

スポット時間取表

| 年月 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 年月 | |
|-----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|---------------|--------------|----------|
| 2021年 10月 | 4・11・18・25 | 5・12・19・26 | 6・13・20・27 | 7・14・21・28 | 1・8・15・22・29 | 2・9・16・23・30 | 3・10・17・24・31 | 21年10月 | |
| 11月 | 1・8・15・22・29 | 2・9・16・23・30 | ③・10・17・24 | 4・11・18・25 | 5・12・19・26 | 6・13・20・27 | 7・14・21・28 | 11月 | |
| 12月 | 6・13・20・27 | 7・14・21・28 | 1・8・15・22・29 | 2・9・16・23・30 | 3・10・17・24・31 | 4・11・18・25 | 5・12・19・26 | 12月 | |
| 2022年 1月 | ③・10・17・24・31 | 4・11・18・25 | 5・12・19・26 | 6・13・20・27 | 7・14・21・28 | ①・8・15・22・29 | ②・9・16・23・30 | 22年 1月 | |
| 2月 | 7・14・21・28 | 1・8・15・22 | 2・9・16・23 | 3・10・17・24 | 4・11・18・25 | 5・12・19・26 | 6・13・20・27 | 2月 | |
| 3月 | 7・14・21・28 | 1・8・15・22・29 | 2・9・16・23・30 | 3・10・17・24・31 | 4・11・18・25 | 5・12・19・26 | 6・13・20・27 | 3月 | |
| 曜日 | 時分 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 時分 |
| 3 | | | | | | | | | 3 |
| C | 38 | オープニング | | | | | | | |
| | 40 | ラッキーマーケット | | | | | | | |
| | 55 | びたっ。CBC | | | | | | | |
| | 4 | TBS NEWS | | | | | TBS NEWS | TBS NEWS | 4 |
| | 30 | THE TIME' | | | | | CBCカメラボウ | 10 テレビショッピング | |
| | 20 | THE TIME. | | | | | びたっ。CBC | 25 | 40 うたなび! |
| B | 5 | THE TIME' | | | | 早朝テレビショッピング | 55 | 40 | 5 |
| | 20 | THE TIME. | | | | | 10 | テレビショッピング | |
| | 30 | | | | | まるっと！サタデー | 30 | 40 | |
| | 45 | | | | | まるっと！サタデー | 45 | 40 | |
| S | 6 | THE TIME. | | | | まるっと！サタデー | 45 | 40 | 6 |
| | 7 | THE TIME. | | | | | 30 | 40 | |
| B | 8 | ラヴィット! | | | | サタデープラス | 30 | 40 | 7 |
| | 9 | | | | | | 25 | 40 | |
| | 55 | まちイチ nice t | テレビショッピング | BACKSTAGE | 住人十色 | ブランチショッピング | 25 | 40 | 8 |
| C | 10 | | | | | | 54 | 40 | 9 |
| | 25 | ひるおび! (午前) | | | | | 25 | 40 | |
| | 20 | 3分クッキング | | | | | 54 | 40 | |
| | 30 | JNNニュース | | | | | 25 | 40 | |
| | 55 | ひるおび! (午後) | | | | | 54 | 40 | |
| S | 12 | | | | | | 25 | 40 | 10 |
| | 13 | ひるおび! (午後) | | | | | 54 | 40 | |
| B | 55 | ゴゴスマ〜GOGO! S | | | | | 54 | 40 | 11 |
| | 14 | | | | | | 24 | 40 | |
| | 15 | | | | | | 30 | 40 | |
| | 40 | ゴゴスマ〜GOGO! S | | | | | 30 | 40 | |
| | 49 | チャント! 第1部 | | | | | 40 | 40 | |
| | 30 | チャント! 第1部 | | | | | 45 | 40 | |
| | 50 | | | | | | 45 | 40 | |
| S | 16 | | | | | | 45 | 40 | 12 |
| | 17 | | | | | | 54 | 40 | |
| S | 18 | チャント! 第2部(N) | | | | | 54 | 40 | 13 |
| | 15 | チャント! 第3部 | | | | | 24 | 40 | |
| | 30 | | | | | | 54 | 40 | |
| S | 50 | | | | | | 30 | 40 | 14 |
| | 50 | | | | | | 30 | 40 | |
| S | 50 | | | | | | 30 | 40 | 15 |
| | 50 | | | | | | 30 | 40 | |
| S | 50 | | | | | | 30 | 40 | 16 |
| | 50 | | | | | | 30 | 40 | |
| S | 50 | | | | | | 30 | 40 | 17 |
| | 50 | | | | | | 30 | 40 | |
| S | 50 | | | | | | 30 | 40 | 18 |
| | 50 | | | | | | 30 | 40 | |
| S | 50 | | | | | | 30 | 40 | 19 |
| | 50 | | | | | | 30 | 40 | |

| | | | | | | | | | | | |
|-----------|-------------|---------------|-------------|---------------|---------------|---------------|----------------|-------------|---------------|-------------|-----------|
| | | | | | | | もうすぐ... | 55 | | | |
| A | 19 | アイ・アム・冒険少年 | オトラクション | 東大王 | ブレバト!! | オオカミ少年 | 炎の体育会TV | | 坂上 & 指原のつぶれない | 19 | A |
| | 20 | クイズ! THE違和感 | バナナサンド | 世界くらべてみたら | ニンゲン観察バラエティ | ザ・ベストワン | ジョブチューン〜アノ職 | バナナマンのせっかくグ | 20 | | |
| | | | 54フラッシュニュース | | | 54フラッシュニュース | 54フラッシュニュース | | | | |
| | | 57フラッシュニュース | マツコの知らない世界 | | | 57中居正広の金曜日のスマ | | | | | |
| | 21 | CDTVライブ!ライブ | | 00ワールド極限ミステリー | | | 世界ふしぎ発見! | 日曜劇場 | 21 | | |
| | | | 57フラッシュニュース | | | 天気予報 | 54天気予報 | | | | |
| 22 | 100%!アピ〜ルちゃ | 火曜ドラマ | 水曜日のダウンタウン | 櫻井・有吉THE夜会 | 金曜ドラマ | 新・情報7daysニユ | 日曜日の初耳学 | 22 | | | |
| | 57天気予報 | うまい!の極み | 天気予報 | | 54天気予報 | | 54びたっ。CBC | | | | |
| S | 23 | news23 | | | | A-Studio+ | | | 情熱大陸 | 23 | S |
| | | 56びたっ。CBC | | | 天気予報 | 30news23 | びたっ。CBC | 24 | | | |
| | | 58霜降りミキXIT | 中居大輔と夜な夜なラブ | ごぶごぶ | かまいたちの知らんけど | | 人生最高レストラン | 30BACKSTAGE | | | |
| | 24 | | | | | 15CBCニュース | 7つの海を楽しもう!世 | 24 | S☆1 | | |
| | | 44びたっ。CBC | 痛快!明石家電視台 | | | 20有吉ジャポンII ジロ | S☆1 | 30 | | | |
| | | 48それSnow Manに | | | | 50びたっ。CBC | | 50 | バース・デイ | | |
| | | | | 58ちよい足し | KAT-TUNの食宝ゲ | 55ウッチャン式 | メイプル超音楽♪ | 58 | | | |
| | 25 | 19サンドのぼんやり〜ぬT | | | | 25スーパーアニメイズム | | 20 | J-BOX | | |
| | | | | 29いろはに千鳥 | ジンギス談! | | 私が女優になる日 | 43 | 25 | CBC70周年アーカイ | |
| | | 48びたっ。CBC | | | | 58やくならマグカップも | | 55 | びたっ。CB | | |
| C | 26 | | | | | | | | イベントインフォメーシ | 26 | C |
| | | 55MUSIC B. B. | | | | | | | 15 | | |
| | 26 | | | 05この初恋はフィクション | | | ヒロシのぼっちキャンプ | 30 | CBCショッピング | | |
| | 26 | 25テレビショッピング | 38CBCショッピング | 38びたっ。CBC | CBCショッピング | 30CBCショッピング | びたっ。CBC | 48 | | | |
| | | 58CBCショッピング | | | | 00ラッキーマーケット | プラチナエンド | 54 | | | |
| | 27 | | | 09ラッキーマーケット | 09ラッキーマーケット | | | | 27 | CBCお天気情報 | |
| | | 24イベントインフォメーシ | 30TBS NEWS | 34TBS NEWS | 20イベントインフォメーシ | 19イベントインフォメーシ | TBS NEWS | 24 | 05 | TBS NEWS | |
| | | 25イベントインフォメーシ | | | | | | | | | |
| | | 35 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | 28 | | | | | | | | | 28 | |
| | 29 | | | | | | | | | 29 | |
| | 30 | | | | | | | | | 30 | |
| B | 31 | | | | | | | | | 31 | B |
| 曜日 ランク | 時 分 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 曜日 ランク | 分 | 日 | 時 分 | 曜日 ランク |