

TBS  
ラジオ  
プレス

ラジオで嘘は言わない





ラジオパーソナリティはニコルさんの  
念願だったそうですね。

ニコル そうなんです。「ラジオやりたい」っ  
て、まわりの人に言いきくって、どうにか叶  
えてもらえました。テレビのバラエティ番  
組とかでしゃべることはあっても、ラジオ  
はまったくの初心者だったので、もともと  
私のペースでイベントでMCをやっていた



ただいたりして、仲良かった  
タイムマシン3号のお二人に  
アシスタントをお願いしたんです。

山本 そこまでどこか、  
全然忙しくなかった。

関 正直、暇でした。  
山本 仕事の質も今とは  
違って、テレビのバラエティ  
に出ることもそれほど多く  
なかったし、番組をやって  
いる間も、ほかの現場でに  
るんに会うことほとんどな  
かったよね。

ニコル それがこの1年ぐらいで  
急に会うことが多くなって。  
関 最初にテレビ局でこるんに会  
えたときは感動したな。

山本 「そりゃ、するだろう」とか言ってね。  
ニコル この5年間で、お互いのいろんな  
歴史を見てきたな。

ニコルさんは、なぜラジオをやりたいかっ  
たんですか？

ニコル いろんな芸能人の方が、ラジオで  
本音を話したり、ときには愚痴を言ったり  
していることがうらやましくて、私もそう  
やってしゃべる場がほしかったんです。S  
NSだと、私に興味ない人とかにもすぐに

届いて、わかって言われちゃったりしてた  
から。思っていることを自分の言葉でちゃ  
んと伝える場がほしかった。

山本 僕らも最初は、キラキラしたモデルさ  
んのラジオをやるんだなっていうイメージ  
を勝手に持っていたんですけど、いざ番組が  
始まってみると、どうやらこるんはキラキ  
ラをやりたいわけじゃないぞって気づいて。  
ニコル 全然やりたくない(笑)。キラキラ  
どころか、イライラを発散させることが  
多かったよね、とくに最初のほうは。私のア  
ンチに電話したこともあったし、ネットの  
記事に書かれたことに対して怒ったり、ネッ  
トニュースの記者を呼んだこともあったよね。

山本 あった！ 面と向かって「なんでこ  
んなこと書くんだ」って問い詰めた。  
関 そういう本音を出せるのがラジオだね。  
ニコル でも、ネットじゃ伝わらないから  
ラジオはじめたのに、今度はラジオでしゃ  
べったことがネットニュースになっちゃって。  
関 この番組はけっこうネットニュースに  
なっていたよ。

ニコル しかも、それでちゃんと炎上するん  
だよ(笑)。今までは私がどんなにイライラし  
たりしても、二人が隣にいて、笑  
いにしたり柔  
らかくしてく  
れてたけど、  
これからは私  
一人だから、  
延々と燃え続

「ニコル」思っていることを自分の言葉でちゃんと伝える場がほしかった」



# 藤田ニコルの ニコニチ

毎週土曜日の19時に放送されていた『藤田ニコルのあしたはにちようび』がリニューアル。2020年1月に放送が  
始まり、6年目を迎える節目に、初回からアシスタントを務めてきたタイムマシン3号が番組を卒業。そして、  
2025年1月からは、新番組『藤田ニコルのニコニチ』として、藤田ニコルさんが一人でパーソナリティを務めます。  
3人で集まるのも残りわずかとなったTBSラジオのスタジオで、番組の思い出と現在の心境を語り合ってもらいました。

# タイムマシン3号(山本浩司・関太)×藤田ニコル



「ニコル」ラジオを聴けば私の生活が想像できると思っ  
づかされました。初回のオープニングト  
クなんて15秒くらいしかもたなくて。自分  
から「ラジオやりたい」って言ったのに、あ  
まりのなさなさに落ち込みましたね。  
関 オープニングトークは僕らが入らず、  
にこるんの一人しゃべりだから。  
ニコル そう、私はいつも誰かとおしゃべ  
りしてたんだって、改めて思った。  
山本 一人でしゃべるって、だいぶ特殊な  
ことだからね。  
ニコル でもこれからはずっと一人なんだ  
よ。二人がいなくなるこの不安は正直ある。  
関 さすがにもう大丈夫でしょう。  
山本 愚痴とか不満があったほうが、オー  
プニングトークは長くなるよね。  
ニコル そうなの。だから最近は充実し  
ぎていて、平和なことしか起きてないから、  
それも不安。平和だと話すことないんだよ。  
つまらない。  
関 いいことじゃない(笑)。  
山本 いっそラジオのために、結婚式を毎  
週やっちゃおうとか。  
関 いや、それパンサー向井の捧げ方だから！  
山本 ラジオに人生を捧げる人ね。  
ニコル ゲストが来れば、なんとかなるかな。  
山本 でも、にこるんは人見知りなんだよね。  
これまでもゲストが来ることはあったけど、  
すぐに助けを求めてきた。  
ニコル マジ頼りまくってた。最強のアシ  
スタントがいることに、慣れすぎちゃったな。  
関 最初の頃はそうだったとしても、3年

ける可能性があるよ。

山本 そういうストッパーの役割はあった  
のかな。でも、笑いにしたりすることが、す  
べてよかったわけではないと今では思っ  
ているんだよね。前に番組で選挙の話になっ  
たじゃない。そのときに、僕らが途中で  
「まあまあ」って止めちゃったんだけど、あ  
そこでもっと熱く話して続ければ、新し  
い藤田ニコルが見られたかもしれないのに  
なって、反省してる。

関 あれは本当に出馬するくらいの勢い  
だったよ。  
ニコル しないから！  
山本 だから、なんでも茶化していいわけ  
じゃないんだよね。

関 むしろファンの人たちは、にこるんの  
そういう真剣な話を聴きたいのかもしれない。  
ニコル でも、そのときのリアルな感情を吐  
き出すっていうのは、これからも変わらずやっ  
ていくよ。番組名がかわいい感じだから、そ  
れで勘違いしてる人が多いと思うけど(笑)。

## ずっと3人の番組だと 思ってたよ

——ラジオでしゃべることは、すぐに慣れ  
ましたか？  
ニコル もともとおしゃべりは好きだし、  
バラエティでもなんとなくうまくはできて  
いると思ってたんですけど、ラジオをやっ  
てから、自分が全然しゃべれないことに気

目くらいからはだいぶ安心だったよ。6年  
目を迎えて僕は卒業するけど、巢立つの  
が遅かったくらい。  
ニコル でも本当に二人には甘えてたなっ  
て思う。有吉(弘行)さんが、二人に「いつま  
でアシスタントやってんだ」って言ってた  
のを聞いて、「たしかにそうだよ」って思っ  
たもん。もちろん、私としては、ずっと3人  
の番組だと思ってたよ。タイムマシー  
ン3号のファンもいるし、いいバランスだっ  
たと思ってるよ。

山本 いいリスナーさんばかりだったよな。  
本気でにこるんに話を聞いてほしい人たち、  
生きるために包み隠さず話してくれるような。  
ニコル マジの相談は多かったね。でも、  
どのくらいの人たちが聴いてくれてるん  
だろうっていうのは、いまだに思っちゃう。  
15人くらい？  
山本 それメールの数でしょ！ スタッフ  
さんが選んで渡してくれるメールの数が、  
リスナーの数じゃないからね！  
ニコル それはそうだけど……。  
山本 ロケで行った喫茶店の店主さんとか  
に「ラジオ聴いてます」って言われること  
もあるんだから。

ニコル 私も芸能人の方に「聴いてるよ」っ  
て言われることあるけど、超ドキッとする。  
同業者に聴かれるのはめっちゃ恥ずかしい。

## 結婚報告でフライング！

関 話す内容は、にこるんが成長していく  
のに合わせてだいぶ変わっていったけど、  
話題には事欠かなかったよね。なにせ結婚  
報告までいったわけだから。  
山本 人生の歩みを語る番組でもあったね。  
ニコル この番組をずっと聴いていれば、  
私の生活がだいたい想像できると思う。

関 昔は朝まで酒を飲んでるみたいな話も  
よくしてたけど、途中から急になくなって、  
たぶん、あのへんで付き合ひ始めたのかな  
とか(笑)。  
ニコル ラジオで嘘は言わないって決めて  
るからね。結婚報告もラジオでしたから  
から、それが叶えられてうれしかったな。  
関 でもあの結婚報告の回、にこるんが「実  
は大事な話が……」って言い出したとき、  
僕らが先に「え？ なに？ まさか結  
婚!」って言ったんだよな。

山本 匂わせも一切なかったから、まさか  
本当に結婚の報告とは思わなくて。  
ニコル でもあれでなごんだし、おもしろ  
かったよ。これからも番組でいろんな楽し  
い報告をしていきたいいな。『ニコニチ』  
が終わるって発表だけはしたくないけど！

関 そうだよ、がんばって！  
山本 僕らもいつでも遊びに行くから。

関「にこるんの真剣な話を聴きたいんだよ」

山本「人生の歩みを語る番組でもあったね」



**新番組**  
**藤田ニコルのニコニ子**  
毎週 ㊦19:00~19:30放送

出演：藤田ニコル

『藤田ニコルのあしたはちようび』からリニューアル。藤田ニコルが自身の言葉で語りかける、30分。世の中のアレコレにコメントしたり、ゲストを招いたり、リスナーの相談にのったりしながら、土曜の夜を彩ります。

# タレント プロ雀士 | 中田花奈

ラジオ、聴いてる？

第4回

乃木坂46の時に、FM FUJIでアルコ&ピースさんがパーソナリティの『沈黙の金曜日』という番組を担当させていただくことになり、アルビーさんはラジオスターらしいという噂を耳にしていたので、これは勉強しなきゃと思って、『アルコ&ピース D.C. GARAGE』を聴き始めたことをきっかけに、一気にラジオにハマりました。

ラジオが好きになってからは、ネタを送っているリスナーの職人さんのことも好きになって、自分でもメールを送るようになりました。ラジオネームは毎回変えているんですけど、『D.C.GARAGE』で読まれた時は「おいらは罵り一休」で、『うしろシティ 星のギガポディ』の時は「鳥肌大喜利一級」、どちらも「乃木坂46」と韻を踏んでいるんです。

こんなにラジオにのめり込んだのは、聴き始めた頃がアイドル活動に悩んでいた時期で、一人になる時間ができると、ネガティブなことやつらかったことを考え込んでしまう時期だったんです。そんな時に、時間を埋めてくれたのがラジオでした。笑い声や明るい声を聴いているだけで、その時だけはつらい気持ちにならないでいられるような。とくに深夜番組は、ちょうど家に一人である時間だったので、ラジオから流れてくる声に救われました。

いまはもうメンタルも安定していますが、ラジオを聴く習慣は続いています。悩みといえば、radikoのタイムフリーとエリアフリーで、いつでもどの地域の番組でも聴けるようになったおかげで、ひたすら聴きたい番組に追われていることですね(笑)。

なかだ・かな ●1994年生まれ。2011年に乃木坂46の第1期メンバーオーディションに合格。翌年選抜メンバーとしてCDデビュー。2020年グループを卒業後、2021年からはプロ雀士としても活動。赤坂で麻雀カフェ『chun.』のオーナー店長を務める。日本語ラップとラジオが好き。

# 武田砂鉄のプレ金ナイト

2020年にスタートした「アシタノカレッジ」で、金曜日のパーソナリティを担当していた武田砂鉄の冠番組として、2023年4月から始まった「武田砂鉄のプレ金ナイト」。この番組のほかに、荻上チキ司会の選挙特番への出演や、「森本毅郎・スタンバイ」「ジェーン・スー 生活は踊る」など、さまざまな番組で代打パーソナリティを務める。本業はライターでありながら、幼少期からTBSラジオのヘビースナーターでもある武田砂鉄の、ラジオに対する向き合い方とは。



## 右肩上がりの急カーブではなく、1.1倍のペースで続けていければいい

### 30年やってないと許されない番組名

「アシタノカレッジ」から独立する形で始まった『武田砂鉄のプレ金ナイト』ですが、「自身の名前が番組名につく、いわゆる冠番組です」。

子供の頃からTBSラジオをずっと聴いていた身からすると、感慨深いですよね。まさに今いるこの会議室で「本当にプレ金ナイトでいいのかわ」という話し合いをしたんですよ。「この番組名はダサイ」というのはスタッフ全員一致していて、「そのダサさをどう捉えるか」を話していました。「アシタノカレッジ」の頃から、政府が提唱した「プレミアムフライデー」のことをしつこく話していて、放送も金曜日だし、それを番組名に入れるのがいいのでは、ということこの案が出たのですが、まったくダサイだけじゃなくいかとか、慣れたらどうでもよくなるのではとか、いろんな意見が出て。いわゆるFMラジオ的な英語の番組名にしたところで、そのカッコよさが逆にダサイし、とはいえ、今の時代にAM的な感性がどれだけ通じるのかわからないところはあったんですけどね。

「生島ヒロシのおはよう定食」みたいな。そうそう。番組名から雰囲気がついてく

るような。そういう意味では、同じくらいの時期に始まった「#ふらっと」や「こねくと」とは違う方向性で、という意識もあったのかもしれない。昔のラジオ欄を見ているときの感覚を注ぎ込んだというか、「30年くらいやってる番組じゃないと許さないぞ」という番組名ではありますよね。

番組の特徴である「時流に流されないしつこさ」を体現していると思いますよ。たしかにそうですね。プレミアムフライデーについて話す人、順調にいなくなつてきてますから。

スタッフと番組の内容についての打ち合わせはするのですか？

ほぼほぼしですね。

ゲストの人選も？

ゲストは自分から提案もするし、スタッフからの提案もあるし、半々くらいでしょう。スタッフの人たちも「こういう人が合うだろう」とはわかってるので、的外れな人選にはならないですね。今は多くの番組で、パーソナリティとスタッフがLINEグループをつくって、事前に連絡を取り合っているらしいじゃないですか。あれをなくなくて、今でも僕はメールのみです。

仕事のLINEグループ、増えましたよね。

パーソナリティとスタッフって、そこまで

一致団結している必要もないと思うんですよ。ときには、その日の放送について何か言いたいスタッフもいると思いますが、全員が見ているグループLINEだと言いくかかったりもするでしょうし。別にコミュニケーションをとっていいわけじゃないですけど、LINEグループをつくるほどじゃないかなと。

終わったあとの反省会もない？

放送後は毎回YouTubeライブで配信している、TBSラジオ国会担当の澤田(大樹)記者とのアフタートークがあるので、それが終わるとぐったりしているので、番組全体の反省会もあんまりやらないですね。もともとライターとして「編集者と書き手はハグし合うような関係になる必要はない」と考えてきたので、それに近い感覚かもしれません。

## 言葉で間を埋めない、相手の言葉待つ

ライターとしても数々のインタビューをされていますが、番組のゲストコーナーでは、原稿にするときにはカットする部分もすべて放送されます。

生放送なので、こちらの質問が響かなかつたとしても、それは修正できないですからね。うまくいくときも、うまくいかないときもありますが、こちらが「うまくいかなかった」と思っていたら、聴いている人は意外とおもしろがつてくれた、というのもあるんです。もちろん、その逆もありますけど。でも、自分が本当に聞きたいことを聞いて、それで相手に響かなかつたら、それはしょうがない

と思うんです。リスナーとしては、パーソナリティが戸惑って軌道修正しようとしている様子が一番不安でしょうから。それと、多くのラジオ番組は、パーソナリティ以外にアシスタントやアナウンサーがいますよね。だからゲストを迎えたときは、その方たちがリアクションしてくれて、盛り上がるってのがいいと思います。でもこの番組は、パーソナリティとゲストの二人きりなので、その緊張感がありますよね。

ゲストを迎えるにあたって、ラジオだからこそ意識していることは？

以前、堀井美香さんから「砂鉄くんは質問がすごく端的だ」と言われたことがあるんです。質問自体が短い。そうすると、相手はすぐに応えなきゃいけないから、けっこう緊張感がある。でもそれがいいんじゃないか、みたいなことを言われて。自分としても、ただ間を埋めるだけの話はないように意識しています。ゲストが考え込んで「うーん……」となつてるときに、こちらが言葉で間を埋めるようなことはしない。相手の言葉待つ。なので、原稿にするインタビューと、ラジオでゲストと話すことは別ものだと考えてます。録音しながらのインタビューは、相手が迷いながら言葉を探したり、こちらが迷いながら質問したりして、時間をかけてあぶり出していく感じがありますけど、ラジオは時間の制限もある。それで質問が端的になつてくるのかもしれないですね。

相手のことを事前に詳しく調べておく、

という点では共通している？

そこはそうですね。よく「詳しく調べてますね」と言われますけど、ある程度の下調べは当然ですよ。いろいろな調べて、濃密な質問をしている」と感じる人もいるのかもしれないけど、むしろ「下調べしな

いって何？」という話で。

——下調べをするときは、どんなことを意識していますか？

「その人が普段しゃべっていることってなんだろう？」というのは意識します。もう聞かれ飽きているような質問をしても、せっかく来てくれた相手に対して申し訳ないから。なので、いつも聞かれているようなことを自分なりに発見して、その質問は避けつつ、違うところを引き出したい、という意識はあります。

——ゲストコーナーでは、黒沢かずこさんが出演した回(23年10月27日放送)が、とく

に印象的でした。

僕もあの回はグッときました。

——「砂鉄さんに聞きたいことがある」と言って、「本当に世の中を変えたかったら、何になるべきなんですか？」と、すごく真面目に質問したんですよ。

ああいう瞬間が訪れるのはいいですよ。あのときの黒沢さんは本当にまっすぐな感じがしました。これは黒沢さんに限らず、相手が誰であろうと、僕はほとんど笑わないんですよ。とくに意味のない、場を持たせるための笑いができない。話しくいとと思う人もいるかもしれませんが、でも、

そういう相手だからこそ、できる話もあるのかなと思います。

——ゲストの話を聞いていて、手応えやうれしさを感じるのとはどんなときですか？

こっちが「こういう感じのトークになるだろうな」と企んでいたものとまったく違うところに火が灯って、その火で焚き火しながら、火が大きくなるようなときがたまにあつて、そういう瞬間がつかれると、すごくうれしいですよ。けど、そのルートは事前に用意されたものではないわけ。いろいろなルートをどんどん試してみても、どのルートもダメだった……みたいなこ

とになる可能性もある。「安住紳一郎の日曜天国」をよく聴いているんですけど、「日曜天国」のゲストコーナーは、テーマを3つ設定しますよね。本当はそういうやり方のほうが安心して聴ける。それでいくと、自分のやり方はリスクが高い。「盛り上がらなかつたら次にいけばいい」ということがないから。本当に何も用意してないわけではなく、「この話がうまくいかなかったらこっちにいい」とくらの考えはあるんですけど、かといって「さあ、次の話題です」と、はっきり切り替えられるわけではない。だから毎回しびれるような思いはしてません。でもそれは、自分に課している緊張感ではありますね。

## 『脳盗』の二人には

### 嫌われたくない

——萩上チキさんが司会を務める選挙特番にも、2021年からずっと出演されていますね。

選挙特番は萩上チキありき、ということが大前提ですが、ラジオに限らずテレビも含め、選挙特番という存在そのものへの疑いが高まっている中で、TBSラジオはきちんとしていて、というところを見せなくてはいけないと思いつつ取り組んでいます。それはリスナーに対してではなく、

政治家に対してもそう。テレビがよくやる政治家の趣味や人柄などの情報、本当に必要ないと思っているの。

——ニュースを扱う番組でいうと、『森本毅郎・スタンバイ』や『萩上チキ・のびのび』があります。伝え方はもちろん、怒りの出し方にパーソナリティの個性が出るなど感じています。

森本さんとチキさんは毎日番組で話していて、僕は週に1回というのが大きな違いでしょうね。週に1回だと、話すテーマに対して、時間をかけて、理詰めできちんと考えたうえで話すことができる。条件反射的に伝える番組でもない。それに、僕自身ジャーナリストでもないし、ライターという中途半端とも言える立場だからこそ、言えることはあるのかもしれない。

淡々とやっていくしかない。右肩上がりの急カーブで無理に拡大させるのではなく、1.1倍くらいのペースで続けていければいいと思っています。

——数々の番組で代打パーソナリティを務めることについては？

どの番組にも、それぞれ特有の磁場のよさなものがあるので、それを感じとって、そこに馴染む、という感覚ですかね。それはライターとしていろいろな雑誌に原稿を書くときと似た感覚です。たとえば「こねくと」と『森本毅郎スタンバイ』はまったく違う磁場を持つ番組ですけど、それは文芸誌とファッション誌が違うのと同じ。僕はいろんな媒体に原稿を書いているので、書く内容やテンションを雑誌のカラーに合わせて変えるように、代打を務めるときは番組ごとに合わせていて、それが自分としてはとても楽しいです。

——では最後に、ここ最近いいなと思っている番組もしくはパーソナリティは？

それは『脳盗』のお二人ですね。

——Tainさんと玉置周啓さん。

自分が40歳を超えて、若者に嫌われたくないなんて思ったことないんですけど、あの二人には嫌われたくないなって。武田砂鉄シゲたことやってるな、って思われたくない。『脳盗』に2回ほどゲストで出演させてもらって感じたのは、二人の知識量にも圧倒されますが、それよりも感性というのかが、非常に柔軟な考え方を持っていますよね。そのうえで、自分たちが混乱しながら、なんとか言葉にしようともがいている感じがいい。芸人由来のわちゃわちゃではなく、集中力があつて濃密な感じもする。実際、彼らが話している最新のSNS事情なんかを自分がどこまで理解できて

いるかわからないですけど、その批評精神や姿勢だけでもおもしろいと感じられる。そんな彼らが若者に支持されているのだとしたら、それは希望だと思いますね。



武田砂鉄の  
ブレ金ナイト

毎週◎  
22:00~23:30放送

出演：武田砂鉄

週刊誌、文芸誌、ファッション誌など、さまざまな媒体で連載を持つライター武田砂鉄がパーソナリティを務める90分。前半はゲストとのトーク、後半はTBSラジオの澤田大樹記者と1週間のニュースを振り返る。YouTubeライブではアフタートークも配信中。



# TBS Podcast

Apple Podcast・Spotify・amazon music・Google Podcastなど  
各種Podcastサービスで楽しまし頂けます。



**pecoとJESSICA**  
peco JESSICA **毎週📻 19:00 配信**

タレントのpeco、そして4人組TikToker・YouTuber「午前0時のプリンセス」としても活動中のダンサーJESSICA。ともに29歳。彼女たちの等身大の話。

**ホウトクノート ～報道特集Editor's Note～**  
曹琴袖 山本恵里伽 **📻 17:00 配信 (不定期)**

TBSテレビで40年以上続く調査報道番組『報道特集』。取材テーマにまつわる秘話や、放送で伝えきれなかった思いを語るアフタートーク・セッション。

**大久保佳代子とらぶぶらLOVE**  
大久保佳代子 **毎週📻 17:00 配信**

佳代子の恋バナ配信中💕 人の恋バナを聞いてホルモンバランスを整える健康番組。マッチングアプリ、ヒモ男、倦怠期、遊びばれ……みんなで恋愛筋肉つけてこー！

**ジェーン・スーと堀井美香の「OVER THE SUN」**  
ジェーン・スー 堀井美香 **毎週📻 17:00 配信**

リスナーのみなさんとともに語りながら、「太陽の向こう側」を目指していきます。あなたも私も、どうぞご愛ください。

**となりの雑談**  
桜林直子 ジェーン・スー **毎週📻 20:00 配信**

テーマは特ありません。「喫茶店でたまたま隣に座った人たちの話が耳に入ってきたなあ」くらいの感じで、サクちゃん、スーさんの話を聞いてみてください。

**美輪明宏の薔薇色の人生**  
美輪明宏 **毎週📻📺📻 07:00 配信**

美輪明宏が豊富な人生経験に裏打ちされた人生訓／美意識／文化／芸術論などを、時にロマンティックに、時にお茶目に、あなたに語りかけます。

**ぜろぷりラジオ 聴くことできる～?!**  
午前0時のプリンセス **📻～📺 毎日 21:00 配信**

ジェンダーレスやミックスルーツ、プラスサイズの4人による人気クリエイターグループ「午前0時のプリンセス」が、マイノリティの悩みや問題、経験談を赤裸々トーク。

**ベビーのいる生活～迷える子育て応援Podcast～**  
育児中のパパ・ママ **毎週📻 10:00 配信**

妊娠・出産・育児のリアルな経験談が集まる匿名座談会。テーマの中心は「子育てのお悩みあるある」。一人じゃない。あなたがいつでも駆け込める場所がここに。

**東京ビジネスハブ**  
野村高文 **毎週📻 06:00 配信**

ビジネス・社会・テクノロジー・カルチャーといったトピックを取り上げ、ビジネスリーダーやプロフェッショナルの明日のヒントになる番組です。

**セイジウラク**  
澤田大樹 宮原ジェフリー **毎週📻 17:00 配信**

必ずしもタメになるわけではないけどおもしろい、趣味・道楽としての政治(あるいは世事)を、取材・リサーチの成果を織り交ぜて、マニア的な視点で語ります。

**速水健朗のこれはニュースではない**  
速水健朗 **毎週📻 18:00 配信**

イーロン・マスク、『ゴジラ-1.0』、最近読んだ本から、あつとき経験したこんなこと……。ライター・編集者の速水健朗が、時事ネタ、本、映画、音楽の話をする。

**コジ10 小島秀夫の「最高の10分間にしよう」**  
小島秀夫 宇内梨沙 **毎週📻 24:00 配信**

『メタルギア』シリーズや『DEATH STRANDING』を手がけ、世界で活躍するゲームクリエイターが今、一番自由にしゃべる番組。映画や小説、ここでしか聞けない話題も。

**田中みな実 あったかタイム**  
田中みな実 **毎週📻 19:00 配信**

リスナーと一緒に、教養・作法・趣味を身につけ、より人生を楽しく、素敵な人物になるための人間力向上トークバラエティー。毎回各界のスペシャリストをお迎えします。

**天気×エンタメ「天タメPodcast」**  
長谷部愛 **毎週📻 18:00 配信**

美術大学講師で現役の気象予報士が、漫画やアニメ、映画などエンターテインメントを天気や科学の視点から深掘り。「新たな面白い！」を発見します。

**異業種Pたちの人生エンタメ会議室**  
橋本吉史 RAMRIDER 渡辺範明 **隔週📻 17:00 配信**

ラジオ、音楽、ゲーム……普段は異なる分野で活躍する同年代プロデューサー3人が、仕事終わりに立ち寄った会議室で雑談する番組。

**真空ジェシカのラジオ父ちゃん**  
真空ジェシカ **毎週📻 19:00 配信**

ラジオを父親のように慕っていた真空ジェシカが、再びラジオにかわいがってもらえるように……そんな気持ちでお送りします。

**コサキン ポッドキャストDEファオ!**  
小堺一機 関根勲 **毎週📻 18:00 配信**

伝説の番組「コサキンDEファオ！」がPodcastで復活！「コサキン」コンビが、意味ねえ〜、ヒデ〜、くだらねえ〜を誉め言葉にトークを繰り広げます。

**大吉ポッドキャスト いったん、ここにいます!**  
博多大吉 **毎週📻 17:00 配信**

「たまむすび」水曜パートナーを11年務めた博多大吉さんが担当。ゲストは大吉さん所縁の人からラジオで働くスタッフまで！ 幅広くおしゃべりしています。

**Y2K新書**  
柚木麻子 竹中夏海 ゆっきゅん **2ndシーズン配信中**

「Y2K(2000年代)のカルチャーが大好き」という一点で繋がった小説家／振付師／DIVAの3人が、みなさんの想像を超えるドライブ感でY2K愛を語ります。

**上出遼平 NY御馳走帖**  
上出遼平 **1stシーズン配信中**

ニューヨークで忙しい日々を送る上出遼平が、一息ついて「飯を食う」瞬間を録音。人々の声、騒々しいクラクション……街の音を感じながら一人語るドキュメンタリー。

**秋田県人しか出ない**  
堀井美香 **3rdシーズン配信中**

秋田県出身の堀井美香さんが同じく秋田県出身のゲストをお招きし、秋田訛りで楽しく語らう勝手に秋田応援番組です。

**カラタチの最果てのセンセイ!**  
カラタチ **毎週📻 19:00 配信**

アイドルオタク(右・前田)と、エロゲ……もといPCゲームオタク(左・大山)が、互いに推しへの愛を語り尽くす(時に罵り合う)オタクキュレーションバラエティー。

**木村昴のケバブ箸で食う**  
木村昴 **毎週📻 20:00 配信**

「ケバブ」を「箸」で食うという異文化混合の精神で、木村昴が常識や形にとられない自由で楽しい番組をお届け！ 略称は「バブ箸」。

## TBSラジオからのお知らせ

### 11月の推薦曲



午前0時  
吉田山田

デジタルEP『家族写真』に収録。「頑張れ」とストレートに力強く繰り返す。山田が生まれ育った新宿を行き交う人に焦点を当て、“人が懸命に生きる様”を表現した人生讃歌。



吉田結成 (Gt/Vo)、山田義孝 (Vo)。2009年デビュー。13年、NHKみんなのうた「日々」で知名度を上げた。

### 12月の推薦曲



Inside you  
リアクション ザブッタ

話題のBLドラマの主題歌として書き下ろした1曲。「あなたの背中を押ししたい」というバンドの真ん中にあるメッセージを軸に、愛に溢れた未来を歌った楽曲となっている。



埼玉発3ピースロックバンド。2024年6月にベストアルバム『REACTION THE BEST』をメジャーリリース。

### 1月の推薦曲



距離ガール  
#KTCHAN

メジャーデビュー曲。好きな男の子の「理想女子」を演じるため、本性がバレないように、つつい距離を取りたがってしまう女の子の気持ちを#KTCHAN流エモエモHIPHOPで表現した。



けーていーちゃん。04年横浜生まれ。22年高校生RAP選手権で注目され地上波メディアにも進出。

## 本誌・ウェブ・番組——3つのTBSラジオプレス

TBSラジオプレスのウェブでは、本誌には載せきれなかった写真やインタビューをはじめ、ウェブ版オリジナルの記事も配信しています。さらに、本誌と連動した番組『TBSラジオプレス』も毎週(月)『こねくと』内で16:38頃から放送中。本誌・ウェブ・番組と3

つの媒体が連動してTBSラジオの情報を発信しています。感想や要望などがございましたら、こちらのアドレスまでメールをお送りください。

📧press@tbs.co.jp

## TBSラジオfam募集中

TBSラジオの情報や番組表、出演者のインタビューやコラムを掲載する本誌「TBSラジオプレス」を置いていただけるお店や会社などの、施設を募集しています。店内やロビーのマガジンラック、医院や交通機関の待合所など、お客さまや従業員の方々へのサービスにぜひご活用ください。配布場所となっていたいただいた施設は「TBSラジオfam」として登録され、毎月ご指定の住所にお届けいたします。



応募条件や応募方法につきましては、公式サイトをご確認のうえ、お申し込みください。  
最小部数は50部。3ヶ月ごとの発行となります。  
送料はこちらで負担いたします。  
🌐https://www.tbsradio.jp/233013

## 点字・拡大文字・音声コード番組表

TBSラジオでは、視覚障害のある方、弱視の方にご利用いただける「点字・拡大文字・音声コード番組表」を用意しております。ご希望の方は、郵送先を明記のうえ、メールもしくははハガキにて、お申し込みください。

メール: radio@tbs.co.jp  
ハガキ: 〒107-8066 TBSラジオ  
「点字・拡大文字・音声コード番組表」係まで  
※送料はかかりません。  
※数に限りがございますので、品切れの際はご了承ください。

## TBSラジオプレス 2025年1・2・3月号

発行/TBSラジオ  
編集長/おぐらりゅうじ  
編集/加藤 基(リトルモア)  
デザイン/山崎健太郎、中野 潤(NO DESIGN)  
撮影/南 阿沙美(藤田ニコロ×タイムマシン3号)  
加瀬健太郎(中田花奈)  
沼田 学(武田砂鉄)  
取材・文/森野広明(藤田ニコロ×タイムマシン3号)  
前田隆弘(武田砂鉄)  
印刷・製本/シナノパブリッシングプレス  
編集協力/リトルモア

TBSラジオ  
〒107-8066 東京都港区赤坂5-3-6  
TEL:03-3583-6000  
本誌記事の無断転載を禁じます。  
©TBS RADIO

月	火	水	木	金	土	日
<b>05 00</b> <b>生島ヒロシのおはよう定食&amp;一直線</b> 生島ヒロシ ニュース、スポーツ、健康、シニアライフなど、生島ヒロシがわかりやすくお伝えします	<b>06 30</b> <b>森本毅郎・スタンバイ!</b> 森本毅郎・遠藤泰子 政治・経済から生活情報まで。これを聴けば今日のニュースがわかる!	<b>07 00</b> ニュース・ズームアップ <b>08 00</b> 日本全国8時です <b>08 30</b> <b>パンサー向井の#ふらっと</b> 向井慧 ※木曜は隔週出演 コンセプトは「いつもの朝を「ワクワクする朝」に!」 聴くだけで思わず笑っちゃうバラエティエンタメプログラム	<b>09 00</b> <b>ジェーン・スー 生活は踊る</b> ジェーン・スー コラムニスト、ジェーン・スーが、生活情報や人生の知恵をリスナーと一緒にミュージックと共に綴ります <b>09 35</b> 水音スケッチ 堀井美香	<b>10 00</b> <b>こねくと</b> 石山蓮華 今日を明日にこねくとするための勇気や活力が得られる日常伴走系バラエティ	<b>05 00</b> 5時のニュース・天気予報 05 あかさか得得ショッピング 20 エンタメSaturday 佐々木舞音 30 新浜レオン 新浜レオン 新浜レオン 新浜レオン <b>06 00</b> <b>土曜朝6時 木梨の会。</b> 木梨憲武 土曜朝にお送りする明るく元気なトークバラエティ <b>07 00</b> <b>まとめて!土曜日</b> 藤森祥平・北村まあさ <b>08</b> 幅広い世代に向けて1週間の話題・出来事を「くだいて」「ほだいて」「まとめて!」 お伝えするニュース番組 45 Changeの瞬間 ~かんガバハートストーリー~ <b>09 00</b> 土曜ワイドラジオTOKYO <b>ナイツのちゃきちゃき大放送</b> ナイツ・出水麻衣 小さいお子さんからお年寄りまで楽しめる! 東京の「今」と「驚き」をぎゅぎゅ詰め込むバラエティ番組 <b>11</b> 11:24 11:49 金11:55 <b>12</b> 12:22 金12:25 12:53 13:25 13:30 13:53 <b>13 00</b> <b>井上貴博 土曜日の「あ」</b> 井上貴博 パートナー 犬山紙子 リスナーと一緒に「あ」という気づきを探していきます <b>14</b> <b>15 00</b> <b>テリー伊藤 昭和モーレツ天国</b> テリー伊藤 <b>25</b> <b>東京042 ~多摩もりあげ宣言~</b> 土屋礼央 <b>55</b> ウィークエンドネットワーク <b>16 00</b> <b>渡部絵美の住まいるハウス</b> 渡部絵美 <b>30</b> <b>工具大好き</b> 高野倉匡人・川瀬良子 <b>17 00</b> <b>要 潤のMagic Hour</b> 要 潤 <b>30</b> <b>こちらQuiz Knock放送部</b> QuizKnock・ねお <b>18 00</b> <b>司馬遼太郎短編集傑作選</b> 竹下景子 <b>30</b> <b>田中みな実 あったかタイム</b> 田中みな実 <b>19 00</b> <b>藤田ニコルのニコニチ</b> 藤田ニコル 藤田ニコルが自身の言葉で楽しい土曜の夜を演出 <b>30</b> <b>サステバ</b> 小泉今日子・大石英司・上村彩子 <b>20 00</b> <b>三丁目バス停前の珈琲店 ~金沢雅美と家族のかたち~</b> 金沢雅美 <b>30</b> <b>ダイアンのTOKYO STYLE</b> ダイアン <b>21 00</b> <b>明日へのエール</b> 西村江太郎・上杉裕子 <b>45</b> <b>エンタメ満載!ここだけの話</b> 山内あゆ・小沢光美 <b>22 00</b> <b>TALK ABOUT</b> 工藤大輝(Da-iCE)・ねお 学生たちの生の声を聞いていく <b>23</b> <b>30</b> <b>藤原竜也のラジオ</b> 藤原竜也 おやすみ前に、藤原竜也とゆるくてホットな時間を <b>24 00</b> <b>俺達には土曜日しかない</b> 綾小路 翔 <b>01 00</b> <b>エレパのケツ!</b> エレキコミック・片桐仁 ここでしか聴けない3人による軽快なトークをぜひ <b>02 00</b> <b>東京ポッド許可局</b> マキタスポーツ・ブチ龍馬・サンキューツオ モットーは「底意図をエンターテインメントに!」 <b>03 00</b> <b>さらば青春の光が TaGa, BaKa, SaWagi</b> さらば青春の光 <b>30</b> <b>ねむ子キ</b> コロコロチキチキペッパーズ <b>04 00</b> <b>Music Palette</b> 宮崎由加	<b>05 00</b> アンジェリーナ1/3 夢は口にせせば叶う!! アンジェリーナ1/3 <b>15</b> あかさか得得ショッピング <b>30</b> 桂宮治「これが宮治でございます」 <b>06 00</b> <b>こども音楽コンクール</b> <b>30</b> 小倉・IMALUのOO玉手箱 <b>45</b> 相川圭子 幸せへのメッセージ <b>55</b> ニュース <b>07 00</b> <b>石橋貴明のGATE7</b> 石橋貴明 <b>30</b> <b>石川寛 DAIRY LIFE</b> 石川寛 <b>08 00</b> <b>ONE-J</b> 本仮屋ユイカ <b>09</b> 日曜日の朝を笑顔に! JRN32局同時生放送の大型ラジオプログラム <b>10 00</b> <b>安住紳一郎の日曜天国</b> 安住紳一郎・中澤有美子 <b>11</b> 日曜午前の生放送。 メッセージ お待ちしてます! <b>55</b> のどの恋 出水麻衣 <b>12 00</b> <b>GARAGE HERO'S ~愛車のごだわり~</b> 安東弘樹 <b>30</b> <b>夢はココから!サンデー!</b> 大神いずみ/スザンヌ <b>40</b> <b>飯沼愛の「明日、恋するために…」</b> 飯沼愛 <b>13 00</b> <b>爆笑問題の日曜サンデー</b> 爆笑問題 アシスタント 山本恵里加(1~4週)・外山恵理(5週) <b>14</b> 日曜午後のお楽しみ! ラジオ版「サンデージャポン」 や競馬情報。 堂々4時間生ワイド! <b>15</b> <b>16</b> <b>16 40</b> <b>中嶋常幸のティーグラウンドへようこそ!</b> <b>17 00</b> <b>コシノジュンコMASACA</b> コシノジュンコ 第一線で活躍する人々の「まさか」な話を引き出す <b>30</b> <b>竹中直人~月夜の蟹~</b> 竹中直人 独特なゲストと独特なテンポで会話を楽しむ <b>18 00</b> <b>高嶋ちさ子 taste of the World</b> 高嶋ちさ子 <b>30</b> <b>ミラクル・サイクル・ライフ</b> 石井正則・定田智 <b>19 00</b> <b>川島明のねごと</b> 川島明 <b>20 00</b> <b>ラジオ「五等分の花嫁*」</b> 天津飯太郎 <b>25</b> ニュース <b>30</b> <b>気になる世界の身になるはなし</b> 石崎ひゅーい・まり系 <b>21 00</b> <b>中村七之助のラジオのすけ</b> 中村七之助 歌舞伎に趣味に、中村七之助がホンネで語るラジオ <b>30</b> <b>篤信彦 人生百景「志の人たち」</b> 篤信彦 ジャーナリスト篤信彦が人生観をインタビュー <b>22 00</b> <b>井上芳雄 by MYSELF</b> 井上芳雄 トークに生歌、生演奏。 賢いひとときをあなたに <b>30</b> <b>今夜は 吉永小百合です</b> 吉永小百合 日本を代表する俳優・吉永小百合の今の声が聴ける <b>23 00</b> <b>松本隆 風街ラジオ</b> 松本隆 アシスタント 竹内香苗 <b>30</b> <b>脳盗</b> TaiTan・玉置潤啓 <b>24 00</b> <b>林原めぐみのTokyo Boogie Night</b> 林原めぐみ カリスマ声優の本音トークと音楽をお送りします <b>30</b> <b>高見沢俊彦のロックばん</b> 高見沢俊彦 爆笑・暴走・爆笑のロックエンターテインメント! <b>01 00</b> <b>清塚信也 Xタイムラジオ</b> 清塚信也 ピアニスト清塚信也が自由気ままにトーク <b>30</b> <b>文化系トークラジオ~ Life</b> 偶数月最終週! 30~4:00 ※上記以外は深夜1:30~4:00放送休止 <b>04 00</b> <b>にゅーとび♪</b> おかゆ あらゆるジャンル「新譜」を中心に お送りする音楽情報番組

※2025年1月1日時点での番組表です。番組出演者、放送時間等は変更になる場合がございます。◎リニューアル番組

TBS  
ラジオ  
プレス

# TBSラジオ

FM90.5 + AM954

しつこく、  
淡々と。



# TBSラジオ

FM90.5 + AM954

