ＭＲＯ　２０２６年７月第３週　番組種別

放送日	開始時間	終了時間	番組名	番組区分
7月20日(月)	3:54	4:00	オープニング	その他
	4:00	4:30	早起きショッピング	通販
	4:30	5:00	おはようショッピング	通販
	5:00	5:20	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ’	報道
				教育
				教養
				娯楽
	5:20	6:00	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ，５時台	報道
				教育
				教養
				娯楽
	6:00	7:00	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ，６時台	報道
				教育
				教養
				娯楽
	7:00	8:00	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ，７時台	報道
				教育
				教養
				娯楽
	8:00	9:55	ラヴィット！	報道
				教育
				教養
				娯楽
	9:55	10:50	テレビショッピング	通販
	10:50	11:20	月曜マーケット	通販
	11:20	11:30	３分クッキング	教育
	11:30	11:55	ひるおび！ＪＮＮニュース	報道
	11:55	13:55	ひるおび！	報道
				教育
				教養
				娯楽
	13:55	15:49	ゴゴスマーＧＯ　ＧＯ！Ｓｍｉｌｅ！	報道
				教育
				教養
				娯楽
	15:49	16:50	Ｎスタ　０部（ローカル）	報道
				教育
				教養
				娯楽
	16:50	17:20	Ｎスタ　１部（ローカル）	報道
				教育
				教養
				娯楽
	17:20	17:45	Ｎスタ　２部（ネット）	報道
	17:45	18:30	Ａｔｔａ	報道
				教育
				教養
	18:30	22:00	ウンナン極限ネタバトル！ザ・イロモネア	報道
				教育
				教養
				娯楽
	22:00	22:57	今夜復活！あらびき団～真夏の最強パフォーマー決定戦ＳＰ～	娯楽
	22:57	23:00	天気予報	報道
	23:00	23:56	ｎｅｗｓ２３	報道
				教育
				教養
	23:56	0:30	週刊さんまとマツコ	教養
				娯楽
	0:30	1:30	よしもと新喜劇	娯楽
	1:30	2:00	ブチ切れ令嬢は報復を誓いました。～魔導書の力で祖国を叩き潰します～	教養
				娯楽
	2:00	2:30	ラブライブ！虹ヶ咲学園スクールアイドル同好会	教養
				娯楽
	2:30	3:00	深夜〇トク団	通販
	3:00	3:04	ミッドナイトウェザー	報道
	3:04	3:12	けんいちろうのベロベロでブラブラな番組	娯楽
	3:12	3:14	クロージング	その他

7月21日(火)	3:45	3:56	オープニング	その他
	3:56	4:00	タイムトラベラー	教育
				教養
	4:00	4:30	早起きショッピング	通販
	4:30	5:00	おはようショッピング	通販
	5:00	5:20	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ’	報道
				教育
				教養
				娯楽
	5:20	6:00	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ，５時台	報道
				教育
				教養
				娯楽
	6:00	7:00	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ，６時台	報道
				教育
				教養
				娯楽
	7:00	8:00	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ，７時台	報道
				教育
				教養
				娯楽
	8:00	9:55	ラヴィット！	報道
				教育
				教養
				娯楽
	9:55	10:25	アッコとジャンボ	教育
				教養
				娯楽
	10:25	10:50	地球まるごと大実験　ネイチャーティーチャー	教育
				教養
				娯楽
	10:50	11:20	火曜マーケット	通販
	11:20	11:30	３分クッキング	教育
	11:30	11:55	ひるおび！ＪＮＮニュース	報道
	11:55	13:55	ひるおび！	報道
				教育
				教養
				娯楽
	13:55	15:49	ゴゴスマ－ＧＯ　ＧＯ！Ｓｍｉｌｅ！	報道
				教育
				教養
				娯楽
	15:49	16:50	Ｎスタ　０部（ローカル）	報道
				教育
				教養
				娯楽
	16:50	17:50	Ｎスタ　１部（ローカル）	報道
				教育
				教養
				娯楽
	17:50	18:15	Ｎスタ　２部（ネット）	報道
	18:15	18:55	Ａｔｔａ	報道
				教育
				教養
	18:55	19:00	ＪＡ探訪　地域に笑顔を！	教養
				娯楽
	19:00	20:00	ＴＨＥ神業チャレンジ	教育
				教養
				娯楽
	20:00	20:55	バナナサンド	教養
				娯楽
	20:55	22:00	マツコの知らない世界	報道
				教育
				教養
				娯楽
	22:00	22:57	火曜ドラマ「君の好きは無敵」	教育
				教養
				娯楽
	22:57	23:00	天気予報	報道
	23:00	23:56	ｎｅｗｓ２３	報道
				教育
				教養
	23:56	1:25	ＹＯＵは何しに日本へ？	教育
				教養
				娯楽
	1:25	1:55	二軒目どうする？～ツマミのハナシ～	娯楽
	1:55	2:45	解放区	報道
				教育
				教養
	2:45	3:15	テレビショッピング	通販
	3:15	3:19	ミッドナイトウェザー	報道
	3:19	3:27	けんいちろうのペロペロでブラブラな番組	娯楽
	3:27	3:29	クロージング	その他

7月22日(水)	3:45	3:56	オープニング	その他
	3:56	4:00	タイムトラベラー	教育
				教養
	4:00	4:30	早起きショッピング	通販
	4:30	5:00	おはようショッピング	通販
	5:00	5:20	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ’	報道
				教育
				教養
				娯楽
	5:20	6:00	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ，５時台	報道
				教育
				教養
				娯楽
	6:00	7:00	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ，６時台	報道
				教育
				教養
				娯楽
	7:00	8:00	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ，７時台	報道
				教育
				教養
				娯楽
	8:00	9:55	ラヴィット！	報道
				教育
				教養
				娯楽
	9:55	10:50	痛快！明石家電視台	教養
				娯楽
	10:50	11:20	水曜マーケット	通販
	11:20	11:30	３分クッキング	教育
	11:30	11:55	ひるおび！ＪＮＮニュース	報道
	11:55	13:55	ひるおび！	報道
				教育
				教養
				娯楽
	13:55	15:49	ゴゴスマーＧＯ　ＧＯ！Ｓｍｉｌｅ！	報道
				教育
				教養
				娯楽
	15:49	16:50	Ｎスタ　０部（ローカル）	報道
				教育
				教養
				娯楽
	16:50	17:50	Ｎスタ　１部（ローカル）	報道
				教育
				教養
				娯楽
	17:50	18:15	Ｎスタ　２部（ネット）	報道
	18:15	18:55	Ａｔｔａ	報道
				教育
				教養
	18:55	19:00	Ａｔｔａ＋	教養
	19:00	20:08	絶好調Ｗ	教育
				教養
				娯楽
	20:08	20:10	ゲキオシさん	娯楽
	20:10	22:35	バレーボールネーションズリーグ女子　準々決勝	報道
				娯楽
	22:35	23:32	水曜日のダウンタウン	娯楽
	23:32	23:35	天気予報	報道
	23:35	0:31	ｎｅｗｓ２３	報道
				教育
				教養
	0:31	1:35	クレイジージャーニー	教育
				教養
				娯楽
	1:35	2:05	あれみた？	教養
				娯楽
	2:05	2:35	クレバテスＩＩ－魔獣の王と偽りの勇者伝承－	教養
				娯楽
	2:35	3:05	テレビショッピング	通販
	3:05	3:13	けんいちろうのベロベロでブラブラな番組	娯楽
	3:13	3:15	クロージング	その他

7月23日(木)	3:54	4:00	オープニング	その他
	4:00	4:30	早起きショッピング	通販
	4:30	5:00	おはようショッピング	通販
	5:00	5:20	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ’	報道
				教育
				教養
				娯楽
	5:20	6:00	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ，５時台	報道
				教育
				教養
				娯楽
	6:00	7:00	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ，６時台	報道
				教育
				教養
				娯楽
	7:00	8:00	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ，７時台	報道
				教育
				教養
				娯楽
	8:00	9:55	ラヴィット！	報道
				教育
				教養
				娯楽
	9:55	10:50	ねこ自慢	教育
				教養
				娯楽
	10:50	11:20	木曜マーケット	通販
	11:20	11:30	３分クッキング	教育
	11:30	11:55	ひるおび！ＪＮＮニュース	報道
	11:55	13:55	ひるおび！	報道
				教育
				教養
				娯楽
	13:55	15:49	ゴゴスマーＧＯ　ＧＯ！Ｓｍｉｌｅ！	報道
				教育
				教養
				娯楽
	15:49	16:50	Ｎスタ　０部（ローカル）	報道
				教育
				教養
				娯楽
	16:50	17:50	Ｎスタ　１部（ローカル）	報道
				教育
				教養
				娯楽
	17:50	18:15	Ｎスタ　２部（ネット）	報道
	18:15	18:55	Ａｔｔａ	報道
				教育
				教養
	18:55	19:00	越村えりの笑直生活	娯楽
	19:00	20:00	プレバト！！	教育
				教養
				娯楽
	20:00	22:00	ニンゲン観察バラエティ　モニタリング	報道
				教育
				教養
				娯楽
	22:00	22:57	櫻井・有吉ＴＨＥ夜会	教養
				娯楽
	22:57	23:00	天気予報	報道
	23:00	23:56	ｎｅｗｓ２３	報道
				教育
				教養
	23:56	0:26	スーパーの裏でヤニ吸うふたり	教養
				娯楽
	0:26	0:56	スーパーアニメイズムＴＵＲＢＯ「追放された転生重騎士はゲーム知識で無双する」	教養
				娯楽
	0:56	1:00	テミじぃのこれ見テミ！	その他
	1:00	1:30	ＩＭＰ．の「できません」は言いません	教養
				娯楽
	1:30	2:00	うたなびＭＡＸ！！	娯楽
	2:00	2:30	テレビショッピング	通販
	2:30	2:38	けんいちろうのペロペロでブラブラな番組	娯楽
	2:38	2:40	クロージング	その他

7月24日(金)	3:54	4:00	オープニング	その他
	4:00	4:30	早起きショッピング	通販
	4:30	5:00	おはようショッピング	通販
	5:00	5:20	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ’	報道
				教育
				教養
				娯楽
	5:20	6:00	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ，５時台	報道
				教育
				教養
				娯楽
	6:00	7:00	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ，６時台	報道
				教育
				教養
				娯楽
	7:00	8:00	ＴＨＥ　ＴＩＭＥ，７時台	報道
				教育
				教養
				娯楽
	8:00	9:55	ラヴィット！	報道
				教育
				教養
				娯楽
	9:55	10:25	住人十色	教育
				教養
				娯楽
	10:25	10:50	ハッピーフライデー	教養
				娯楽
	10:50	11:20	金曜マーケット	通販
	11:20	11:30	３分クッキング	教育
	11:30	11:55	ひるおび！ＪＮＮニュース	報道
	11:55	13:55	ひるおび！	報道
				教育
				教養
				娯楽
	13:55	15:49	ゴゴスマーＧＯ　ＧＯ！Ｓｍｉｌｅ！	報道
				教育
				教養
				娯楽
	15:49	16:50	Ｎスタ　０部（ローカル）	報道
				教育
				教養
				娯楽
	16:50	17:50	Ｎスタ　１部（ローカル）	報道
				教育
				教養
				娯楽
	17:50	18:15	Ｎスタ　２部（ネット）	報道
	18:15	18:55	Ａｔｔａ	報道
				教育
				教養
	18:55	19:00	テミじぃのこれ見テミ！	その他
	19:00	20:55	オオカミ少年	報道
				教育
				教養
				娯楽
	20:55	22:00	知識の扉よ開け！ドア×ドア　クエスト	教育
				教養
				娯楽
	22:00	22:54	金曜ドラマ「Ｔシャツが乾くまで」	教育
				教養
				娯楽
	22:54	23:00	シネマキャッチ！	娯楽
	23:00	23:30	Ａ－Ｓｔｕｄｉｏ＋	教養
				娯楽
	23:30	23:58	ララＬＩＦＥ	教育
				教養
				娯楽
	23:58	0:43	ｎｅｗｓ２３	報道
				教育
				教養
	0:43	0:48	天気予報	報道
	0:48	1:35	モヤモヤさまぁ～ず２	教育
				教養
				娯楽
	1:35	2:05	Ｍｕｓｉｃ　Ｂ．Ｂ．Ｊａｐａｎ	教養
				娯楽
	2:05	2:35	深夜〇トク団	通販
	2:35	2:39	ミッドナイトウェザー	報道
	2:39	2:47	けんいちろうのベロベロでブラブラな番組	娯楽
	2:47	2:49	クロージング	その他

7月25日(土)	3:46	3:57	オープニング	その他
	3:57	4:00	テミじぃのこれ見テミ！	その他
	4:00	4:30	テレビショッピング	通販
	4:30	5:00	早起きショッピング	通販
	5:00	5:30	おはようショッピング	通販
	5:30	5:45	ＪＮＮニュース	報道
	5:45	7:30	夜明けのラヴィット！	教育 教養 娯楽
	7:30	9:25	サタプラ	報道 教育 教養 娯楽
	9:25	9:30	天気予報	報道
	9:30	11:45	王様のブランチ	教育 教養 娯楽 通販
	11:45	12:00	ＪＮＮニュース	報道
	12:00	12:10	３分クッキング	教育
	12:10	13:05	出没！アド街ック天国	教養 娯楽
	13:05	14:00	ナゼそこ？＋	教育 教養 娯楽
	14:00	14:55	ＪＡＰＡＮをスーツケースにつめ込んで！	教育 教養 娯楽
	14:55	15:00	テミじぃのこれ見テミ！	その他
	15:00	15:55	夏の行楽大辞典	教育 教養 娯楽
	15:55	16:00	テミじぃのこれ見テミ！	その他
	16:00	16:15	ぶんぶんボウルのミカタＳＰ	娯楽
	16:15	16:30	頑張れ！ニッポンの技	教育 教養 娯楽
	16:30	17:30	バナナサンド・再	教養 娯楽
	17:30	18:50	報道特集	報道 教育 教養
	18:50	18:58	ＭＲＯニュース	報道
	18:58	19:00	アニメ「リラックマ」	教養 娯楽
	19:00	20:10	世界くらべてみたらＳＰ	教育 教養 娯楽
	20:10	21:56	世の中なんでもＨＯＷマッチ　いくらかわかる金？	教育 教養 娯楽
	21:56	22:00	ＭＲＯニュース	報道
	22:00	23:24	情報７ｄａｙｓニュースキャスター	報道 教育 教養 娯楽
	23:24	23:30	天気予報	報道
	23:30	0:00	人生最高レストラン	教養 娯楽
	0:00	0:28	Ｓ☆１	報道 教養
	0:28	0:58	ＩＮＳＩＧＨＴ　ＶＯＩＣＥ	教育 教養
	0:58	1:28	バース・デイ	教育 教養
	1:28	2:38	絶好調Ｗ・再	教育 教養 娯楽
	2:38	3:08	深夜〇トク団	通販
	3:08	3:16	けんいちろうのベロベロでブラブラな番組	娯楽
	3:16	3:18	クロージング	その他

7月26日（日）	3:54	4:00	オープニング	その他
	4:00	4:30	テレビショッピング	通販
	4:30	5:00	早起きショッピング	通販
	5:00	5:30	おはようショッピング	通販
	5:30	6:00	武井壮のゴルフバッグ担いでください	娯楽
	6:00	6:30	日本のチカラ	教育 教養
	6:30	6:45	皇室アルバム	教養
	6:45	7:00	ＪＮＮニュース	報道
	7:00	7:30	健康カプセル　ゲンキの時間	教育 教養 娯楽
	7:30	8:00	がっちりマンデー！！	教育 教養 娯楽
	8:00	9:54	サンデーモーニング	報道 教育 教養
	9:54	10:00	ウェザーネット	報道
	10:00	11:24	サンデー・ジャポン	報道 教養 娯楽
	11:24	11:30	Ｐｌａｙｅｒ	教養
	11:30	11:35	天気予報	報道
	11:35	12:54	上田晋也のサンデーＱ	報道 教養 娯楽
	12:54	13:00	ぶんぶんボウルのミカタ	娯楽
	13:00	15:25	出川哲朗の充電させてもらえませんか？	教育 教養 娯楽
	15:25	15:30	テミじぃのこれ見テミ！	その他
	15:30	16:30	バナナマンのしらバナ	教養 娯楽
	16:30	17:00	レッツゴー怪奇組	教養 娯楽
	17:00	17:30	正反対な君と僕	教養 娯楽
	17:30	18:00	Ｎスタ	報道 教育 教養
	18:00	18:30	世界遺産	教育 教養
	18:30	19:00	ベスコングルメ～ベストコンディションで最高の瞬間を！	教養 娯楽
	19:00	20:00	バナナマンのせっかくグルメ！！	教育 教養 娯楽
	20:00	21:00	ＶＩＶＡＮＴ初回直前生放送ＳＰ	教育 教養 娯楽
	21:00	22:19	日曜劇場「ＶＩＶＡＮＴ」	教育 教養 娯楽
	22:19	22:25	ＭＲＯニュース	報道
	22:25	23:49	日曜日の初耳学ＳＰ	教育 教養 娯楽
	23:49	23:55	天気予報	報道
	23:55	0:25	黒猫と魔女の教室	教養 娯楽
	0:25	1:15	Ｓ☆１	報道 教養
	1:15	2:10	ガイアの夜明け	教育 教養
	2:10	2:40	テレビショッピング	通販
	2:40	3:10	テレビショッピング	通販
	3:10	3:18	けんいちろうのペロペロでブラブラな番組	娯楽
	3:18	3:20	クロージング	その他