

いいだFM iステーション 76.3MHz **TIME TABLE** 2026.4-6

	MON	TUE	WED	THU
5	JUST A LITTLE LOVIN' 中田 絢千			
6	J-WAVE TOKYO MORNING RADIO 別所 哲也			
7	サニーサイドアップ ◎(生放送) 7:05 8:05 吉川建設 月/横前 恭子 7:20 飯田経済新聞/ハッピーニュースタイム 8:10 マルイチ産商(月) 火/ゆき 7:24 今日も楽しく活脳体操 7:30 飯田市 8:16 なんでも労働相談 水/横前 恭子 7:24 今日も楽しく活脳体操 7:30 飯田市 8:16 なんでも労働相談 木/松枝 美咲 7:40 飯田キャッチ!The wave 信每ふれあいネット 8:20 今週のおめざ 飯田マツブツ(火) 金/松枝 美咲 7:53 占いBOX763 ホンダカーズ信州 8:30 飯田市			
8	かざこし歳時記 8:45~9:00 (第5週はJ-WAVE)			
9	STEP ONE			
10	サッシャ ノイハウス萌菜			
11	11:55~iステーションつながる、つなげる防災3分メモ(月)~(金)			
12	ひるテラス (生放送) 12:05 キラヤ 12:20 ワールドリコーダー(火) 月/横前 恭子 木/横前 恭子 12:10 杉本印刷 12:30 飯田市 火/大坂 隼人 金/大坂 隼人 12:16 JAみなみの風~しあわせの種~JAみなみ信州(水) 水/松枝 美咲 かざこし歳時記 12:45~13:00 (第5週はJ-WAVE)			
13	ゆた・きの喫茶室 (生放送) 小木曾 豊 木下 寛章	TALK TO NEIGHBORS クリス智子	みんなの経済新聞 ハッピーニュースアワー 西 樹	今週のおめざ(再) ゆき
14	MIDDAY LOUNGE			
15	13:30~16:30 月/ハリー杉山	火/市川 紗椰	水/クリス・ペブラー	木/ジョン・カピラ
16	GRAND MARQUEE タカノシヤ Celeina Ann			
17	For Your Times (生放送) 17:05 飯田下伊那薬剤師会 月/木下 寛章 17:10 喜久水酒造 火/木下 寛章 17:23 南信州ガングズ倶楽部 マツザワ(水) 水/木下 寛章 17:30 飯田市 木/ゆき 17:43 成長 実感 塾時間 I's school飯田予備校 I's school飯田塾(木) 金/ゆき 18:05 吉川建設 18:10 飯田市 18:30 飯田市			
18	かざこし歳時記 18:45~19:00 (第5週はJ-WAVE)			
19	19:00~20:45 JAM THE PLANET 月/野嶋 紗己子	火/吉田 まゆ	水/石田 健	木/武田 真一
20	20:45~21:00 GLOBAL BUSINESS CHARGE			
21	21:00~21:30 GARAGE COLLECTIVE DJ TARO			
21	21:30~22:00 Sanrio SMILEY SMILE 板谷 由夏			
22	GURU GURU!			
23	月/加賀 翔(かが屋)	火/ダウ90000	水/福留 光帆・松井ケムリ(令和ロマン)	木/エバース
0	SPARK			
1	月/Sumika	火/新井 和輝(King Gnu)	水/秦 基博	木/Kroi
1	THE KINGS PLACE			
2	COMMON GROUND			
3	THE UNIVERSE			
4	月/安藤 裕子	火/大橋トリオ	水/大貴 紗子	木/岸田 繁(くるり)

iステーションをリアルタイムで聴くには

飯田エフエムの聴くアプリ(FM+) ▶

アプリをダウンロードし飯田エフエムを選局して使用してください▶

※大規模災害時には災害情報などを配信します。

大規模災害時の情報は

飯田エフエムの公式 X(旧Twitter) ▶

飯田エフエムのWebサイト▶

※大規模災害時には災害情報などを配信します。

※当プログラムは2026年4月上旬の編成です。都合により予告なく変更することがあります。※自社制作の生放送番組は、下記以外にもコーナーがあります。ぜひお聴きください。
 ※災害発生時など緊急時には通常番組を一時中断して緊急放送をお伝えします。また飯田エフエム放送の所在地周辺で震度5弱以上の揺れを予測した時は緊急地震速報が入ります。

	FRI	SAT	SUN
5	VALTURE RADIO 田中 溪	WEEKEND VIBES DJ TARO	NOICE NOICE 沙羅ジューストー
6	SUNNY VIBES 長井 優希乃	POP OF THE WORLD ハリー杉山 川口 ゆりな	EARLY GLORY 小林 涼子
7	サニーサイドアップ ◎(生放送) 応援企業.....井坪工務店		
8	かざこし歳時記	RADIO DONUTS 渡辺 祐 山田 玲奈	
9	~JK RADIO~TOKYO UNITED ジョン・カピラ		ACROSS THE SKY 小川 紗良
10		どようはど~よ!(生放送) きたざわ ふな ゆき 11:30 飯田市	11:30~11:50 角野 隼人
11	ALL GOOD FRIDAY LiLiCo 稲葉 友		
12	ひるテラス (生放送) 12:15 ウィークエンドお買い得情報!Aコープあいばんいいだ店(金)	BLUE IN GREEN 甲斐 まりか	「ADEKA」KLEINE WUNDER 生田 絵梨花
13	かざこし歳時記		
13	ビビビ ビーナス(生放送) ゆき		TOKIO HOT 100 クリス・ペブラー
14	ALL GOOD FRIDAY LiLiCo 稲葉 友		
15		BIBLIOTHECA 山口 周 長濱 ねる	
16	SING AND THINK 小澤 征悦	KDDI LINKSCAPE TENDER・田中 シェン	
16	START LINE 長谷川 ミラ		
17	For Your Times (生放送) 17:15 Weekend Fun.....マルマン(第4金) 17:52 週刊ファイターズ.....乾光精機製作所(金) 18:18 ワールドリコーダー(第2・4金) 18:17 Weekend Bar.....本坊酒造マルス駒ヶ岳蒸溜所(第1金)	Weekly かざこし.....飯田市 週替り	
18	かざこし歳時記	外国語広報(中国語・ポルトガル語・英語).....飯田市 大坂 隼人 18:00 Rの個性発掘らじお なほ・あや (FM桐生企画)	ビックアップ市議会.....飯田市 第2(4・7・10・1月) ※日曜日は再放送 なほ・あや (FM桐生企画)
19	ヤマダ楽器塾~今夜は工事中~ (FM桐生企画) 山田 耕司	WORLD AIR CURRENT 葉加瀬 太郎	DRIVE TO THE FUTURE ビストン西沢
20	SYNCREATE 川田 十夢・中川 安奈 応援企業.....米澤酒造	TOMOLAB. 井桁 弘恵	TRAVELLING WITHOUT MOVING 野村 訓市
21	MUSIC SALON 763 横前 恭子 コトコト揺られて飯田線	CREATOR'S NOTE 水野 良樹(いきものがかり)	AS YOU LIKE IT アコニド 萬谷 好位置
22	THE ORIGINAL KREVA	STUDIO CONFORT 長岡 亮介	J-WAVE SELECTION
23	WEEKEND LIVING 松下 洗平	DIVE TO THE NEW WORLD SKY-HI	INNOVATION WORLD ERA 週替り
0	QUEST FOR THE FUTURE 小坂 菜緒	MILLION BILLION BE:FIRST	GROWING REED 岡田 准一
1	CROSSROADS 松下 奈緒	TOKYO BEATS FOUNDATION Isaac Y.Takeu SAKURA	放送休止(試験放送あり)
2	BITS & BOBS TOKYO 高崎 卓馬 長澤 樹		
3	SONG STORIES 安田 章大		
4	THE PLAYBACK 山田 健人		
4	BEFORE DAWN 燃え殻		
4	TALK FACTORY (週替り)	COMMON GROUND	

iステーションの放送の聞き直しは(一部番組のみ)

Spotify podcasters▶

飯田エフエム放送 公式 YouTubeチャンネル▶

“飯田下伊那×ハッピーニュース”を配信中!

みんなの経済新聞
MINKEI LOCAL NEWS NETWORK