12 2026年12月放送スケジュール

2026.12.1 ▶ 12.31　J SPORTS 4

★新内容登場番組　生 生放送・生中継　二 二カ国語　多 音声多重　字 字幕

火	水	木	金	土	日	月
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
6.00 高円宮杯 U-18 サッカープレミア 2026 ▽EAST 第20節-1 「流通経済大学付属柏×昌平」 ▽8.30 EAST 第20節-2 「柏U-18×前橋育英」 11.00多ラグビー 関東大学リーグ戦 2026 「東海大学×東洋大学」 1.00多ISU世界フィギュア 2026【インタビュー拡大版】 ▽ペア 「フリースケーティング」 5.45 KENJIの部屋 26/27 シーズン予習 6.00二ラグビー ネーションズチャンピオンシップ2026 ▽順位決定戦 9.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第2ステージ 1.30 クイズ！グランツール ▽ブエルタ編 2.30字Fスポーツ①　(～3.00)	6.00多ラグビー 関東大学リーグ戦 2026「関東学院大学×流通経済大学」 8.00字Wフリースポーツ① 8.30 バドミントン S/Jリーグ 2026-27 ▽東京大会 男子「NTT東日本×コンサドーレ」 0.00 まるっとバレーボール⑦ 0.45 KENJIの部屋 26/27 シーズン予習 1.00多ISU世界フィギュア 2026【インタビュー拡大版】 ▽女子シングル 「ショートプログラム」 6.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第3ステージ 11.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第4ステージ (～3.30)	6.00多ラグビー 関西大学リーグ2026「関西学院大学×同志社大学」 8.00 HOOP!～学生バスケ情報⑪ 8.30 まるっとバレーボール⑦ 9.15 バドミントン S/Jリーグ 2026-27 東京大会 女子「NTT東日本×レゾナック」 0.45 KENJIの部屋 26/27 シーズン予習 1.00多ISU世界フィギュア 2026【インタビュー拡大版】 ▽女子シングル 「フリースケーティング」 6.15二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第5ステージ 10.50二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第6ステージ (～3.20)	6.00多ラグビー 関西大学リーグ2026 「京都産業大学×天理大学」 8.00 Foot!超高校サッカー通信 9.00 セレクション 1.00多ISU世界フィギュア 2026【インタビュー拡大版】 ▽男子シングル 「ショートプログラム」 6.15多ISU世界フィギュア 2026【インタビュー拡大版】 ▽男子シングル 「フリースケーティング」 11.30 GTダイジェスト 11.45 バドミントン S/Jリーグ 2026-27 ▽東京大会 男子 「ジェイテクトStingers×コンサドーレ」 3.15字Wフリースポーツ②③	4.15 HOOP!～学生バスケ情報⑪ 4.45 KENJIの部屋 26/27予習 5.00 Foot!超高校サッカー通信 6.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第7ステージ ▽10.00 第8ステージ 2.10 GTダイジェスト 2.30★生Bリーグ 2026-27 「京都×広島」 5.30 HOOP!～学生バスケ情報⑪ 6.00 ラグビー わんだほー#139 7.00 KENJIの部屋 26/27予習 7.20★生多スノーボード FIS W杯 2026/27 ▽男女 ビッグエア 「北京(12/5)」 10.30 The REAL 11.30 バドミントン S/Jリーグ 2026-27 東京大会 女子「ヨネックス×レゾナック」 3.00 KYOJO CUP 2026 ハイライト　第5戦 3.30 HOOP!～学生バスケ情報⑪	4.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第9ステージ 8.20二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第10ステージ 1.40 GTダイジェスト 1.50★生高円宮杯 U-18 サッカープレミア 2026 ▽EAST 第21節-2 「流通経済大学付属柏×川崎FU-18」 4.30 高円宮杯 U-18 サッカープレミア 2026 ▽WEST 第21節-1 「神戸U-18×東山」 7.00★バドミントン S/Jリーグ 2026-27 高岡大会 女子「ヨネックス×再春館製薬所」 ▽10.30 高岡大会 男子「トナミ運輸×豊田通商」 2.00 インターブロトシリーズ ハイライト　Rd.5-6 2.30 HOOP!⑪　(～3.00)	5.30 大同生命SVリーグ 2026-27 ▽男子 第7節「広島TH×サントリー (12/5)」 8.30多スノーボード FIS W杯 2026/27 男女 ビッグエア「北京(12/5)」 11.00多ラグビー 関東大学対抗戦 2026 「慶應義塾大学×筑波大学」 1.00多ISU世界フィギュア 2026【インタビュー拡大版】 ▽アイスダンス 「リズムダンス」 6.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第11ステージ 10.30二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第12ステージ 2.45 セレクション　(～3.00)
8	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
6.00 GTV2026　特別編 6.30 高円宮杯 U-18 サッカープレミア 2026 ▽WEST 第21節-1 「神戸U-18×東山」 ▽9.00 EAST 第21節-2 「流通経済大学付属柏×川崎FU-18」 11.30多ラグビー 関東大学対抗戦2026「青山学院大学×日本体育大学」 1.30多ISU世界フィギュア 2026【インタビュー拡大版】 ▽アイスダンス 「フリーダンス」 6.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第13ステージ 10.30二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第14ステージ (～3.00)	6.00 大同生命SVリーグ '26-27 ▽男子 第7節「広島TH×サントリー (12/6)」 9.00多ラグビー 関東大学対抗戦2026 「早稲田大学×明治大学」 11.00 Bリーグ 2026-27 「京都×広島(12/5)」 1.30多ISU世界フィギュア 2026 「エキシビション」 4.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第15ステージ 8.50二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第16ステージ 1.30 セレクション 1.50 クイズ！グランツール ▽ブエルタ編 2.50 GTダイジェスト (～3.00)	6.00 Bリーグ 2026-27 「A東京×A千葉(12/7)」 8.30多ラグビー 関東大学対抗戦2026 「帝京大学×立教大学」 10.30 まるっとバレーボール⑧ 11.20 日韓大学バスケ 第49回 李相佰盃「日本学生代表×韓国学生代表(5/15)」 1.20二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第17ステージ 5.40二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第18ステージ 10.05二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第19ステージ 2.45 KENJIの部屋 26/27 シーズン予習 (～3.00)	6.00 バドミントン S/Jリーグ 2026-27 ▽高岡大会 女子「ヨネックス×再春館製薬所」 9.30多スキージャンプ FIS W杯 2026/27　男子 ラージヒル「ヴィスワ (12/6)」 11.30 日韓大学バスケ 第49回 李相佰盃「韓国学生代表×日本学生代表(5/16)」 1.30二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第20ステージ ▽6.25 第21ステージ 10.30二Cycle*2026 クラシカ・サンセバスティアン 1.00 日韓大学バスケ 第49回 李相佰盃「日本学生代表×韓国学生代表(5/17)」 3.00 インタープロトHL　Rd.5-6 3.30 高円宮杯 U-18 サッカープレミア 2026 ▽WEST 第21節-1 「神戸U-18×東山」	6.00 第66回 関東大学バスケ新人戦　男子 決勝 「東海大学×早稲田大学」 7.45 インタープロトHL　Rd.5-6 8.15 わんだほー！　特別編 9.15二ツール・ド・フランス ファム　第1ステージ 0.15 Foot!超高校サッカー通信 1.15 まるっとバレーボール⑧ 2.00字ダーツ PDC③ 2.25★生多ラグビー リーグワン '26-27「栃木H×B武蔵」 5.00 Cycle*2026 サイクリックス・ハンプルクHL 5.30二アークティックレース・オブ・ノルウェー ▽第1ステージ ▽7.45 第2ステージ ▽10.00 第3ステージ ▽0.30 第4ステージ 2.30 Foot!超高校サッカー通信 3.30 高円宮杯 U-18 サッカープレミア 2026「流通経済大学付属柏×川崎FU-18」	6.00 第4回 全日本大学バスケ新人戦　男子 決勝「大東文化大学×江戸川大学」 8.00多HOOP!～学生バスケ情報⑪ 8.30 KYOJO CUP HL　第5戦 9.00二ツール・ド・フランス ファム　第2ステージ 0.00字ダーツ PDC①⑦ 0.50★生高円宮杯 U-18 サッカープレミア 2026　第22節 3.30 GT AFTER DRIVE◇REAL 5.00多スノーボード W杯 '26/27 ▽男女 ハーフパイプ(12/11) 8.00多アルペンスキー FIS W杯 '26/27　男子 ジャイアントスラローム (12/12) 11.00★生二Cycle* UCIシクロクロス W杯 '26/27 ▽第3戦◇KENJIの部屋 1.20 SFダイジェスト 1.30 サイクリックスHL 2.00 インタープロトHL　Rd.5-6 2.30 KYOJO CUP 2026 HL ▽第5戦　(～3.00)	6.00多ジャパンラグビー リーグワン '26-27　D1 第1節-1 「神戸S×トヨタV」 ▽8.30 D1 第1節-2 「埼玉WK×浦安DR」 11.00多ラグビー 全国大学選手権 26/27 ▽3回戦-1 1.00多ISUフィギュアアーカイブ ▽2023年 世界選手権 「女子シングル」 7.00二Cycle* UCIシクロクロス ワールドカップ '26/27 ▽第3戦「グラスゴー」 8.45二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ファム ▽第3ステージ 11.45多ジャパンラグビー リーグワン '26-27　D2 第1節-1 「江東BS×S愛知」 2.15 セレクション 2.30 結束！#139　(～3.00)
15	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**
6.00 HOOP!～ウインターカップナビ 6.30多ラグビー 全国大学選手権 26/27　3回戦-2 8.30多ジャパンラグビー リーグワン 2026-27 ▽D1 第1節-6 「東京SG×BR東京」 11.00多ラグビー 全国大学選手権 26/27 ▽3回戦-3 1.00多ISUフィギュアアーカイブ ▽2023年 世界選手権 「ペア」 7.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ファム ▽第4ステージ 10.00 高円宮杯 U-18 サッカープレミア 2026　第22節 0.30多ジャパンラグビー リーグワン 2026-27 ▽D2 第1節-2「花園L×RH大阪」　(～3.00)	6.00多ジャパンラグビー リーグワン 2026-27 ▽D1 第1節-3 「S東京ベイ×静岡BR」 ▽8.30 D1 第1節-4 「相模原DB×横浜E」 11.00多ラグビー 全国大学選手権 26/27 ▽3回戦-4 1.00多ISUフィギュアアーカイブ ▽2023年 世界選手権 「男子シングル」 7.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ファム ▽第5ステージ 10.00 高円宮杯 U-18 サッカープレミア 2026 ▽第22節 0.30多ジャパンラグビー リーグワン 2026-27 ▽D2 第1節-3「SA広島×川越狭山RG」　(～3.00)	5.40多ジャパンラグビー リーグワン 2026-27 ▽D1 第1節-5 「栃木H×B武蔵」 8.10二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ファム ▽第6ステージ ▽11.00 第7ステージ 2.00多ISUフィギュアアーカイブ ▽2023年 世界選手権 「アイスダンス」 8.00多ISUフィギュアアーカイブ ▽2023年 世界選手権 「エキシビション」 11.00 インタープロトシリーズ ハイライト　Rd.5-6 11.30多ジャパンラグビー リーグワン 2026-27 ▽D2 第1節-4 「GW東葛×九州KV」 2.00 The REAL　WRCチャレンジPG　(～3.00)	6.00 わんだほー！　特別編 7.00 REAL　WRCチャレンジPG 8.00字ダーツ PDC② 8.30二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ファム ▽第8ステージ ▽11.30 第9ステージ 2.30 ドイツ・ツアーHL 3.30 高円宮杯 U-18 サッカープレミア 2026　プレーオフ2回戦 Aブロック 6.00 Foot!超高校サッカー通信 7.00 高円宮杯 U-18 サッカープレミア 2026　プレーオフ2回戦 Bブロック 9.30 結束！侍ジャパン#139 10.00二Cycle* UCIシクロクロス W杯 2026/27　第3戦 11.45 Bリーグ 2026-27 「仙台×北海道(12/16)」 2.15 Foot!超高校サッカー通信 3.15 高円宮杯 U-18 サッカープレミア 2026　プレーオフ2回戦 Cブロック	5.45 SFダイジェスト 6.00 HOOP!ウインター杯ナビ 6.35二Cycle*2026 プエルタ・ア・エスパーニャ ▽第1ステージ ▽10.50 第2ステージ 2.20★生多ジャパンラグビー リーグワン 2026-27 ▽D1 第2節-4 「トヨタV×S東京ベイ」 5.00 Bリーグ 2026-27 「千葉J×横浜BC (12/18)」 7.30 GTV2026　特別編 8.00★生Cycle*2026 #Jspocycle大忘年会 11.00★生二Cycle* UCIシクロクロス W杯 2026/27 ▽第4戦 「アントウェルペン」 1.00 プロ野球R①② 2.00 高円宮杯 U-18 サッカープレミア 2026　プレーオフ2回戦 Dブロック	4.30 ラグビー わんだほー#140 5.30字Wフリースポーツ① 6.00 セレクション 6.15 KENJIの部屋 26/27予習 6.30二Cycle*2026 プエルタ・ア・エスパーニャ ▽第3ステージ ▽9.30 第4ステージ 1.15 セレクション 1.30字ダーツ PDC④ 1.55 セレクション 5.00 Foot!超高校サッカー通信 6.00 Cycle*2026 #Jspocycle大忘年会 9.00 GTダイジェスト 9.15二Cycle* UCIシクロクロス W杯 2026/27　第4戦 11.00★生二Cycle* UCIシクロクロス W杯 2026/27 ▽第5戦「コクスアイデ」 1.00多ラグビー 全国大学選手権 26/27 ▽準々決勝-1　(～3.00)	6.00多ISUフィギュアアーカイブ ▽2023年 世界選手権 「女子シングル」 0.00多ISUフィギュアアーカイブ ▽2023年 世界選手権 「ペア」 6.00二Cycle* UCIシクロクロス W杯 2026/27　第4戦 「アントウェルペン」 ▽7.45 第5戦 「コクスアイデ」 9.30二Cycle*2026 プエルタ・ア・エスパーニャ ▽第5ステージ 0.35字ダーツ PDC③ 1.00多ジャパンラグビー リーグワン 2026-27 ▽D2 第2節-1「S愛知×SA広島」　(～3.30)
22	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**
6.00多ISUフィギュアアーカイブ ▽2023年 世界選手権 「アイスダンス」 0.00多ISUフィギュアアーカイブ ▽2023年 世界選手権 「男子シングル」 6.00多ISUフィギュアアーカイブ ▽2023年 世界選手権 「エキシビション」 9.00 セレクション 10.00二Cycle*2026 プエルタ・ア・エスパーニャ ▽第6ステージ 1.10 SFダイジェスト 1.30多ラグビー 全国大学選手権 26/27 ▽準々決勝-2　(～3.30)	6.00多ジャパンラグビー リーグワン 2026-27 ▽D1 第2節-1 「BR東京×神戸S」 8.30二Cycle*2026 プエルタ・ア・エスパーニャ ▽第7ステージ ▽11.50 第8ステージ 3.20 KENJIの部屋 26/27 シーズン予習 3.35★生高校バスケ ウインターカップ 2026 ▽男子 1回戦⑧⑯ ～東京体育館 8.00 ガンバレプロ野球R② 8.30多ラグビー 全国大学選手権 26/27 ▽準々決勝-3 ▽10.30 準々決勝-4 0.30多ジャパンラグビー リーグワン 2026-27 ▽D2 第2節-2「RH大阪×江東BS」　(～3.00)	6.00 セレクション 9.00二Cycle*2026 プエルタ・ア・エスパーニャ ▽第9ステージ 0.25二Cycle*2026 プエルタ・ア・エスパーニャ ▽第10ステージ 3.15 SFダイジェスト 3.35★生高校バスケ ウインターカップ 2026 ▽男子 1回戦㉔㉘ ～東京体育館 8.00 ガンバレプロ野球R① 8.30 大同生命SVリーグ 2026-27 ▽男子 第8節「東京GB×サントリー (12/19)」 11.30 セレクション 0.30多ジャパンラグビー リーグワン 2026-27 ▽D2 第2節-3「九州KV×花園L」　(～3.00)	6.00多ジャパンラグビー リーグワン '26-27　D1 第2節-3 「横浜E×東京SG」 8.30二Cycle*2026 プエルタ・ア・エスパーニャ ▽第11ステージ 11.35 GTV2026　特別編 0.05 SFダイジェスト 0.15★生高校バスケ ウインターカップ 2026 ▽男子 2回戦㉜㊱㊵㊹ ～東京体育館 8.00 大同生命SVリーグ 2026-27 ▽男子 第8節「東京GB×サントリー (12/20)」 11.00多ジャパンラグビー リーグワン '26-27　D1 第2節-2 「BR武蔵×埼玉WK」 1.30 まるっとバレーボール⑨ 2.15二Cycle* UCIシクロクロス W杯 2026/27　第4戦 「アントウェルペン」	4.00二Cycle* UCIシクロクロス W杯 2026/27　第5戦 5.45 セレクション 6.00多ジャパンラグビー リーグワン '26-27　D1 第2節-5 「静岡BR×相模原DB」 8.30 KENJIの部屋 26/27予習 8.45 野球R②◇SFダイジェスト 9.25★生高校バスケ ウインターカップ 2026 ▽女子 準々決勝㊻ ▽男子 3回戦㊽㊿ 3.00 結束！侍ジャパン#139 3.30 セレクション 4.30二プエルタ・ア・エスパーニャ ▽第12ステージ ▽8.00 第13ステージ 11.00★生二Cycle* UCIシクロクロス W杯 2026/27 ▽第6戦「ガーフェレ」 1.00 Foot!超高校サッカー通信 1.55多アルペンスキー FIS W杯 '26/27　男子 スラローム (12/23)	4.55 ラグビー わんだほー#141 5.55多ジャパンラグビー リーグワン '26-27　D1 第2節-6 「浦安DR×栃木H」 8.25二Cycle*2026 プエルタ・ア・エスパーニャ ▽第14ステージ 11.55★生多第106回全国高校ラグビー ▽1回戦 1日目②⑤⑧ 4.30 ガンバレプロ野球R① 5.00 KENJIの部屋 26/27予習 5.15 セレクション 6.15★SVリーグ '26-27　女子 西地区 第10節「大阪MV×A愛知(12/27)」 9.15二Cycle* UCIシクロクロス ワールドカップ '26/27 ▽第6戦「ガーフェレ」 11.00★生二Cycle* UCIシクロクロス W杯 2026/27 ▽第7戦「ナミュール」 1.00 ラグビー わんだほー#141 2.00 Foot!　(～3.00)	6.00多ジャパンラグビー リーグワン '26-27　D1 第3節-1 「埼玉WK×トヨタV」 8.30字ダーツ⑦◇55 野球R② 9.25★生多第106回全国高校ラグビー ▽1回戦 2日目⑪⑭⑰ ～東大阪市花園ラグビー場 2.00字ダーツ PDC⑥ 2.30 The REAL 3.30 GTダイジェスト 3.40二Cycle*2026 プエルタ・ア・エスパーニャ ▽第15ステージ ▽7.10 第16ステージ 10.00二Cycle* UCIシクロクロス ワールドカップ '26/27 ▽第7戦「ナミュール」 11.45 KENJIの部屋 26/27予習 0.00 結束！侍ジャパン#139 0.30多ジャパンラグビー リーグワン '26-27　D2 第2節-4 「川越狭山RG×GW東葛」　(～3.00)
29	**30**	**31**				
5.30 大同生命SVリーグ '26-27 ▽女子 西地区 第10節 「大阪MV×A愛知(12/26)」 8.30多ジャパンラグビー リーグワン 2026-27 ▽D1 第3節-2 「S東京ベイ×浦安DR」 ▽11.00 D1 第3節-3 「東京SG×神戸S」 ▽1.30 D1 第3節-4 「栃木H×横浜E」 4.00 GTV2026　特別編 4.30二Cycle*2026 プエルタ・ア・エスパーニャ ▽第17ステージ ▽7.50 第18ステージ 11.00★生二Cycle* UCIシクロクロス W杯 2026/27 ▽第8戦「プザンソン」 1.00 Bリーグ 2026-27 「北海道×群馬(12/25)」 (～3.30)	6.00多ジャパンラグビー リーグワン 2026-27 ▽D1 第3節-5 「相模原DB×B武蔵」 ▽8.30 D1 第3節-6 「静岡BR×BR東京」 11.00二Cycle*2026 プエルタ・ア・エスパーニャ ▽第19ステージ 2.00二Cycle*2026 プエルタ・ア・エスパーニャ ▽第20ステージ 5.20二Cycle*2026 プエルタ・ア・エスパーニャ ▽第21ステージ 9.45 KENJIの部屋 26/27予習 10.00 セレクション 11.00二Cycle* UCIシクロクロス ワールドカップ '26/27 ▽第8戦「プザンソン」 0.45 The REAL ▽WRCチャレンジPG 1.45 Bリーグ 2026-27 「川崎×千葉J (12/26)」	4.15 まるっとバレーボール⑩ 5.05 結束！侍ジャパン#140 5.35 セレクション 5.50 SFダイジェスト 6.00 インタープロトHL　Rd.5-6 6.30 KYOJO CUP HL　第5戦 7.00 まるっとバレーボール⑩ 7.45 KENJIの部屋 26/27予習 8.00 セレクション 9.00 結束！侍ジャパン#140 9.30二Cycle* UCIシクロクロス ワールドカップ '26/27 ▽第7戦「ナミュール」 ▽11.15 第8戦 「プザンソン」 1.00 Cycle*2026 #Jspocycle大忘年会 4.00 60分 de ツール ▽第1～12ステージ (～4.00)				

株式会社ジェイ・スポーツ

〒135-8668　東京都江東区青海2-5-10

カスタマーセンター：TEL.0570-099-333

(ナビダイヤル/毎日10:00～20:00)

※最新の番組表はこちらからご覧いただけます。 ➡

※都合により、番組内容や放送時間が変更になる場合があります。　最新の番組情報はJ SPORTS ホームページでご確認下さい。