



2026 年 1 月～ 3 月版 番組表

FMIS 87.2 MHz ぽ り い ず ス テ ー シ ョ ン

月～金は朝 7 時から夜 9 時／土・日は朝 8 時から夜 8 時まで放送中！

交 交通情報 天 天気 N ニュース HT はなつーしん

リクエスト＆メッセージはこちら

FAX:0558-74-2721 メール：872@fmis.jp

〒 410-2407 伊豆市柏久保 1304 オリエンタルマンション 1 階

＼ HP・Radimo からメッセージ送れます／

時	月	火	水	木	金		土	日
7	イズモニ ～ライブ・イズ・モーニング～ 月・火：尾原むつみ 水：水口はるな 木・金：山本緩南					7	土・日曜日の放送時間は 8：00～20：00 まで	
	07:02 FMIS ニュース 07:15 葬儀のお知らせ 07:20 今日の伊豆市・学校通信 07:30 市役所からのお知らせ 【提供】伊豆市	07:02 FMIS ニュース 07:15 葬儀のお知らせ 07:20 今日の伊豆市・学校通信 07:30 市役所からのお知らせ 【提供】伊豆市	07:02 FMIS ニュース 07:15 葬儀のお知らせ 07:20 今日の伊豆市・学校通信 07:30 市役所からのお知らせ 【提供】伊豆市	07:02 FMIS ニュース 07:15 葬儀のお知らせ 07:20 今日の伊豆市・学校通信 07:30 市役所からのお知らせ 【提供】伊豆市	07:02 FMIS ニュース 07:15 葬儀のお知らせ 07:20 今日の伊豆市・学校通信 07:30 市役所からのお知らせ 【提供】伊豆市		おは土！ パーソナリティ：鈴木つくる	おは日！ パーソナリティ：山本緩南
	07:45 おめでとう・ありがとう 07:55 This IS いず	07:45 おめでとう・ありがとう 07:54 よっしーの法律相談所 【提供】修善寺法律事務所 修善寺ライオンズクラブ	07:45 おめでとう・ありがとう 07:55 This IS いず	07:45 おめでとう・ありがとう 07:55 This IS いず	07:35 沼津河川国道事務所からのお知らせ 【提供：沼津河川国道事務所】 おめでとう・ありがとう This IS いず			
	08:00 FMIS ニュース 08:15 葬儀のお知らせ 08:30 ちょいず！ 08:45 名言！聴きま専科？ 08:55 This IS いず	08:00 FMIS ニュース 08:15 葬儀のお知らせ 08:30 伊豆クロストーク withFM いずのくに	08:00 FMIS ニュース 08:15 葬儀のお知らせ 08:30 ちょいず！ 08:45 【第 2・4 週 再】伊豆学の小径 出演：佐藤三武朗	08:00 FMIS ニュース 08:15 葬儀のお知らせ 08:30 ちょいず！ 08:55 This IS いず	08:00 FMIS ニュース 08:15 葬儀のお知らせ 08:30 ちょいず！ 08:45 【再】ふう先生のハッピー子育て			
	09:00 FMIS ニュース 今日の伊豆市・学校通信	09:00 FMIS ニュース 今日の伊豆市・学校通信	09:00 FMIS ニュース 今日の伊豆市・学校通信	09:00 FMIS ニュース 今日の伊豆市・学校通信	09:00 FMIS ニュース 今日の伊豆市・学校通信			
09:30 HT	09:30 HT	09:30 HT	09:30 HT	09:30 HT				
8	Life IS ～みんなの時間～					8	9	10
	10:00 Life is Music A 面 【偶数週】The Nan Da Low Show This IS いず	10:00 Life is Music A 面 10:45 【初回放送の翌週 再】しずぎんの 「未来がはじまる場所になる」 提供：静岡銀行	10:00 Life is Music A 面 10:55 This IS いず	10:00 【再】おもしろいおじさん 10:55 This IS いず	10:00 Life is Music A 面 10:55 This IS いず			
	11:00 【再】伊豆の昔ばなし 出演：伊豆のくに昔ばなし大学 再話研究会あゆの会	11:00 伊藤圭介の 「みらいず」観光案内人 出演：伊藤圭介	11:00 【再】いいあんびゃあ 【提供】伊豆市 11:15 Life is Music B 面	11:00 【再】Hi guys! Welcome to IZU 【提供】伊豆市 【再】K-POP チェゴちゃんねる 【第 3 週】かつまた孝明のまる勝通信 【再】（仮）未定	11:00 【再】今月の広報伊豆 【提供】伊豆市 【再】アニメニ 【提供】鎌成陣 SPACE SHOWER RADIO			
	11:15 Life is Music B 面 11:55 This IS いず	11:55 This IS いず	11:55 This IS いず	11:30	11:30			
	nap ～ Now&Past ～ パーソナリティ：奥勇太郎							
9	12:02 FMIS ニュース 【提供】修善寺印刷	12:02 FMIS ニュース 【提供】修善寺印刷	12:02 FMIS ニュース 【提供】修善寺印刷	12:02 FMIS ニュース 【提供】修善寺印刷	12:02 FMIS ニュース 【提供】修善寺印刷	12	13	14
	12:30 市役所からのお知らせ 【提供】伊豆市 12:45 葬儀のお知らせ	12:30 市役所からのお知らせ 【提供】伊豆市 12:45 葬儀のお知らせ	12:30 市役所からのお知らせ 【提供】伊豆市 12:45 葬儀のお知らせ	12:30 市役所からのお知らせ 【提供】伊豆市（求人情報） 12:45 葬儀のお知らせ	12:30 市役所からのお知らせ 【提供】伊豆市 12:45 葬儀のお知らせ			
	13:00 おいしい給食 【提供】伊豆市	13:00 おいしい給食 【提供】伊豆市	13:00 おいしい給食 【提供】伊豆市	13:00 おいしい給食 【提供】伊豆市	13:00 おいしい給食 【提供】伊豆市 ROCKIN'CONSULTING 【制作】ボイス・キュー 【提供】武田中小企業診断士事務所			
	13:15 HT	13:15 HT	13:15 HT	13:20 BOOK NAVI	13:15			
	14:00 HT	14:00 HT	14:00 HT	14:30	14:15			
10	nap ～ Natural afternoon program ～ 火：まる chan 水：eco. 木：安藤晴美					11	15	16
	14:00 HT	14:00 HT	14:00 HT	14:30	14:15			
	14:30 HT	14:30 HT	14:30 HT	14:30	14:15			
	14:45 HT	14:45 HT	14:45 HT	14:30	14:15			
	15:00 HT	15:00 HT	15:00 HT	15:00	15:00			
11	みらいず ～夕食までのひとときを一緒にしませんか～ 月：鈴木つくる 火：奥勇太郎 水・木：木口博子					12	17	18
	16:02 FMIS ニュース	16:02 FMIS ニュース	16:02 FMIS ニュース	16:02 FMIS ニュース	16:02 FMIS ニュース			
	16:30 【第 4 週 再】かつまた孝明のまる勝通信	16:30 【第 1・3 週】伊豆学の小径 出演：佐藤三武朗 【第 2 週】野田治久のはるちゃんねる	16:30 【再】うちっ家、くら？ 【提供】三角屋商店 Nostalgic memories 有限会社オートクラフト .IZU	16:30 【再】うちっ家、くら？ 【提供】三角屋商店 Nostalgic memories 有限会社オートクラフト .IZU	16:30 【再】うちっ家、くら？ 【提供】三角屋商店 Nostalgic memories 有限会社オートクラフト .IZU			
	17:15 HT	17:15 HT	17:00 HT	17:00 HT	17:00 HT			
	17:45 FMIS ニュース 17:50 葬儀のお知らせ	17:45 FMIS ニュース 17:50 葬儀のお知らせ	17:45 FMIS ニュース 17:50 葬儀のお知らせ	17:45 FMIS ニュース 17:50 葬儀のお知らせ	17:45 FMIS ニュース 17:50 葬儀のお知らせ			
12	金のみらいず パーソナリティ：鈴木つくる					13	19	20
	18:00 いろはにほけんの＊あしたリスク＊ 【制作】ボイス・キュー 【提供】いろはにほけん This IS いず 18:10 市役所からのお知らせ 【提供】伊豆市 18:15 夜の Life IS Music 18:30 夜の Life IS Music 18:45 【再】Izu So Go! 【提供】伊豆市	18:00 いいあんびゃあ 【提供】伊豆市 18:15 市役所からのお知らせ 【提供】伊豆市 18:30 夜の Life IS Music 18:45 【再】われらは土肥高生なり 【提供】伊豆市	18:00 Hi guys! Welcome to IZU 【提供】伊豆市 18:15 市役所からのお知らせ 【提供】伊豆市 18:30 夜の Life IS Music 18:45 学校のじかん 【提供】原田建設 牧水荘土肥館	18:00 Hi guys! Welcome to IZU 【提供】伊豆市 18:15 市役所からのお知らせ 【提供】伊豆市 18:30 夜の Life IS Music 18:45 学校のじかん 【提供】原田建設 牧水荘土肥館	18:00 防災 119 【提供】伊豆市 18:15 市役所からのお知らせ 【提供】伊豆市 18:30 夜の Life IS Music 18:45 【再】名言！聴きま専科？ This IS いず			
	19:00 HT	19:00 HT	19:00 HT	19:00 HT	19:00 HT			
	19:30 HT	19:30 HT	19:30 HT	19:30 HT	19:30 HT			
	19:55 HT	19:55 HT	19:55 HT	19:55 HT	19:55 HT			
13	マダムの Love is Home パーソナリティ：タニグチサトミ 宛先：masa@fmis.jp 第 1 週：マダムとやまびーの クロストーク 今日の一品レシピ ゲストルーム リスナールーム 【提供】 アコースティックデュオ ISHIKUMA ベカリーズキッチン・ohana CUSTOM & CRAFT Labar Cat オープン化駄品いずサロン 関西支部代表 1223 真夜中のナイチンゲール 虹色パセリちゃん 手打ち十割そば 胡々 Mr.CB オレンジ KUMA さん					14	21	22
	20:00 HT	20:00 HT	20:00 HT	20:00 HT				
	20:30 HT	20:30 HT	20:30 HT	20:30 HT				
	20:55 HT	20:55 HT	20:55 HT	20:55 HT				
	21:00 HT	21:00 HT	21:00 HT	21:00 HT				
14	伊豆 SPORTS! 【提供】伊豆市 【月 1 提供】だるま整体院 パーソナリティ：木口博子 宇野智裕 第 1 週：マダムとやまびーの クロストーク 今日の一品レシピ ゲストルーム リスナールーム 【提供】 アコースティックデュオ ISHIKUMA ベカリーズキッチン・ohana CUSTOM & CRAFT Labar Cat オープン化駄品いずサロン 関西支部代表 1223 真夜中のナイチンゲール 虹色パセリちゃん 手打ち十割そば 胡々 Mr.CB オレンジ KUMA さん					15	23	24
	22:00 HT	22:00 HT	22:00 HT	22:00 HT				
	22:30 HT	22:30 HT	22:30 HT	22:30 HT				
	22:55 HT	22:55 HT	22:55 HT	22:55 HT				
	23:00 HT	23:00 HT	23:00 HT	23:00 HT				
15	カズ兄さんの モーター レボリューション パーソナリティ：カズ中西 宛先：vmx@fmis.jp 19:10 セール情報・イベント情報 19:55 This IS KAZU 20:30 事故ゼロで行こう！ 【提供】 南海部品 YSP 沼津 カワサキプラザ山梨 健友堂クリニック カフェナパンダイニングバー					16	25	26
	24:00 HT	24:00 HT	24:00 HT	24:00 HT				
	24:30 HT	24:30 HT	24:30 HT	24:30 HT				
	24:55 HT	24:55 HT	24:55 HT	24:55 HT				
	25:00 HT	25:00 HT	25:00 HT	25:00 HT				
16	推し伊豆 TIMES パーソナリティ：奥勇太郎					17	27	28
	26:00 HT	26:00 HT	26:00 HT	26:00 HT				
	26:30 HT	26:30 HT	26:30 HT	26:30 HT				
	26:55 HT	26:55 HT	26:55 HT	26:55 HT				
	27:00 HT	27:00 HT	27:00 HT	27:00 HT				
17	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					18	29	30
	28:00 HT	28:00 HT	28:00 HT	28:00 HT				
	28:30 HT	28:30 HT	28:30 HT	28:30 HT				
	28:55 HT	28:55 HT	28:55 HT	28:55 HT				
	29:00 HT	29:00 HT	29:00 HT	29:00 HT				
18	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					19	31	32
	30:00 HT	30:00 HT	30:00 HT	30:00 HT				
	30:30 HT	30:30 HT	30:30 HT	30:30 HT				
	30:55 HT	30:55 HT	30:55 HT	30:55 HT				
	31:00 HT	31:00 HT	31:00 HT	31:00 HT				
19	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					20	33	34
	32:00 HT	32:00 HT	32:00 HT	32:00 HT				
	32:30 HT	32:30 HT	32:30 HT	32:30 HT				
	32:55 HT	32:55 HT	32:55 HT	32:55 HT				
	33:00 HT	33:00 HT	33:00 HT	33:00 HT				
20	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					21	35	36
	34:00 HT	34:00 HT	34:00 HT	34:00 HT				
	34:30 HT	34:30 HT	34:30 HT	34:30 HT				
	34:55 HT	34:55 HT	34:55 HT	34:55 HT				
	35:00 HT	35:00 HT	35:00 HT	35:00 HT				
21	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					22	37	38
	36:00 HT	36:00 HT	36:00 HT	36:00 HT				
	36:30 HT	36:30 HT	36:30 HT	36:30 HT				
	36:55 HT	36:55 HT	36:55 HT	36:55 HT				
	37:00 HT	37:00 HT	37:00 HT	37:00 HT				
22	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					23	39	40
	38:00 HT	38:00 HT	38:00 HT	38:00 HT				
	38:30 HT	38:30 HT	38:30 HT	38:30 HT				
	38:55 HT	38:55 HT	38:55 HT	38:55 HT				
	39:00 HT	39:00 HT	39:00 HT	39:00 HT				
23	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					24	41	42
	40:00 HT	40:00 HT	40:00 HT	40:00 HT				
	40:30 HT	40:30 HT	40:30 HT	40:30 HT				
	40:55 HT	40:55 HT	40:55 HT	40:55 HT				
	41:00 HT	41:00 HT	41:00 HT	41:00 HT				
24	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					25	43	44
	42:00 HT	42:00 HT	42:00 HT	42:00 HT				
	42:30 HT	42:30 HT	42:30 HT	42:30 HT				
	42:55 HT	42:55 HT	42:55 HT	42:55 HT				
	43:00 HT	43:00 HT	43:00 HT	43:00 HT				
25	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					26	45	46
	44:00 HT	44:00 HT	44:00 HT	44:00 HT				
	44:30 HT	44:30 HT	44:30 HT	44:30 HT				
	44:55 HT	44:55 HT	44:55 HT	44:55 HT				
	45:00 HT	45:00 HT	45:00 HT	45:00 HT				
26	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					27	47	48
	46:00 HT	46:00 HT	46:00 HT	46:00 HT				
	46:30 HT	46:30 HT	46:30 HT	46:30 HT				
	46:55 HT	46:55 HT	46:55 HT	46:55 HT				
	47:00 HT	47:00 HT	47:00 HT	47:00 HT				
27	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					28	49	50
	48:00 HT	48:00 HT	48:00 HT	48:00 HT				
	48:30 HT	48:30 HT	48:30 HT	48:30 HT				
	48:55 HT	48:55 HT	48:55 HT	48:55 HT				
	49:00 HT	49:00 HT	49:00 HT	49:00 HT				
28	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					29	51	52
	50:00 HT	50:00 HT	50:00 HT	50:00 HT				
	50:30 HT	50:30 HT	50:30 HT	50:30 HT				
	50:55 HT	50:55 HT	50:55 HT	50:55 HT				
	51:00 HT	51:00 HT	51:00 HT	51:00 HT				
29	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					30	53	54
	52:00 HT	52:00 HT	52:00 HT	52:00 HT				
	52:30 HT	52:30 HT	52:30 HT	52:30 HT				
	52:55 HT	52:55 HT	52:55 HT	52:55 HT				
	53:00 HT	53:00 HT	53:00 HT	53:00 HT				
30	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					31	55	56
	54:00 HT	54:00 HT	54:00 HT	54:00 HT				
	54:30 HT	54:30 HT	54:30 HT	54:30 HT				
	54:55 HT	54:55 HT	54:55 HT	54:55 HT				
	55:00 HT	55:00 HT	55:00 HT	55:00 HT				
31	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					32	57	58
	56:00 HT	56:00 HT	56:00 HT	56:00 HT				
	56:30 HT	56:30 HT	56:30 HT	56:30 HT				
	56:55 HT	56:55 HT	56:55 HT	56:55 HT				
	57:00 HT	57:00 HT	57:00 HT	57:00 HT				
32	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					33	59	60
	58:00 HT	58:00 HT	58:00 HT	58:00 HT				
	58:30 HT	58:30 HT	58:30 HT	58:30 HT				
	58:55 HT	58:55 HT	58:55 HT	58:55 HT				
	59:00 HT	59:00 HT	59:00 HT	59:00 HT				
33	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					34	61	62
	60:00 HT	60:00 HT	60:00 HT	60:00 HT				
	60:30 HT	60:30 HT	60:30 HT	60:30 HT				
	60:55 HT	60:55 HT	60:55 HT	60:55 HT				
	61:00 HT	61:00 HT	61:00 HT	61:00 HT				
34	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					35	63	64
	62:00 HT	62:00 HT	62:00 HT	62:00 HT				
	62:30 HT	62:30 HT	62:30 HT	62:30 HT				
	62:55 HT	62:55 HT	62:55 HT	62:55 HT				
	63:00 HT	63:00 HT	63:00 HT	63:00 HT				
35	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					36	65	66
	64:00 HT	64:00 HT	64:00 HT	64:00 HT				
	64:30 HT	64:30 HT	64:30 HT	64:30 HT				
	64:55 HT	64:55 HT	64:55 HT	64:55 HT				
	65:00 HT	65:00 HT	65:00 HT	65:00 HT				
36	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					37	67	68
	66:00 HT	66:00 HT	66:00 HT	66:00 HT				
	66:30 HT	66:30 HT	66:30 HT	66:30 HT				
	66:55 HT	66:55 HT	66:55 HT	66:55 HT				
	67:00 HT	67:00 HT	67:00 HT	67:00 HT				
37	おもしろい おじさん パーソナリティ：スズキサブロー					38	69	70
	68:00 HT	68:00 HT	68:00 HT	68:00 HT				
	68:30 HT	68:30 HT	68:30 HT	68:30 HT				
	68:55 HT	68:55 HT	68:55 HT	68:55 HT				
	69:00 HT	69:00 HT	69:00 HT	69:0				