

音声コンテンツ配信プラットフォーム「AuDee」で、
エフエム岩手の番組をお楽しみいただけます。
AuDee限定のオリジナルコンテンツも配信中です！
ぜひご利用ください♪



AuDeeの詳細はこちら→ <https://audee.jp>

平時の生活情報／非常時の災害情報

エフエム岩手は岩手県警、県内12の消防本部、陸上自衛隊岩手駐屯地、釜石海上保安部、
岩手河川国道事務所、岩手医科大学と災害時等緊急放送の協定を締結しています。

TUNE IN !!

盛岡 76.1MHz	釜石 79.2MHz	宮古 89.3MHz	二戸 82.2MHz
大船渡 79.7MHz	陸前高田 85.9MHz	一関 80.3MHz	遠野 80.7MHz
野田 77.0MHz	岩泉 78.3MHz	山田 82.0MHz	大槌 78.4MHz

本 社：〒020-8512 盛岡市内丸2-10 7F TEL.019-625-5511 FAX.019-625-5519
東 京 支 社：〒107-0051 東京都港区元赤坂1-2-7 赤坂Kタワー4F TEL.090-5095-5513

久 慈 支 局：〒028-0041 久慈市長内町12-26-4
TEL.080-1845-1604 FAX.0194-52-0909
平 泉 支 局：〒029-4102 平泉町平泉字毛越248 浄土の館
TEL.0191-34-5105 FAX.0191-34-5106



■時間区分(タイム/スポット共通) A 7:00-24:00 B 24:00-7:00

■タイム料金(単位千円)

	60分	55分	50分	45分	40分	35分	30分	25分	20分	15分	10分	5分
A	210	195	180	165	150	135	120	105	95	80	70	60
B	195	180	165	150	135	120	105	95	80	70	60	45

■スポット料金(単位千円)

	30秒	20秒	15秒	10秒	5秒
A	24	16.5	14	12	9.5
B	20	13	10.5	8	6

2024
01
03



ロックン・エフエムイワテ

TAKE FREE



BEGIN
お天気鑑りツア-2024
5/12.sun

北上市文化交流センター さくらホール(大ホール)

©Coolmine / tel. 022-796-8700

イワテル岩手

COVER ARTIST : BEGIN

PUBLISH : 株式会社エフエム岩手
〒020-8512 盛岡市内丸2-10
TEL.019-625-5511

2024年1月1日発行
本紙の無断複写・複製・転載を禁じます。

特別番組 & ゆったり休日に聞きたい番組で、2024年スタートです！

Special Program

TOHOKU FUTURE TALK ～復興・創生、その先へ～

1月28日(日)・2月25日(日)・3月31日(日)
9:00～9:25

出演／板橋恵子・今村文彦

復興推進委員会から、委員長を務める東北災害科学国際研究所 今村文彦教授と復興推進員メンバーをゲストに迎え、各委員の復興に対する取り組みや今の思い、そして復興創生施策のこれからについてインタビュー。ラジオ対談を通して、復興・創生のこれからの在り方を共に考え、発信していくプログラムです。



板橋恵子



今村文彦

Special Program

JA共済 にじいろのかけはし

2/6(火)・13(火) 12:00～12:55

出演／河合純子・各受賞者の皆様

「第67回JA共済児童生徒作品コンクール」作文の部に入賞した特選2作品・入選8作品を、受賞者ご本人の朗読によりご紹介します。



Regular Program

広瀬すずの「よはくじかん」

毎週土曜 15:30～15:55

出演／広瀬すず

仕事や目の前のことから一旦離れて、無目的に過ごす午後のひととき。

「余白の時間」を、広瀬すずといっしょにお楽しみください。



広瀬すず

今月のオススメの曲

POWER PLAY 01

+ YOU CAN RADIO ENDING THEME

DOMESTIC



TITLE
TOMODACHI

(アルバム「ロンリーパラドックス」から)

ARTIST : レトロリオン

2024.1.10 / 株式会社ラストラムミュージックエンタテイメント
LACD-0313 / ¥1,980 (税込)

DOMESTIC



TITLE
何「C」でも

(アルバム「re:惑-EP」から)

ARTIST : ammo

2024.1.17 / TOY'S FACTORY
TFCC-81049 / ¥1,500 (税込)

DOMESTIC



TITLE
Stage of the Universe

ARTIST : EBIDAN

2024.1.1 / 株式会社SDR
(デジタル配信)

DOMESTIC



TITLE
GOLD YOUTH

ARTIST : FUNNY THINK

2023.12.13 / FIGHT BACK RECORDS
(デジタル配信)

YOU CAN RADIO



TITLE
Our Place

(アルバム「泡のような光たち」から)

ARTIST : EASTOKLAB

2024.1.31 / 株式会社UKPROJECT
UKDZ-0242H1 / ¥2,750 (税込)



アナウンサーふたりに聞きました！

アナウンサーコラム・春夏秋冬のお楽しみ

Theme
「冬の楽しみは？」



「巻き物」
が楽しみ！

マフラーやストールといった「巻き物」が好きです。最近ではパーカーを着ることが多くて、巻きたいこともありご無沙汰していたのですが…。今シーズン、ひとめぼれしたマフラーがあって購入！しかも2本！それらを活躍させつつ、寒い日に外であったか～いコーヒーを飲む！飲みながら人間ウォッチング！長い髪を中にしまつて、顔が半分隠れるくらいマフラーをグルグルと巻いた女の子が、たわんだ髪をぼわんぼわんと揺らしながら歩いているのを見る！楽しみです♪

楽

しみ、というか、仕方がないので楽しんでいることは「雪かき」。暖冬といっても、シーズンに1回は、車も出せない、何なら自分の部屋にたどり着けない…ということもある岩手県。そんなときは、とにかく雪かき。2時間くらいすると…なんということでしょう！大量の雪が家の端に寄せられると同時に、汗まみれの私も家の前に。その後ひとつ風呂浴びてビール飲んだら、プライマイ…ブラだったりして。でも、雪を楽しんでこそ、岩手県人です。

「雪かき」
が楽しみ！



We are
ふるさと元氣隊！

ふるさと情報を元気に発信！
各支局からふるさと情報を届けています

平泉支局

ふるさと元氣隊Monday
世界遺産
ひらいずみ

毎週月曜

12:00-12:25

☎ Satellite Studio

浄土の館スタジオ

STAFF

吉田知佳・千葉芳邦・河合純子



久慈支局

ふるさと元氣隊Monday
くじいくじ～く
ちょべつと

毎週月曜

12:45-12:55

STAFF 八重樫真一



	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	
05	5:00 Sound Library 〜世界にひとつだけの本〜 木村多江	5:00 Memories&Discoveries				
	5:30 FUTURES 〈MON〉落合陽一 〈TUE〉中島岳志 〈WED〉池坊専宗 〈THU〉蒲田健 〈FRI〉五十嵐亮太・秋山真凛・岩本義弘					
06	6:00 ONE MORNING 〈MON〜FRI〉 ユージ・古田明世	6:15 ワンコメ 6:30 明日のいのちをつなぐ〜心あたたまるエピソード〜 〈(金)アイドルシア ファーマシューティカルズ ジャパン〉 6:40 コスモ アースコンシャス アクト 未来へのタカラモノ 〈COSMO〉 6:55 MY OLYMPIC 荒川静香・高橋尚子	7:00 MORNING HEADLINE 7:10 リポビタンD TREND NET 〈大正製薬〉 7:19 ジブラルタ生命 Heart to Heart ありがとう、先生! 純名里沙 〈(月・水)ジブラルタ生命〉 KUMON 笑顔100点満点♪ 〈(火・木)公文教育研究会〉 7:20 メットライフ生命 presents マイ マネーハック(月)/ONE MORE NEWS(火・木) 食と農を未来へつなぐ 〈(水)JA全農〉/JA共済 presents なるほど!交通安全 〈(金)JA共済〉 7:25 グレンデンフォメーション			
07	7:30 アクセル 019-604-3122 @fmiwate, #fmi_axel 〈MON-FRI〉一條貴久子 〈TUE-WED〉阿部由佳 〈THU〉石田麻衣	7:30 いわてわんこ広報室(金) 7:35 7:40 7:45 ハイウェイインフォメーション(木) 7:51	8:00 SUZUKI TODAY'S KEY NUMBER (SUZUKI) 8:09 ルートインホテルズ 今日のスポーツ (ルートインホテルズ) 8:10 NEW TREND ONE(月〜木) NEW TREND ONE supported by 総持寺 世界禅Challenge(第3月) Hand in Hand(金) 8:20 岩手日報Flash News 8:25 8:30 グレンデンフォメーション		番組では、みなさんからのリクエスト、日常の出来事などを募集しています。	
08	8:45 岩手の料理小断 川村龍雄・加藤卓也(石巻谷新亀家料理長)	8:45 洋楽メモリーズ 川村龍雄	8:45 Delicious Smile! 阿部沙織・小野寺恵(料理研究家)	8:45 旬!SHUN!ピックアップ express 8:55		
09	9:00 OH! HAPPY MORNING 03-3288-8955 〈MON-TUE〉井門宗之・森藤恵美 〈WED-THU〉蒲田健・高橋美奈	9:55 JFNラジオショッピング(月〜木)		9:00 THE G.O.A.T. 帆世雄一・降幡愛		
10			10:45 西條ユキコのTAタイム			
	10:55	10:55 言の葉歳時記 金田一秀穂	10:55 ゴルフ大好き宣言 山本潤	10:55 今さら?デジタル		
11	11:00 ディア・フレンズ 坂本美雨	11:18 辻利Green Time 〈(火)辻利〉		11:00 Yuming Chord 松任谷由実 〈MIRARTHホールディングス〉		
	11:30 Otona no Radio Alexandria ロバート・ハリス			11:30 Re:ゼロから始めるSDGs習慣 石田麻衣		
12	12:00 ふるさと元気隊Monday 世界遺産ひらいずみ 0191-34-5106 12:25 いいものテンミニッツ! 12:40 12:45 ふるさと元気隊Monday くじくじ〜く ちょべつと	12:00 Otona no Radio Alexandria ロバート・ハリス		12:00 ALWAYS KAWATOKU @fmiwate, #fmi_always 石田麻衣		
13	13:00 デイリーフライヤー 〈MON-TUE〉大橋俊夫 〈WED-THU〉井門宗之	13:08 ジャパネットたかたラジオショッピング 0120-441-555		13:00 Hiking レディオ ナビゲーター 川村龍雄 石田麻衣・佐野よりこ・古山そのみ		
14	13:30 レコレール 〈MON〉加藤円夏 〈TUE〉Shaula 03-3288-8955 13:55 Rolling Stone Cafe(月〜水) 14:15 JFNラジオショッピング(月〜水) 14:20 あぐりずむ 川瀬良子(月〜水) 〈(火)東京農業大学〉 14:55 Life Time Audio〜人生のプレイリスト〜	13:30 Prism 〜ココロ・イロドル・プログラム〜 @fmiwate, #fmi_pr 佐竹莉奈 14:30 焼肉冷麺ヤマト アニソンリクエスト! 15:00 アートフル・デイズ 15:30 軽米主義(第4週)	13:30 よりこのうたラジ 佐野よりこ 15:00 Flip The Records〜B面でも恋をして!〜 15:15 あぐりずむ 川瀬良子 〈JA全農〉 15:25 JFNラジオショッピング 15:30 岩手ダイハツpresents ちゃんゆきのガンバ!Radio	13:30 FRIDAYそのミン 古山そのみ 14:50 ウィークエンドの午後、音楽に包まれる時間。どうぞ、ラジオから流れる音楽に寄り添うひと時をお楽しみください。		
15	15:55					
16	16:00 タ利ラジオ 019-604-3122 @fmiwate, #youcanradio YOU CAN RADIO 〈MON-WED-FRI〉阿部沙織 〈TUE〉高野真一郎 〈THU〉柳咲恵 ページをめくる感覚で、気になる&お役立ち情報をあなたとシェア。 「You can! (あなたならできる!)」とやさしく背中を押せるような、「明日への活力」になる番組をお届けします。	16:10 水曜ローソンdeショー(水)/エーデル飲んでる!? (第2・4 金) 16:15 フォーラムへ行こう! (第1月)/東北のもり (第2火)/三丁目のアルゴス(木)/Honda Carsレポート(金) 16:45 青の国からふたいうラジオ〜sound story〜(月〜2月)/あなたのハートをうちぬくラジオ TAKIZAWA!フクユン!? (第1・3 火) RYO/ゆでス! (第2・4 火)/Salvage Music (第5火)/いわて健康・健康インフォメーション(水)/Mercedes-Benz IWATE ウィークエンドナビ(金) 16:50 リュネット・ミュゼ〜眼鏡の博物館〜(木) 16:55 本郷孔洋のビジネスの眼(水) (金) 17:10 花巻温泉Presents [HANANOJ]〜私に教えてください。花巻温泉のいま〜(第1・3 水) 保険カフェテリア (第2・4 水)/MINIMALISM.(木)/イオンスーパーセンター スーパーなまいにち(金) 17:20 のへらUGO!! (第1・3 火)/共輪自動車くるまっくす NEO!! (水) 17:30 東北ミサワホーム おかえり〜I'm Home〜(第1木)/柳咲恵のすてき・スリム・プロジェクト〜SSP〜(第3木) 美食王国もりおかへようこそ (第1・3 金)/そうだ、前潟のイオンモールに行こう! (第2・4 金) 17:40 今週のオピ! 17:50 SUZUKI No.1 Factory 八崎智人 〈(月〜木)SUZUKI〉 17:55 18:00 ハイウェイウインタードライブインフォメーション(〜2月) 18:10 18:20 ハートランド・メルシー(水) 18:30 18:35 Speak Spark ROOM				
17	18:55					
18	19:00 イナズマロック レディオ 西川貴教 〈エスレー〉 19:30 HiHi Jets のラジオだじえっ!	19:00 モコの夜はこれから! 橋本朋子	19:00 アンダーパス!の めちゃ盛りナイト♪ 19:25 AI Not So Different	19:00 松本哲也「今夜も最高!」 19:30 NCT 127 ユウタの YUTA at Home	19:00 天津木村の、今夜ええコトあると思います! 木村卓寛(天津) 19:30 スタジオ さくらーと	
19	19:55					
20	20:00 A・O・R ユキ・ラインハート		20:00 週刊! MUSIC PUNCH! 佐藤健一	20:00 アーティスト・プロデューススーパーエディション 横山健(1月)		
21	20:55 GENERATIONSの GENETALK	21:00 Juri's Favorite Note 上野樹里	21:00 SPITZ 草野マサムネの ロック大陸漫遊記	21:00 高橋優のリアラジ	21:00 BRA-BAN! 明内一朗・さのりえ	
	21:30 あ〜ちゃん ちゃあぽんの"West Side Story" あ〜ちゃん(Perfume)・西脇彩華	21:30 杏子と政哉の Spice of Life GOLD		21:30 おもかげ横丁 スナック いがわ 井川琴乃・井川綾乃	21:30 日食なつこの拝啓、あをいめだまの小さいめ	
22	21:55 SCHOOL OF LOCK! こもり校長・COCO教頭	22:15 〈1週目〉乃木坂LOCKS!/井上和(乃木坂46)、〈2週目〉SEVENTEEN LOCKS!(セブン・イレブン・ジャパン) 〈3週目〉INI LOCKS!/高塚大夢(INI)、〈4週目〉景井LOCKS!/景井ひな(G-SHOCK)、〈5週目〉宮世LOCKS!/宮世琉弥 22:55 どちらの Cat or Dog(月〜木) 23:00 ANZEN LOCKS! supported by JA共済 〈(月)JA共済〉/ボカロLOCKS! 〈(火)ダウンフ〉 松田LOCKS!SEASON14 supported by JASRAC 〈(水)JASRAC〉/農業部 supported by JA全農 〈(木)JA全農〉		22:00 SCHOOL OF LOCK! FRIDAY こもり校長・COCO教頭 22:00 学校運営戦略会議 22:07 ゼノLOCKS! supported by ロケット(ロケット・メイト) 22:15 読書 読書メイト supported by ロケット(ロケット・メイト) 22:30 ビーバーLOCKS! SUPER BEAVER	22:55 もにゅそで 知らんけどアッパー	
23	23:10 〜ミセスLOCKS!〜 〈MON〉Mrs.GREEN APPLE	23:10 〜アイナLOCKS!〜 〈TUE〉アイナ・ジ・エンド	23:10 〜Saucy LOCKS!〜 〈WED〉Saucy Dog	23:10 〜乃木坂LOCKS!〜 〈THU〉賀喜遥香(乃木坂46) 〈ブルボン〉 〈Travel TV〉		
24	23:55 POWER PLAY					
24	24:00 JET STREAM 福山雅治				〈日本航空、(火)Yakult〉	
24:55						
01	1:00 TOKYO SPEAKEASY				1:00 From INI	
02	2:00 AuDee CONNECT 〈MON〉狩野英孝 〈TUE〉緑仙 〈WED〉蓮見翔(ダウ90000) 〈THU〉梅田サイファー				〈スカパー!〉	
03					3:00 やまだひさしの ラジアンリミテッドF	
04	4:00 Memories&Discoveries 〈MON〜WED〉早見沙織 〈THU-FRI〉関口舞					

SATURDAY	SUNDAY	
5:00 SING LIKE TALKING 佐藤竹善のアンダンテ	5:00 PEOPLE (第1週)たかまつなな (第2週)平野啓一郎・トムセン(陽子) (第3週)弘兼憲史・中田英希 (第4週)伊藤洋介・古市憲寿	05
5:30 サイクリスト・ステーション ツアー・オブ・ジャパン 野島裕史		
6:00 From Athlete! 萩野公介・高木菜那 ミノルクリス滝沢	6:00 SUNDAY FLICKERS 春風亭一之輔・汐陽麻衣	06
7:00 ブルボンpresents Shining Star (ブルボン) 森麻季	7:00 青木源太・足立梨花 Sunday Collection (内閣府)	
7:25 グレンデインフォメーション	7:25 天使のモーニングコール 白倉律子 (幸福の科学・幸福の科学出版)	07
7:30 いーはとーぶトーク 川村龍雄	7:55 Live Your Dream〜本音で生きて下さい〜	
8:00 となりのカイシャに聞いてみた! supported by オリックスグループ 小野理太 (オリックスグループ)	8:00 Good VibeSOUP	08
8:25		
8:30 西村由紀江のSMILE WIND	8:30 北Gのサンデーモーニング 北島貞紀・佐野よりこ	
	8:55 旬!SHUN!ピックアップ express 8:55	
9:00 武井壮・とにかく明るい安村 THE WORLD CLASS(第1・3・5週) Millennial Wind(第2・4週)	9:00 鈴木愛理のEasy To Smile [1/28・2/25・3/31放送] TOHOKU FUTURE TALK 〜復興・創生、その先へ 9:25	09
9:30 ラグノオpresents 道の駅ドット混む!! 山本大一	9:30 岩手医科大学〜いのちから〜 小田加代子	
9:55	9:55 FLORAの恵み	
10:00 SPORTS BEAT supported by TOYOTA 藤木直人・高見南里 (トヨタ)	10:00 ASKA Terminal Melody 小山ジャネット・愛子 (Travel TV)	10
10:50 コモアースコンシャス アクト 未来へのタカラモノ(COSMO)	10:30 YKK AP presents 皆藤愛子の惑café 〜惑迎でcafé time〜 (YKK AP)	
10:55 恋する日本史	10:55 My Style, Camp Life 〜自分と向き合うくら〜	
11:00 Driving Pleasure 山本大一	11:00 oggi otto Music Shampoo 演田めぐみ・実咲葉音 (テクノエイト)	11
11:30 木村拓哉 Flow		
11:55	11:55	
12:00 [坂崎さんの番組]という番組 坂崎幸之助(THE ALFEE)	12:00 apollostation Drive Discovery PRESS ホラン千秋 (出光興産)	
12:25	12:25 Yakult presents 小さな小さな物語 (Yakult)	12
12:30 いいものテンミニッツ! 12:40	12:30 CHINTAI presents きゃりーぽみぽみ Chapter #0 〜Touch Your Heart〜 (CHINTAI)	
12:55	12:55	
13:00 JA全農 COUNTDOWN JAPAN ジョージ・ウィリアムズ、安田レイ (JA全農)	13:00 いいこと、聴いた 秋元康	13
13:53 KUMON 笑顔100点満点 大学生レレ (公文教育研究会)	13:55	
13:55 JA共済 にほんのたから ちいさなきずな(JA共済)	13:55	
14:00 福山雅治 福のラジオ (キュービー、阪田グループホールディングス、第三三共ヘルスケア)	14:00 山下達郎の楽天カードサンデー・ソングブック (楽天カード、エアウィーヴ、文化シヤッター、三菱ガス化学)	14
14:55	14:55	
15:00 Panasonic presents おと、をかし 川上洋平(Alexandros) (リパソニック)	15:00 日本郵便 SUNDAY'S POST 小山薫堂・手賀なつみ (日本郵便)	15
15:25 日本住宅ローン GO!GO!家族 チョコレートプラネット (日本住宅ローン)		
15:30 広瀬すずの「よはくじかん」		
15:55	15:50 P.S.MUSIC	
15:55 Car Life Up To You 竹岡圭	15:55	
16:00 リリー・フランキー 「スナック ラジオ」	16:00 ももいろクローバーZの SUZUKIハッピー・クローバー! TOP10 (カシワバラ・コーポレーション)	16
16:55	16:55	
17:00 川島明 そもそもの話	17:00 NISSAN あ、安部礼司 〜BEYOND THE AVERAGE〜 (NISSAN)	17
17:55	17:55	
18:00 丸顔たちは、きょうも空腹 <どうれいん>阿部沙織	18:00 ビッキー吉田の 「フォークケロケロ」	18
18:30 yamaびこラジオ	18:30 川谷絵音の約30分我慢してくれませんか 喜多川雄 佐々木秀彦のSUNDAY 放送 アワー(第1週) 佐々木秀彦、朝咲恵	
19:00 いきものがかり吉岡聖恵の うたいろRadio	19:00 COAST TO COAST 假野剛彦 [1/28・2/25・3/31放送] 村上RADIO (DNP大日本印刷、Yakult)	19
19:30 みゅ〜じゅ〜ろくく 山崎あみ・SMA芸人	19:55 清水みさとの、サウナいこ?	
20:00 国分太一 Radio Box 国分太一(TOKIO)	20:00 有吉弘行のSUNDAY NIGHT DREAMER	20
20:55	20:55	
21:00 S.I.N NEXT GENERATION 坂本昌行、長野博、井ノ原快彦	21:00 有吉弘行の SUNDAY NIGHT DREAMER	21
21:55	21:55	
22:00 ドリームハート 茂木健一郎 (聖教新聞)	22:00 WANIMAのラジオ	22
22:30 SEKAI NO OWARI "The House"		
22:55	22:55	
23:00 桑田佳祐のやさしい夜遊び	23:00 鈴木敏夫のジブリ汗まみれ (ウォルト・ディズニー・ジャパン、ロ・ロ・ン、日清製粉グループ、au)	23
	23:30 The Classic Red Eye・渡辺志保 (Travel TV)	
23:55 RADIO MUSEUM〜聴く、名画 浜崎美保	23:55 Good-Track!	
24:00 ミッドナイト・ダイバーシティー 〜正気の Saturday Night〜 (第1週)ハナコ (第2週)アイデンティティ (第3週)カミナリ (第4週)マサキセイヤ(キュウソノコカミ) (第5週)ゲスト出演者	24:00 浜崎貴司ナニオキテンノ?	24
24:55 IT'S MUSIC 鈴木まひる	24:30 s**t kingzの ダンサーだってしゃべりたい	
1:00 ミッドナイト・ダイバーシティー 〜正気の Saturday Night〜	1:00 放送休止時間	01
2:00 ROCK THE NATION 伊藤政則		02
3:00 風とロック 箭内道彦		03
3:30 Jazz Reminiscence 山中千尋		04
4:00 RADIO NME JAPAN ~NEW MUSICAL EXPRESS JAPAN~		

