FM-POCO MUSIC SELECTION	
		PEOPLE'S ROASTERY 長井優希乃			ふくしま未来アカデミー 朴栄光	
14	A				ALL GOOD FRIDAY LiLICo&稲葉 友	
15		福島トヨタ♪ラジオdeコミュニティ(再) 15:45～				
16	SA	みんなのラジオ ～FUKUSHIMA TOWN VOICE～ ※冬期間は放送期間短縮の場合有 16:35 福島民報今日のニュースデスクから 16:50 くらしの防災一口メモ(再) 17:00 ニュース・天気予報・交通情報 17:30 マイシティふくしま(再) 17:38 今日もいい日になあれ -届け わたしたちの想い-(再) 18:00 ニュース・天気予報・交通情報 月曜日担当 古川ゆき枝 火曜日担当 安田いつ美 水曜日担当 引田さいこ 木曜日担当 藤倉みさえ 金曜日担当 古川ゆき枝				
17						
18		16:20 こむこむ夢発信!!(第2・4週) 17:18 YOUはFUKUSHIMAへよぐ来たね…？	17:19 ふくしまからエール! みんなのSDGs(第1・2・3週) #ココロ.ツナグ 福島学院大学通信(第4・5週)		16:10 走れ!ポコ号☆生中継(第1・3週) 手づくりマルシェのちょっと一息♬ Tea Break(第2・4週) 17:18 GO!GO!福島ユナイテッドFC	16:15 気象台一口メモ(第1週) ふくよみタイム(第4週) 17:45 ふくしま情報ネットワーク
		サンドウィッチマンのラジオやらせろ!(再)	ヴァンカン・のじゅーる 佐久間仁(第1週)、鈴木弥生(第2週) 武藤進(第3・5週)、渋谷順子(第4週)	Music Star Geo Yochi Yochi Ω	すずらん通りよろずや横町 MATCH BOX松本	MUSIC NOTES 三浦隆之＆ピーター・スコット
19	A	ラジオバラエティ 福島大学放送部(1・2・5週) A_side-w@ve(3・4週)	大道GATEハッシン! 大道GATE	おおば秀樹の一隅を照らす おおば秀樹	ふくしま未来アカデミー(再)	おでまし ナイトパイレーツ ナイトパイレーツ
		ジンケトリオ	ビートルズ・ラバー・NO.5	粋成浩児のGO!GO!6575	奥山弁護士のロック裁判所	
20		JAM THE PLANET グローバー/吉田まゆ、石田健				INNOVATION WORLD
21	B					縁キャリLab 21:00~21:10 毎月最終週／翌月第1週(再)
22		J-Wave				
27～		FM-POCO MUSIC SELECTION				

土曜日・日曜日

時間	時間区分	土曜日	日曜日
6	B	POP OF THE WORLD ハリー杉山&ジェニー	EARLY GLORY 小林涼子
7	A		
8		RADIO DONUTS 渡辺祐&山田玲奈	
9			ACROSS THE SKY 小川紗良
10			
11			
12		BLUE IN GREEN 甲斐まりか	Volkswagen DRIVING WITH YOU 生田絵梨花
13			SAISON CARD TOKIO HOT 100
14		おおば秀樹の一隅を照らす(再) サンドウィッチマンのラジオやらせろ!	
15		NTT Group BIBLIOTHECA ～THE WEEKEND LIBRARY～ 山口周＆長濱ねる	
16		LIFETIME BLUES オダギリジョー	クリス・ペプラー
17		MILLION BILLION BE-FIRST	NX NIPPON EXPRESS SAÚDE! SAUDADE... 滝川クリステル
18		Music Star Geo(再) MUSIC NOTES(再)	おでまし ナイトパイレーツ(再)
19		Smilr Eyesのトンデモナイト FM-POCO MUSIC SELECTION	BRIDGESTONE DRIVE TO THE FUTURE ピストン西沢
20		TOMOLAB. ～TOMORROW LABORATORY 井桁弘恵	TUDOR TRAVELLING WITHOUT MOVING 野村訓市
21	B	J-Wave	
22			
23			
24			
25～		FM-POCO MUSIC SELECTION	