

# 2026.4月～2026.9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

| 時間 | 曜日 | 月曜日  | 火曜日  | 水曜日                          | 木曜日  | 金曜日                             | 土曜日   | 日曜日 |   |   |  |
|----|----|--|--|------------------------------|--|---------------------------------|---|-----|---|---|--|
| 6  | B  | J-Wave   |  |                              |  |                                 | 6   | B   | POP OF THE WORLD                            | EARLY GLORY                               |  |
| 7  | SA | <b>あさラジ762</b><br>7:07 交通情報・ニュース<br>7:20 今日もいい日になあれ<br>7:45 交通情報<br>7:48 マイシティふくしま<br>8:05 ニュース・天気予報<br>8:12 イベント情報<br>8:17 暮らしの防災一口メモ<br>8:30 交通情報  |  |                              |  |                                 | <br>火・水曜日担当 藤倉みさね<br>月・木・金曜日担当 高橋ゆりこ | 7   | A   | ハリー杉山&ジェニー<br><b>RADIO DONUTS</b><br>小林涼子 |  |
| 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   |     | ACROSS THE SKY                              |   |  |
| 9  | A  | 福島トヨタ ラジオdeコミュニティ  |  |                              |  |                                 | 10  |     |   |   |  |
| 10 |    | <b>HAPPY BOX 762</b><br><br>月曜日担当 かわた美穂<br>火曜日担当 hrm(ほろみ)、小島雄次(不定期)<br>水曜日担当 岩倉沙織<br>木曜日担当 アサノコウタ<br>金曜日担当 菅野淳一  |  |                              |  |                                 | 11  |     | 渡辺祐&山田玲奈                                    | 小川紗良                                      |  |
| 11 | SA | じんちゃんの「ほけんでGO!」<br>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                    | 12  |     | BLUE IN GREEN                               | Volkswagen DRIVING WITH YOU               |  |
| 12 |    | <b>MY TOWN ポコランド</b><br>12:02 ニュース・天気予報・交通情報<br>12:30 今日もいい日になあれ<br>12:45 イベント情報<br>月・木・金曜日担当 和合敦子<br>火曜日担当 たかはしまこ<br>水曜日担当 高橋城<br>12:10 マネー講座(第2・4週)<br>12:15 こちら福島警察署(第1週)<br>12:10 こむこむ夢発信!!  |  |                              |  |                                 | 13  |     | 甲斐まりか                                       |   |  |
| 13 |    | TALK TO NEIGHBORS<br>クリス智子   |  | 子どもと親のメンタルヘルス(第1・3週)         | FM-POCO MUSIC SELECTION<br>ふくしま未来アカデミー<br>朴栄光            |                                 | 14  |     | おおば秀樹の一隅を照らす(再)                             | SAISON CARD TOKIO HOT 100                 |  |
| 14 | A  | PEOPLE'S ROASTERY  |  |                              | アスリートブリッジ<br>DJやまくち&DJまさる<br>長井優希乃                       |                                 | 15  |     | NTT Group BIBLIOTHECA ~THE WEEKEND LIBRARY~ |   |  |
| 15 |    | 福島トヨタ ラジオdeコミュニティ(再) 15:45~  |  |                              |  |                                 | 16  |     | LIFETIME BLUES                              |   |  |
| 16 | SA | <b>みんなのラジオ ~FUKUSHIMA TOWN VOICE~</b><br>16:35 福島民報今日のニュースデスクから<br>16:50 暮らしの防災一口メモ(再)<br>17:00 ニュース・天気予報・交通情報<br>17:30 マイシティふくしま(再)<br>17:38 今日もいい日になあれ(再)<br>17:45 交通情報<br>月曜日担当 古川ゆき枝<br>火曜日担当 安田いつ美<br>水曜日担当 引田せいこ<br>木曜日担当 藤倉みさね<br>金曜日担当 古川ゆき枝 |  |                              |  |                                 | 17  |     | オダギリジョー                                     | クリス・ペプラー                                  |  |
| 17 |    | 16:20 こむこむ夢発信!!(第2・4週)   | 17:18 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 古関メロディ ~今月の音楽ノート~(第2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) | 16:15 気象台一口メモ(第1週) ふくよみタイム(第4週) | 18  |     | MILLION BILLION                             | NX NIPPON EXPRESS SAUDE! SAUDADE...       |  |
| 18 |    | <b>J-WAVE</b><br>サンドウィッチマンのラジオやらせろ!(再)<br>ヴァンカン・のじゅーる<br>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)<br>Music Star Geo<br>Yochi Yochi Ω<br>MATCH BOX松本<br>三浦隆之&ピーター・スコット<br>ずずらん通りよろずや横町<br>奥山弁護士ロック裁判所<br>MUSIC NOTES<br>三浦隆之&ピーター・スコット                |  |                              |  |                                 | 19  |     | BE-FIRST                                    | 滝川クリステル                                   |  |
| 19 | A  | ラジオバラエティ<br>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!<br>大道GATE                                      | おおば秀樹の一隅を照らす<br>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                   | 18  |     | SAPPORO BEER OTOAJITO                       | おでまし ナイトパイレーツ(再)                          |  |
| 20 |    | ジンケトリオ   | ビートルズ・ラバー・NO.5   | 粹成浩児のGO!GO!6575              | 奥山弁護士のロック裁判所   | ナイトパイレーツ                        | 19  |     | ヴァンテージ スマイルクラブ<br>D4 TAKA & HOSSY           | BRIDGESTONE DRIVE TO THE FUTURE           |  |
| 20 |    | <b>JAM THE PLANET</b><br>INNOVATION WORLD<br>緑キャリLab 21:00~21:10 毎月最終週/翌月第1週(再)  |  |                              |  |                                 | 20  |     | Music Star Geo(再)                           | TUDOR TRAVELLING WITHOUT MOVING           |  |
| 21 | B  | <b>J-WAVE</b><br>FM-POCO MUSIC SELECTION   |  |                              |  |                                 | 21  | B   | ロジャー遊花の あるあるある                              | DEFENDER BLAZE A TRAIL                    |  |
| 22 |    | <b>J-WAVE</b><br>FM-POCO MUSIC SELECTION   |  |                              |  |                                 | 22  |     | J-WAVE                                      |   |  |
| 23 |    | <b>J-WAVE</b><br>FM-POCO MUSIC SELECTION   |  |                              |  |                                 | 23  |     | J-WAVE                                      |   |  |
| 24 |    | <b>J-WAVE</b><br>FM-POCO MUSIC SELECTION   |  |                              |  |                                 | 24  |     | J-WAVE                                      |   |  |
| 25 |    | <b>J-WAVE</b><br>FM-POCO MUSIC SELECTION   |  |                              |  |                                 | 25  |     | FM-POCO MUSIC SELECTION                     |   |  |