Time table タイムテーブル

Monthly TV Program 2026 10・11・12

TUF PRESENTS

月〜金曜 夕方6時15分〜



出演 渡辺文嘉　佐藤玲奈　平岡沙理　佐々木夢夏　浦部智弘　鈴木夕里菜

水曜 よる7時〜



10月の放送予定♪

7日
福島市（大笹生・笹谷）

21日
県内初上陸SP 第２弾

県内59市町村の自慢やおすすめスポットなどを紹介するローカルバラエティ番組！

※放送日・放送内容は変更になることがあります

MC 鏡田辰也　佐藤玲奈（TUFアナウンサー）

月〜金曜 あさ5時10分〜　10月5日(月)START



福島地区大会の様子をご紹介。小・中学生による歌や楽器の演奏をお届け。

TUFサービスエリア



■人口 …1,696,639人　■世帯数 …754,349世帯
（福島県現住人口調査結果による　令和8年8月1日現在）

TUF

本　社
〒960-8531
福島市西中央1丁目1番地
TEL 024-531-5111

郡山総支社
〒963-8013
郡山市神明町4-4
TEL 024-934-1223

会津若松支社
〒965-0042
会津若松市大町1-10-14　薩摩屋ビル2F
TEL 0242-28-5111

いわき支社
〒970-8026
いわき市平字小太郎町2-7　いわきビル6F
TEL 0246-25-0251

東京支社
〒107-6115
東京都港区赤坂5-2-20
赤坂パークビル 15階 JNN Park!
TEL 03-3585-6730

大阪支社
〒530-0002
大阪市北区曽根崎新地1-1-49　梅田滋賀ビル9F
TEL 06-6345-0115

仙台支社
〒980-0803
宮城県仙台市青葉区国分町3-1-11
定禅寺通スクエアビル 7階
TEL 022-267-1501



日曜 よる9時〜

物語は、謎を残した前作のラストシーンから始まる。
表の顔はサラリーマン、裏は「別班」のエリート諜報員であり、
別の人格“F”を宿す主人公・乃木憂助。
“世界を巻き込む大きな渦”が遂に、
別班を飲み込んでいく――。
感動も、スケールも、スリルも、裏切りも、愛も･･･
全てが前作を超えるエンターテインメント!!

CAST

堺雅人　阿部寛　二階堂ふみ　二宮和也　松坂桃李

TUFホームページ
https://www.tuf.co.jp/

公式SNSアカウントもチェックしてね！

【本社】〒960-8531 福島市西中央1丁目1番地 ／ TEL 024-531-5111

DRAMA

火曜 よる10時〜



物語は、令和の小学校教師・梨木彩葉の身体に、
江戸時代を生きる娘・いろはの魂が
タイムスリップしてくることからはじまる。
令和という時代の“いろは”も分からない
江戸娘に、現代の小学校教師は務まるのか―。
そして令和で出会う同僚教師・一ノ瀬生琉
との関係も、物語を大きく動かす。
300年の時を越えたロマンティックコメディが幕を開ける！

CAST 上白石萌音　向井康二　ほか

金曜 よる10時〜



北海道の壮大で過酷な大自然。
登山ツアー中に起こった
遭難事故の真相を追うことから、すべては始まる。
刑事の小駒（横浜流星）と保険調査員の直（小栗旬）は
証言の食い違いや巨大権力に翻弄されながらも真実を暴く。
幾重もの「ロスト」から導き出される真実から、
彼らは何を掴み取るのか――？
物語が絡み合っていく中毒性のある展開で魅せる
ヒューマンサスペンス・エンタテインメント。

CAST 横浜流星　小栗旬　中村アン　飯豊まりえ　井口理　岩谷健司
／ 松下洸平 ／ 市川実日子 野呂佳代 斉藤由貴

TUF PRESENTS

10月14日水曜 よる7時〜



山形・福島・新潟３県を代表するタレントがふるさとのラーメンを応援。『いま最もラーメンを食べに行きたい県』を決定する究極の視聴者参加型エンターテインメント!!

出演 ウド鈴木　あばれる君　横澤夏子　鈴木夕里菜（TUF）　ほか

10月21日水曜 よる8時〜



今回は「青森、福島、新潟、広島、大分、熊本」の６県の「ご当地ラーメン」を各局が取材！福島県では、醤油スープ王国に広がる新勢力「会津山塩ラーメン」を紹介！超希少！山で作られる至極の塩？それを使った唯一無二の一杯とは!?

スタジオ出演 香取慎吾　原 千晶

10月31日土曜

生中継
男子／9:25〜11:45
女子／12:25〜14:00



信用金庫スペシャル県高校駅伝2026

12月の都大路の出場権をかけた県高校駅伝が猪苗代町で開催される。TUF では今年初めて生中継を実施し、タスキに青春をかけた高校生ランナーの力走をお伝えする。

出演 渡邊文嘉（TUFアナウンサー）　ほか

11月15日日曜 あさ7時30分〜

生中継
一部中継録画

第38回 ふくしま駅伝



白河市のしらかわカタールスポーツパーク陸上競技場から福島市の県庁までの16区間約96キロでタスキをつなぐ。TUF では選手たちの激走！感動！を今年も全力中継（一部中継録画）で放送する。

時間	月 -MON-	火 -TUE-	水 -WED-	木 -THU-	金 -FRI-
C 4	10 お買い物情報				
	40 お買い物情報				
C 5	10 こども音楽コンクール				
	20  THE TIME,				
C 6					
B 7					
B 8	00 				
B 9					
C 10	55 お買い物情報				
C 10	25 ひるおび				
C 11	20 キユーピー3分クッキング				
特B 12	30  ひるおび JNNニュース（県内ニュースあり）				
特B 13					
B 14	55 ゴゴスマ GO GO! Smile! 				
C 15					
C 15	40 ワンステップ				
C 16	49  Nスタ				
B 17					
特B 18	15 ステップ 				
A 19	00 CDTVライブ！ライブ！	00 	00 ふくしまSHOW	00 プレバト	00 オオカミ少年 Lie or Truth
A 20		00 バケサン	00 巷のウワサ大検証 それって実際どうなの会	00 ニンゲン観察バラエティ モニタリング	00 それSnowManにやらせて下さい
A 21	58 フラッシュニュース 00 テレビミセス	55 フラッシュニュース 57 マツコの知らない世界	58 フラッシュニュース 00 ニノなのに		55 フラッシュニュース 57 ドア×ドアクエスト
A 22	00 今さらシロー！	00 いろはの恋は時代をかける	00 水曜日のダウンタウン	00 櫻井 有吉 THE 夜会	00 LOST10 ロスト テン
A	57 TUFお天気情報				54 TUFお天気情報
B 23	00 news 23				00
B 24	56 クレイジージャーニー	56 かまいたちの知らんけど	56 あれみた？	56 氷の城壁 第2期 26 追放された転生重騎士はゲーム知識で無双する	30 ラヴLIFE 58 news 23
C 25	55 TUFお天気情報 58 お買い物情報		58 ケの日軍曹	56 TUFお天気情報 59 ホテル・インヒューマンズ 第2期	43 TUFお天気情報 48 週刊さんまとマツコ 18 6chシネマ 23
C 26	28 お買い物情報				53 東京リベンジャーズ 三天戦争編
C 26	58 お買い物情報				23 お買い物情報
C 27	28		28 ポツンと	28 お買い物情報	53
C 28			58		

時間	土 -SAT-
C 4	00 お買い物情報
C 4	30 お買い物情報
C 5	00 お買い物情報
C 5	30 JNNニュース
C 6	45 夜明けのラヴィット！
B 7	
B 8	30 サタプラ
B 9	25 市からのお知らせ
B 9	30
B 10	KING'S BRUNCH 王様のブランチ
B 11	
B 11	45 JNNニュース
特B 12	00 キユーピー3分クッキング 10 世界ニッポン行きたい人 男子応援団
特B 13	05 ありえへん∞世界
特B 14	00 JAPANスーツケースに詰め込んで
特B 14	54 ラブリーTUF
特B 15	00 土曜トラベル
特B 16	
特B 17	24 ラブリーTUF
特B 18	30 報道特集 JAPAN NEWS NETWORK
特B 18	50 さがみ典礼のお天気カレンダー 55 ウィークリー県政ニュース
A 19	00 熱狂マニア
A 20	00 ジョブチューン
A 21	00 いくらかかる？金
A 21	56 TUFお天気情報
A 22	00 情報7DAYSニュースキャスター
A	
特B 23	24 TUFお天気情報 30
特B 24	00 Si 28 ヒロシのぼっちキャンプ
特B 25	58 ウルトラマンテオ 28 MUSIC BB JAPAN
C 26	58 お買い物情報
C 26	28
C 27	
C 28	

時間	日 -SUN-
C 4	25 お買い物情報
C 4	55 お買い物情報
C 5	25 TUFお天気情報
C 5	30 お買い物情報
C 6	00
B 7	45 JNNニュース
B 7	00 健康カプセル!ゲンキの時間
B 7	30 がっちりマンデー!!
特B 8	00 サンデーモーニング Sunday Morning
特B 9	
特B 9	54 DO!エイト・ユア・セルフ
特B 10	00 サンデージャポン
特B 11	
特B 11	35 サンデーQ
A 12	54 大和の風
A 13	00 サンデーセレクション
A 14	
A 14	57 TUFお天気情報
特B 15	00 ふくしまSHOW（再）
特B 16	00
特B 16	30 アオのハコ Season2
特B 17	00 夜桜さんちの大作戦 第2期
特B 17	30 Nスタ
特B 18	00 世界遺産 THE WORLD HERITAGE
特B 18	30
特B 19	00 バナナマンのせっかくグルメ!!
A 20	00 浦上&福屋のゆずれない店
A 21	00 VIVANT
A 22	00
A	54 TUFお天気情報
B 23	00 大情熱陸
B 23	30 アガルアニメ 転生貴族、鑑定スキルで成り上がる 第3期
B 24	00 Si
B 24	50 ウィークリー県政ニュース
C 25	55 ドキュメンタリー「解放区」
C 26	55 お買い物情報
C 26	25
C 27	
C 28	

テレビ放送料金表

■スポット料金

（単位：円）

時間＼区分	A	特B	B	C
15秒	260,000	160,000	100,000	60,000

1　番組編成上ステーション・ブレークがなくなる場合、および技術上放送が不可能な場合は、移動または中止させていただきます。
2　時間区分の境界時間は、高いほうの料金を適用します。
3　30秒スポットは、15秒スポット2本分として計算します。
4　スポット一単位は、一商品とします。

※上記料金には消費税は、含まれておりませんので、別途申し受けます。

■タイム料金

（単位：円）

番組枠＼区分	A	特B	B	C
60分	1,600,000	1,120,000	800,000	560,000
54分	1,480,000	1,036,000	740,000	518,000
30分	800,000	560,000	400,000	280,000
15分	560,000	400,000	280,000	200,000
5分	400,000	280,000	200,000	140,000



1　契約期間は3カ月を原則とし、6カ月を限度とします。
2　12月31日・正月3日間および国民の祝日は休日の時間区分を適用します。
3　料金表示のない30分以上の番組枠の料金は、30分枠の料率を適用して計算します。
4　上記の番組枠は、いずれも局が保有するステーション・ブレークを含みますので、実際の契約放送時間は、それぞれ60秒間短縮されます。

TUF Time Table Monthly TV Program 2026.10·11·12