

『だらだらしゃべってます』というのが魅力なのかも。

MBSラジオ  
**TIME  
TABLE**  
2026年1・2・3月号



MBSラジオ  
AM1179 | FM90.6

MBSラジオ  
**TIME  
TABLE**  
2026年1・2・3月号



超人では無く普通の人のリアルを言わせてもらいます。

MBSラジオ  
AM1179 | FM90.6





十五年目のキスマイも輝くりやる月も  
二階堂高嗣

更にギアを上げて加速!!  
岩崎諒太

30代突入! まだまだ挑戦!  
坂ノ上茜

より可愛く、より綺麗に。  
矢吹奈子

魅力溢れる20歳になる!!  
山野愛月

アップレ伊波!  
1名様やってまーす

役者としてデビューして大活躍はまだまだ!!  
船橋優矢

アップレやってまーす! 火

くっきーさんの家のカフェに行く!  
小栗有以

ウキウキくいまますように  
降幡愛

珍棒を万力つぶし玉露かな  
ハシケンダザンシヨウ

もう一人文化人入りたい  
おみよ

火曜を制す  
金田篤長 栗原

自アウコーナを作りたい  
成神まさを  
金田篤長 栗原

一回は有以ちゃんのライブ行く  
金田篤長 栗原

アップレやってまーす! 水

一回でいいから、山根をギターケースに入れてアキバ本店持ち運ぶたい  
阿部 大

究極のやきそばを作る  
寛美知子

大人になる  
三ツヨ

アップレやってまーす! 木

副業だけで飯が食えるように  
なりたいノ・鈴木拓

再来年よりいい年にする  
鳥居みゆき

現状維持  
じゅん 大木

健康的に、痩せる!!  
鈴木美羽

二兎追う。  
佐々木ほのか

アップレやってまーす!  
土曜日です!

マントレーニア地上波CMゲット!!  
この若者の若森田

無傷  
さらば若者の光 東アフロ

みちおさんとしもラー番組  
河合郁人

腹八分目  
リノエ 大谷映美里

海外進出!  
池田裕子

腹筋をバキバキにする!!  
トムアラウン みちお

なぜをひかない。  
トムアラウン 平川

ゴチャ・まぜっ天国!

世界進出  
武井 中

年女なので馬のように美しく駆け抜けます  
櫻坂祐武 元唯衣

多頭飼い  
鬼島 大

桃尻ファイテン  
小塚 温子

オレたちゴチャ・まぜっ!  
集まれヤンヤン!

痩せたたい  
田村 亮

MBSラジオの嫁。  
須田 亜香里

押尾コータローの  
押しても弾いても

無理もしないし 無茶もしないよ  
お押しコタローの押してもお  
南 あり

ゴゴゴラジオ

ブラボ〜!!  
ライセス 井本

不言実行  
どいあんず 鬼 大輝

今年もボンバへ!!  
オシレがとまりぬー!!!  
サカイ 不 ますし

すっちーの  
よしもと 新喜劇陳情課

ええかけん  
アウトドア すっちー

MMラジ  
Music Treasures  
フライデー

電波に乗って「開運招福」  
MBSラジオをパワースポットに  
MBSラジオの  
松本 麻衣子

NMB48の  
TEPPENラジオ

印税生活  
MBS48 守部 若菜

トキトケトーク

猫と暮らす  
タウラ 蓮見 翔

豊永真琴の  
MBSミュージックパーク

日々是好日  
豊永 真琴

今回の巻頭特集では、ナイターオフ番組のパーソナリティお二人にインタビューを実施。  
それぞれの番組が始まった時の想い、そしてこれからについてなどじっくり話を聞いた。

——現在シーズン10に突入されましたが、2016年に番組スタートの話があった時の感想や印象を教えてください。  
全然覚えていない(笑)。そんなに深く考えていなかった気がするし、プレッシャーも無く、『出来るやる』と軽く考えていたかな。一番最初はアウンサーの方がいて、だいぶ助け



ナジャ・グランディーバ

## がんばりを求められていないし 肩に力が入っていない。

られましたし。MBSラジオも私何もない!?でも、アウンサーの方がいなくなつてからは、カフ上げたり、時報を気にしたり、報道スタジオに繋げたり、提供読みをしたり、色々やらなアカンことが多くて焦ったかな。生放送は時間通りやらないといけないから大変やな。今でも別に出来ていないし。ある意味、10年前とやつてることが変わっていない。

い。何も上達していないと思う。言い方を変えたら、進歩をしていない。アウンサーの方やチキチキジョニーに助けられているから、その人たちがありきというか。だから、好きなようにやらせてもらっていますね。良いのか悪いのかわからないですけど。それに10年続くととは思ってないし、10年続けば良いとも思っていない、だからと言って、すぐに終わるとかも考えて無かったし。

——メディア露出に対しての興味はあったんですかね?  
どうか?今の仕事をしてるってことは表に出たいとは思ってただけで、必死には思ってなかった。それに時代が良かったかな。マツコ・デラックス、ミッツ・マングループと来て、『次は誰かな?』という時に、タイミング良く波に乗れただけ。無理に乗ろうともしていないし、乗れる波に乗った感じ。運も良かったのかな。周りからも『次と違う!』と言われたけど、『そんな話はないけどな』と返していた感じだったし。あのふたりが出来たから私も出来るやろと、基本ナメていたと思う

(笑)。いざやったら全然違ったけど。元々、毒を吐く人じゃなかったから、私はでも、その頃は毒舌ブームで、そこを求められるけど出来なくて悩んでいた。しんどかったかな。無理しても『緒だから、『出来ない』とはつきり言いましたけど。今は毒を吐くことを求められないし、私はだらつとしてるイメージじゃない?まあ、基本は言われたことをやるかなと思つて、わりと真面目にやってきましたよ。

——この番組は毒を求められることもなく、自然に出来たということですか?  
うん、気楽に好きにやらしてもらってた、最初から。今考えたら気楽すぎて、注意されたかもしれないくらいに気楽に好きにやっていたけど(笑)。でも、ラジオはテレビとも違うし、楽しいというか、ストレスが無いかな。

——元々ラジオっ子でも無いですが、うん、ラジオは全然聴いてなかった。聴いても、FMでお洒落な洋楽を聴くくらい。実家がお米屋さんで配達

を手伝っていたから、車の中では流れていたけど、真剣に聴いていなかったし、自分自身の身近な存在では無かったかな。ラジオのルーツが無いから、何が良いのかもわからないし。色々なラジオを聴いたら、こういうオープニングトークもあるんやなとかわかるんじゃないけど。自分のラジオもイヤなことばっかりになるから聴いていないし。だから成長してない(笑)。でも、成長も望まれている気がする。どっちかと言うと、父親や母親が我が子を見守る感じで聴いている人が多いかも。それが続いているコツかもね。力を入れすぎて疲れるより、6割くらいの力でやつての方が気楽にやれるしね。

——10年の中で手応えを感じたことはありますか?  
手応え!?イベントをやった時にお客さんを目の当たりにして、ありがた

いとは思いますが。放送をやつていて手応えは無いかな。メッセージ来ていない時もありますし(笑)。そんなもんですよ!凄く狭い中で熱狂している人がいる感じがな。あつ、ディナーショーもやっていますけど、そこにラジオグッズを持ってきてくれる人はいますね。青森でも九州でもいたから、radioのおかげで全

国的に広がっているのかな。今がシーズン何かも知らずにやつているし、こうやって取材とかで色々聞いて、今シーズン10なんだと知る感じですよ。

——その全然意識しない感じが良かったんでしょうね。

良かったんかな!?「力入れずにやつてますよ」というのを、こうやって表向きに言っているのかなとも思うし。『ちゃんとやつてよ!』と言われるかもしれない(笑)。でも、それが売りたいところもあるし、だからしゃべつてますというのが魅力な気もするし。まあ、それしか出来ないです。今が好きなようにやつていくけど、『ひとりやつて下さい』と言われたら、それは出来ないしね。チキチキジョニーのふたりがいるから、おもしろくなつてくるかも!?でも、私は楽が出来ています!

——15周年、20周年じゃないですけど、未来予想図は考えられていますか?  
終わつたら終わつたやし、続いたら

続いているなやし。もしも『終わりそうです』と言われたところで、がんばろうというの無いしね。肩の力が入つてないのよ。がんばるのを求められていないから。



——例えば、帯番組であったり、何かやってみたことはありますか?  
帯番組!?録音ならばやつてもいいけど(笑)。毎日の生放送は無理かな〜!

——じゃあゲストに来て欲しい方はおられますか?  
ゲスト!?ずつとマドンナを聴いて

たけど、来るわけ無いし。90年代活躍していたスーパーモデルが好きだけど、ナオミ・キャンベルも来るわけ無いし。真面目な話をするならば、美輪明宏さんはお逢いしたことがないので、お逢いしたい。でも、だからした番組なので呆れて帰られ

るんじゃない!? (チキチキの) 岩見さんのお母さんが一番スペシャルゲストかもよ!

——最後にリスナーへメッセージをお願いします。

今後もそんなに成長することなく、だからだと低空飛行で番組は続きますけど、良ければ未永く聴いて下さい。『メッセージ来てないです』と言われることがあるので(笑)、出来ればメッセージ送つて下さい!後は、ひとりでのオープニングトークが下手くそなのと、エンディングの締め方が下手くそなのが、聴きどころです(笑)。

『ナジャ・グランディーバのレッツゴーフライデー』(毎週金曜日 18:00-20:00) 出演:ナジャ・グランディーバ チキチキジョニー

「よもやま話」「うだ話」など、雑談力だけで日本民間放送連盟賞全国大会の生ワイド番組部門優秀賞を獲得したナジャが、今年のナイターオフも、そこそこの力でしんどいしんどい言いながらも喋ります。メッセージはnaja@mbs1179.comまで。



# 素人のおっさんなりに 全力のサボりゼロで 頑張ります。

——今シーズンでシーズン3を迎えられていますが、最初にお話があった時は、どう思われましたか？

中西 僕は芸人さんやタレントさんやアナウンサーさんでは無くて、素養が無い普通のおっさんやのに、ラジオなんてありがたいなと想いましたね。それも『中西正男のエライすんまへん』とタイトルに自分の名前まで付けてもらっていますから。ありがたさしかありません。今に至るまで全く慣れていません。けれど、本当にありがたいことです。僕の属性はと言うと、井上公造さんの事務所にいる芸能記者なのですが、旧態依然の紋切り型で芸能を語る芸能レポーターからは脱却しないといけないとは考えていました。それが事務所のプラスにもなりますから。『俳優のKと歌手のYが付き合っています！あつ言っちゃいけない！』みたいなのは叩き潰そう

と。この人ほんまに思っている事をしゃべっているなと感じてもらわなといけません。本音と本気を見せないと意味ないので、出力高く情報を出して、それを美味しく頂いてもらいたい。どうしても醜聞裏ネタを求められるイメージですけど、通り一遍の話はしませんし、薄くもせず、濃くもせず話していきたいなと。

——実際に番組を始めてみての手応えはいかがでしたでしょうか？

中西 気が付くと門外漢なのに週に4つもラジオでしゃべらしてもらっているんです。でも、『エライすんまへん』の疲れ方と背負い方は他の番組とは全然違います。毎回しんどいですよ。着ている服ひとつ取っても、他の番組よりも、この番組は座長というか、ちゃんとした服を着ていないと(番組スタッフ)みんなに恥をかかせてしまいますから。他の番組に出た時とは疲れが違います。

言うならば『オールスター戦』に出させてもらっている。プロ野球選手みんなバットで打っている中、自分



田口万莉

ひとりグラウンド整備のトンボで打っている。非プロ野球選手ではありませうけど、来て頂いた方には、素人のおっさんなりに全力で頑張つてサボりゼロにしたいですから。

——『中西正男のエライすんまへん』というタイトルは特徴的ですが、どのように決められたのでしょうか？

中西 『ありがとう浜村淳です』。『こんなわコンちゃんお昼ですよ！』。『ごめんやす馬場章夫です』という挨拶から入る番組名が多いというのがあって、梨本勝さんの『恐縮です』じゃないですけど、『エライすんまへん』も下からであり、慇懃無礼でもあり、よう出来るなところ。ギャグやないですけど、色々なところで言っていたら、ラジオ番組タイトルにも、とスタッフの方が言うて下さって繋がりました。普段から言いますからね。今もよう普通に言っていますけど、それだけで番組宣伝にも繋がりますから(笑)。それに記者というのは人の話を聞くのが仕事ですけど、へりくだつてもいけないし、居丈高になつてもいけないし、後付けやないですけど、番組タイトルに自らの立ち位置を引っ張つてもらっていますね。

——もしも御自身を漢字一文字で

す。でも、ここをゴールだと思わず、(番組スタッフに)この船に乗って良かったなと思つてもらえる目的に行けるようにしたいですね。こんなエエ航路を下さつた人たちに對して、単なる思い出作りの航路になつてしまつてはいけません。

——リスナーからの反響は、どのよう

うに受け止められていますか？

中西 日本料理ナイズしていないタイ料理やのに、よう食べて下さっているなと。(2025年度のMB Sラジオまつりも)『エライすんまへん』としては初めてのテントで、初めてのステージでしたけど、すずなりのお客さんで、それもみなさん

## 中西正男



表すならば、いかがでしょうか？

中西 人ですかね。芸人さんは超人やと思つているので、僕はひとりの人としての形をしゃべらしてもらつています。人は芸人さんが言うところの人という意味合いもあつて、人としての人が、僕の唯一のラジオにおける商品なのか。カスカスに干上がらないようにがんばらなアカンので。

——番組パートナーの田口万莉さんからみた中西さんは、どんな方でしょうか？

田口 出逢つてから長いですが、今もどんな人か答えられないです。掴めないです。全くわからない人ですね。人情があつて、気遣いがあつて、しっかりとした人なのに変な人というか。なので、語る事が出来ないうです。逆にずっと新鮮ですね。こんな人に出逢つた事が無いのですから。突然、首辺りを噛まれるみたいな事もありますけどね(笑)。

——初めて一緒に立たれた『中西正男のエライすんまへん』でのラジオまつりステージは、いかがだったのでしょうか？

田口 中西さんって人を喜ばそうとするギアが凄いですよ。考えるパワーも凄いですし、しっかりと感じ取つて頑張らないといけないと思

『エライすんまへん』を聴いてくれていて。今までもラジオまつりには出させてもらっていましたが、全く違いました。お客さんが中西正男の味を求めて来てくれていて。これからの自分の城をより築かないといけないと思つています。

——番組を背負うという事への意識が非常に強いんですね。

中西 僕は素人という意識が強いんです。プロのしゃべり手として成り上がったわけじゃないので。プロ野球で言うところ、プロ野球選手では無く、どちらかというとグラウンドを整備している側なんです。それなのにラジオまつりというプロ野球で

いました。こっちが何も出来なくても引き取つて上手くやってくれるので、本当に頼もしいです。

——中西さんを漢字一文字で表すならば、どんな漢字になりますか？

田口 毒ですかね(笑)。

——最後にリスナーへメッセージをお願いします。

中西 僕はひねくれて入り組んだ精神構造ではありますけど、超人では無くて普通の人というのが、自分のアドバンテージだと思つています。バラ色の人ではないのと想つてますし、上手くいかないのも普通だと捉えています。そんな中にも妙味はありますからね。なので、自らささくれ立たずに良い良う生きてたら面白い事が増えるんじゃないかと。大言壮語じゃないですけど、超人じゃない僕が言うと言得力があるかなと。そういうリアルを言わしてもらつて、お口に合う人がいたら聴いてもらえたら嬉しいですね。

田口 この番組自体が芸能ニュースのイメージあるかもしれないですけど、本当にそうじゃない面白い内容なんです。中西さんのヘンテコをたくさんの人に聴いて欲しいですし、みなさんの好きなところもそこだと思つています。様々なジャンルがいつぱい詰まっていますし、中西さんという人としてのリアルを聴いて頂ける番組になっています！



『中西正男のエライすんまへん』(毎週火曜日 18:00-20:00) 出演：中西正男 田口万莉  
通り一遍の芸能情報や下品な話は致しません。数千組の芸能人を取材し、丸裸にしてきた  
芸能記者・中西正男が、「正味の話」を赤裸々にさらけ出します。平日の夜に味がよ〜うしゅんだラジオの  
シーズン3でございまして、色々な意味で先に言っておきます。エライすんまへん…。

## ナイターオフ番組



アナウンサー歴33年の武川智美が  
“言葉の力”で世の中を斬るしゃべくりラジオ、2クール目に突入!  
納得いかない出来事から、ちょっと笑える世間話まで——  
「言いたいことはキッチリ言わせて頂きます!」をモットーに、  
研ぎ澄まされた“武川節”をお届けします。

トークでパンチ!VS武川 (毎週木曜 18:00~20:00)

出演: 武川智美 (MBS アナウンサー)、週替わりゲスト

## コメント

**Q: シーズン2を迎えましたが、振り返ってみていかがでしょうか?**

タイトルからして私の気の強さが出ている感じがしますが(笑)、シーズン1ではゲストは基本的に「初めまして」の方を中心に来ていただいたので、もう必死でした。毎週が特番!という感じ。一流の芸人さんからいろんな笑いをみせていただけたのは勉強になりました。私の中の宝物です。

**Q: 番組を進める上で、メインパーソナリティとして常に心がけていることは?**

一番は「リスナーのみなさんはこのゲストからどんな話が聞きたいか?」ということです。「アッってホンマですか?」とか「あの時はどういう気持ちでしたか?」とか。

次に、その既定路線から外れることです。いわゆるその時のハプニング。その日、その時間、そのタイミングだからこそ起こったハプニングはトークの醍醐味だと思います。だから「vs武川」ではコーナーも臨機応変。面白かったらコーナー飛ばして話を続けることもあるんです。私、基本的に元に戻さないで(笑)

**Q: 鋭い本音トークが醍醐味ですが、これまでゲストから「怒られた」エピソードはありますか?**

怒られたことはありませんが…。ブラックマヨネーズの小杉さんのトークライブを観に行った話をしたときに私が「おもしろかった」と言わなかったため、小杉さんから「智姐は出禁(出入り禁止)にします!」と言われました。楽しかったんですよ。でも「おもしろい」とは違ったんですよ(笑) ちなみにそのOAを聴いてくれていたCOWCOW多田さんからも出禁くらってます(笑)



**Q: 最近『パンチが効いている』と感じた出来事を教えてください。**

息子のお弁当を作るために朝5時半に起きるつもりが、2度寝してしまっただけ。パンチが効きすぎて、ショックで頭が回らない中、なんとか起き上がりお弁当を作りました。

**Q: 最後にリスナーへメッセージをお願いします。**

自分が楽しまなければリスナーのみなさんに楽しさなんか伝わらないと思っています。だから私はよく笑う。正直じゃないとちゃんと伝わらないと思うから悲しければOA中でもしっかり泣く。

裸の武川が喋っているけど肝心のところはしっかり隠す…(笑) 皆さんと一緒に笑ったり涙したりできる番組にしたいと思っています。

ぜひ、応援してくださいね!

## ナイターオフ番組



友近と上田茉莉アナウンサーが、ゆる〜く、ゆったり、楽しく語り合うトークバラエティ!世の中の“謎ランキング”にツッコミを入れたり、昭和と平成の世代ギャップを本音で語ったりと、多彩な企画でお届けします。さらに、上田アナウンサーが友近におすすめの作品をプレゼンするコーナーも登場。笑いと共に、そしてちょっぴり懐かしさがぎゅっと詰まった——笑顔で帰れる“おかえりトークショー”です!

友近のおかえりなさい (毎週水曜 18:00~20:00)

出演: 友近、上田茉莉 (MBS アナウンサー)

## コメント

**Q: まず、MBSラジオの番組としては16年ぶりに始まった新番組への感想をお願いします。**

結構経っているとは思っていましたが、16年とは思いませんでしたので、とても新鮮です。ラジオは、決められた時間では話せない本音や考え方をしゃべれて、リスナーさんにも共感してもらえて、距離も近くなるので嬉しいです。

**Q: 今までご出演されたMBSラジオの番組内で覚えている出来事はありますか?**

番組でも話していますが、受刑者の方からファンレターを多くもらったのが、とても印象的です。今の50代の私ならば、まだわかりませんが、当時20代の私の番組に何故メッセージをくれたのかは不思議です。ただ、当時の自分も今の自分も何も変わっていないので、リスナーの方が私の本質を見抜いてくれたのかもしれない。(そもそも本質ってなんやねんって話なんですけどね(笑))リスナーの方からのリクエストソングを歌うコーナーで、受刑者の奥様の好きな歌を歌って喜んでくださったのは今でも覚えています。

**Q: この番組では上田茉莉アナウンサーがパートナーですが、そのあたりはいかがでしょう?**

ひとりしゃべりは自由で楽しいんですが、2人いるほうが話が膨らむし、正直楽です。普段もピン芸人として1人でネタをやっているのですが、緊張感はユニットコントをやる時よりもありますし、プレッシャーもあるので平常心をコントロールするのは大変です。でも性格的に1人でネタをするほうが向いていると思うんですけど(どっちやねん(笑))

**Q: 入社1年目の上田アナとのジェネレーションギャップは感じますか?**

こちらから、一番若いアナウンサーの方とMBSラジオにお願いしていましたが、今はジェネレーションギャップを面白がっています。(上田アナは)本当に怖いもの知らずというか、度胸があると思います。今は感覚もルールも変わってきていますからね。それに何よりも(上田アナは)楽しいですし、頼もしいですよ。

**Q: 今後、番組で企画してみたいことはありますか?**

上田さんが色々なゲストの方と接して、どうなるかを客観的にみてみたいですね。私は小さな子供を観察するのがすごく好きで、おもしろい子供ってたくさんいるのでいつか子供と一緒にラジオをしたいと思っています。

**Q: 最後にリスナーへメッセージをお願いします。**

私たちふたりのチグハグしているジェネレーションギャップを聴いてもらうのも面白いと思います。後は日常で起きたことが好きなので、思いついたままを楽しんでしゃべりたいです。リスナーの方に、私もそう思ったと感じて頂きながら、気を張らずに聴いて欲しいですね。変わったことをしようとは特に思っていないですし、特にラジオは日常の話をどれだけ広げてしゃべることができるかは大事だと思っているので。とにかくリスナーの方が気軽に参加できるラジオにしていきたいです。





**10〜11更新**

**上泉雄一のええなあ!**  
MBSアナウンサー上泉雄一が、数量政策学者の高橋洋一、ジャーナリストの須田慎一郎、MBSラジオニュース解説者の石田英司らと、月〜金、朝6時〜8時にMBSラジオで生放送。Podcast版はニュース部分のみ配信。

**毎週更新**

**AマッソのMBSヤングタウン**  
大阪出身で小学校からの幼馴染コンビAマッソの元気ハツラツ 加納と愛嬌担当 むらきやみによるチョケベラ番組。

**毎週更新**

**カベポスターのMBSヤングタウン**  
「MBSヤングタウンNEXT」から初の本家「ヤングタウン」に昇格!落ち着いた喋り口と、熱い情熱を秘めた2人が“新ヤンタン”を盛り上げます。

**月〜金更新**

**メッセンジャーあいはらのYouはこれから!Everyday**  
「朝・昼・晩」いつ聞いても面白いラジオをコンセプトに、毎日違ったテーマでバラエティ番組をお届けします。You(リスナー)のこれからを応援し、番組を聴いて笑って、今日と、明日を乗り越える活力になるようなラジオ!

**毎週金7時頃更新**

**内田樹 西靖の「縁側ラジオ」**  
知の伝道師・内田樹氏と西靖アナウンサーが、時事を、生活を、人生を、しみじみと語る。ゆるくて鋭い「えんがわ系」ポッドキャスト。

**10〜11更新**

**ヤマヒロのぴかッとモーニング**  
ヤマヒロの魅力的なキャラクターと人生経験と視点を活かした深いトーク、また毎日異なるテーマに触れてもらうことで、日常の中に隠れた“幸せ”を“ぴかッと”引き出すハートフルな番組。

**毎週更新**

**田辺青蛙の奇妙探求**  
ホラー作家・田辺青蛙が怪談・オカルト・都市伝説など、世の中に溢れる様々な奇妙なものたちを好奇心の赴くままに探っていくPodcast番組。

**毎週更新**

**オーイシマサヨシのMBSヤングタウン**  
オーイシマサヨシとXのみなさん、YouTubeのみなさん、リスナーのみなさんでつくるラジオ番組です。

**毎週木8時配信**

**武川智美のハミダシ**  
MBSアナウンサーの武川智美とモチャのPodcast番組。普通なんかじゃつまらない!と思って過ごしているハミ団なあなたと私の“ハミダシ時間”をシェアしよう。

**毎週日20時更新**

**ヤバイTシャツ屋さんのA Music Chance**  
ヤバイTシャツ屋さん3人をMCに迎えて、音楽の話をベースに、ヤバイTシャツ屋さんやゲストのパーソナルな側面を深掘り、トークに花が咲くコーナー展開で、音楽とトークを楽しむバラエティ番組。

**毎週更新**

**NMB48のTEPPENラジオ**  
大阪・難波のNMB48から、わかぼんこと安部若菜ちゃんがNMBのメンバーをゲストに招いてアイドルの「てっぺん」を目指すために15分間のトークを繰り広げます!

**第1〜第3月18時頃更新**

**予備校講師 村瀬哲史のナニワ地理学**  
～関西不動産情報センター KRIC presents～  
ナニワの地理博士こと村瀬哲史が、関西を中心に様々な街を訪ねる知的探求型・街歩きPodcastショーです!

**毎週更新**

**ラランドニシダの実家には帰らない**  
30歳を過ぎても実家の両親と不仲なラランドニシダ。そんなニシダが大阪で理想の家族を作ることを目指す番組。

**毎週更新**

**松原タニシの恐怖味津々**  
事故物件住みます芸人松原タニシが「恐怖」をテーマに各界で活躍する人々にインタビューする対談番組。

**毎週更新**

**ナジャ・グランディーバのレツゴーチャンネル**  
「よもやま話」「うだ話」で日本民間放送連盟賞全国大会の生ワイド番組部門優秀賞を獲得したナジャ・グランディーバ。雑談一本勝負をテーマにチキチキジョニーと共に送ります。

**毎週更新**

**ごぶごぶラジオ**  
浜田雅功と出演者とスタッフ、そしてリスナーが、上下関係なく五分五分の立場で作り上げるラジオ番組です。

**毎週火更新**

**ミドルの花園**  
関西色強めのナイスミドルな仲よし3人組が、あだこうだと話し込む、自由で明るいテラス席。ようこそ「ミドルの花園」へ。

**毎週月8時頃更新**

**こんな本、どうですか?**  
文芸評論家の三宅香帆とライターの谷頭和希が、新刊本のアイデアをご提案するポッドキャスト番組。

**毎週更新**

**「松井愛のすこ〜し愛して♡MORE withミッツ・マングループ」**  
第二の人生に向けて歩み出した松井愛が、ミッツ・マングループとともに新たな「好き」や「楽しい」を見つけていく2時間。日々の生活に役立つ情報はもちろん、心地よい音楽と飾らない本音トークで聞けばあなたの心に「効く」。午後のひとときに愛と彩りをプラス。

**月〜木更新**

**竹内弘一のニュースありっただけ!!**  
政治、経済、事件、事故…あらゆる現場取材してきた“雑草系ジャーナリスト”竹内弘一が、ありっただけの情報をありっただけの思いで、でもちよっとゆるめに語ります!

**毎週更新**

**伊原六花のMBSヤングタウン**  
ヤンタンの歴史上初めて女性1人っきりで担当!地元・大阪MBSから等身大の「浪花っ子」トークで伊原六花の魅力を爆発させる番組です。

**毎週更新**

**錦笑亭満堂・福島のおぶひろのMBSヤングタウンPodcast**  
漫才コンビ「ヤングタウン」としても2023年M-1グランプリ準々決勝進出した二人が、居酒屋での打ち上げを前提として、毎週、余りあるお笑い愛と、数知れぬ失敗談を語り尽くす番組。

**不定期更新**

**石井亮次と福島暢啓のフダンギダンギ。**  
「ゴゴスマ」のMCをつとめる元CBCアナウンサーの石井亮次と、MBSラジオ「福島のおぶひろのサタデーモーニングリゾート」パーソナリティ・福島暢啓アナウンサーが不定期に集まってのんびり話す「フダンギダンギ」。

**毎週更新**

**トキトキトーク**  
ダウ90000連見翔×トキの人による聴けば視野が広がるファミレストーク。そのジャンルで注目を集める今旬な人の視点でただの雑談も切り口が変わって思わぬ発見に!

新番組



サントリーサンパーズ大阪・高橋塁選手が初のメインパーソナリティを務めるラジオ番組。バレーボールの話題・チームの話にとどまらず、高橋選手の日々の出来事など多彩なトークを発信中!高橋選手の部屋に、まさに遊びに来た気持ちでお聴きください。

高橋塁の Rui's Room (毎週月曜 25:05 ~25:35)  
出演: 高橋塁 (サントリーサンパーズ大阪)

コメント

**Q:まずは、2025年11月から始まった新番組への意気込みをお願いします!**  
(2025年の)夏にMBSラジオで特番収録をした時に『今後もラジオをやりたいです!』とお伝えしたんですが、こんなに早いタイミングで新番組が決まるとは思っておらず…本当に毎回ワクワクしています!元々、しゃべるのが大好きですし、現役中であり、それもSVリーグのシーズン中に番組を担当するのは珍しいですよ。現役選手が番組を担当されても、大体はシーズンオフですしね。僕は家にいる感覚で緩くしゃべりたいですし、ファンクラブもやっていないので、この番組でファンの方と繋がりたいです!YouTubeは今までもやっていましたが、ラジオは声だけで伝えますから、全然違いますし、自分の声は評判良いですから(笑)。自分の語彙力も鍛えられるかなと考えています。

**Q:ラジオの原体験を教えてください。**  
小さい頃、親の車の中で流れていて、音楽が流れている、みたいなイメージでした。特によく聴いていたラジオ番組も無いのですが、逆にラジオを知らないまま、自分のラジオを始められたのは何にも影響されないで良いのかなと。あとは、『こんばんは!』とメールが来て、『こんばんは!』で返事するイメージです(笑)。自分のことを何も知らず、ラジオを聴いて、声を気に入ってくれて、この人は誰だろうと調べてくれたら嬉しいですね。

**Q:今後やってみたい企画はありますか?**  
誰をゲストに呼ぼうかなどは考えていて、(弟の)藍はもちろんですが、今まで(メディアに)出演したことがない妹とか、地元京都の友達とかを呼びたいですね。番組のタイトル通りに、自分の家の部屋に誰かが遊びに来ている感覚でしゃべりたいので。あっ、新番組が決まった時に、バレー好きの平野ノラさんから速攻で連絡を頂いたので、ノラさんには是非とも出て頂きたいです!それと公開収録もやってみたいですね。その時はリスナーの方にも番組に出て欲しいです。どういう風に自分を知って、どういう風に自分を応援してくれているかを知るのは好きなので、そんな話をしたいです。あと、この番組は収録番組ですが、生放送でもやってみたいですね!放送時間は普段は寝ている時間ですけど、シーズンオフの時ならば出来ると思います!

**Q:『高橋塁のRui's Room』というタイトルに込められた思いは、いかがですか?**  
スタッフの方から頂いたタイトルなのですが、『バレーボール』という言葉タイトルに入れちゃうと、バレーの話ばかりのイメージになるかなどは考えていたんです。なので、このタイトルだと、家にいる感覚の緩い話からバレーの真面目な話まで色々出来るので良いですよ。何よりもわかりやすいタイトルですし、引退した後もし生続けたいと思っている番組ですから!

**Q:最後にリスナーへメッセージをお願いします。**  
地元関西から盛り上げていきたい気持ちがありますし、憂鬱な月曜の夜に聴いてもらって、また今週も明日からがんばろうと思って欲しいですね。まずは深夜なので、自分の声を聴いてから寝ようと思ってもらえたら!

取材:鈴木淳史



# イベント情報

2/12(木)

## 『MBSラジオ「Novel Coreの独創フライデー」感謝祭』



MBSラジオにて大好評放送中の「Novel Coreの独創フライデー」(毎週金曜20:00~20:55、2026年3月までの期間限定)番組4年目を記念して、2月12日(木)にイベントの開催が決定! ゲストには、5人組ダンス&ボーカルグループDa-iCEのリーダー兼パフォーマー工藤大輝の双子の兄(?)であるシンガーソングライター「claquepot」が登場! 番組同様、Novel Coreが一夜限りの特別な時間を独創(独走)的に盛り上げます!! ぜひ会場へお越しください!

【日時】2026年2月12日(木)開場18:00/開演18:30

【会場】BIGCAT

【出演】Novel Core

【ゲスト】claquepot

【料金】全自由 6,000円(整理番号あり)

学割 5,000円(整理番号あり・入場時に学生証の提示必須)

※いずれもご入場の際、別途ドリンク代(600円)が必要。



3/14(土)

## 『MBSアナウンサー コトノハ ものがたりの世界2026』



MBSアナウンサーによる朗読イベントは、1995年に始まりました。作品選びから出演までアナウンサーが手がける手作りのイベントです。「コトノハ」とは、古くは古今和歌集に出てくる「言の葉」ということば。『人の心が種となり、万の「言の葉」となったものが和歌である』と使われています。私たちの「コトノハ」によって、お客さまに笑い、泣き、驚きが伝わる「ものがたりの世界」を作り上げていきます。

【日時】2026年3月14日(土)

昼:13:30開場/14:00開演

夕:17:30開場/18:00開演 ※昼・夕公演の演目は異なります。

【会場】豊中市立文化芸術センター大ホール

【料金】昼公演:大人2,500円(全席指定・税込)

子ども(中学生以下)500円(全席指定・税込)

夕公演:2,500円(全席指定・税込)



THANKS YOU!! 15周年ありがとう!

あなたが出会った声が、心に残る記憶へと変わっていく。そんな体験を、これからも、いつまでも。

全国の民放全99局とNHKのラジオとポッドキャストを聴くことができるアプリです。ライフスタイルに合わせて、日常のさまざまなシーンで音声コンテンツを聴くことができます。今日からラジオのある生活をはじめましょう!

radiko15周年  
特設サイト



アプリのダウンロードは  
こちらから



MBSラジオ TIME TABLE 2026年1・2・3月号

発行/MBSラジオ  
編集/MBSラジオ編成局  
企画/内田公幸 三木杏珠  
デザイン/森下枝里子 片山夕希(MBS企画)  
撮影/内 絵里  
取材・文/鈴木淳史  
印刷/奥野印刷

MBSラジオ  
〒530-8304 大阪市北区茶屋町17番1号  
TEL 06-6359-1123(代)  
※本記事、写真等の無断転載・無断使用を  
固く禁じます。

Mobility That Powers  
Business and Life !



モビリティを通じて自然環境を守り、安全でサステナブルな社会づくりに取り組み、地域と共に歩み続けます。

Through mobility, we protect the natural environment and strive to build a safe and sustainable society, advancing together with our community.



## 特別番組放送のお知らせ

【放送時間】

2月1日(日) 20:00~20:30

3月1日(日) 20:00~20:30

【番組内容】

SKE48鎌田菜月・都市ジャーナリスト谷頭和希  
注目を集める2人と一緒に  
サーキュラーエコノミーと  
ネイチャーポジティブを楽しく学ぶ30分番組♪  
未来がちょっと好きになるヒント満載!



SKE48  
鎌田菜月  
© 2025 Zest, Inc.

都市ジャーナリスト  
谷頭和希

トヨタレンタリース大阪

Main program grid with columns for days of the week (MON-SUN) and rows for time slots (5:30-5:50, 6:00-6:50, etc.). Includes programs like 'Morning Market', 'Yamashiro's Picnic and Morning', and 'Message Ai-hara's You are here! Everyday'.

Grid of smaller program segments including '池内ヨシカツ our sound', '竹内弘一のあったけ!!', 'Mラジオ 村瀬智史', and various sports and entertainment segments.

Footer section containing 'radiko' logo, 'MBS ラジオ 放送エリア内データ' (Broadcast Area Data) with population and listener statistics, and a map of the broadcast area.