

11

2026年11月放送スケジュール

2026.11.1 ▶ 11.30 J SPORTS 4



★新内容登場番組 生放送・生中継 二カ国語 音声多重 字幕

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
4.00 クイズ! グランツール 5.00多ラグビー 関東大学対抗戦 2026「日本体育大学× 慶應義塾大学」 7.00生FIM 世界耐久選手権 (EWC) 2026 HL 第4戦 ラグビー わんだほー#138 9.00二Cycle*2026 エショ ルン・フランクフルト 0.35 KENJIの部屋 26/27予習 0.50多SUPER GT 2026 ▽第1戦「予選」 ▽2.50「決勝」 5.50 SFダイジェスト 6.00★生Bリーグ 2026-27 「琉球×三遠」 9.00 まるっとパレーボール② 「琉球×三遠」 10.00多FIM スーパースポーツ世 界選手権 2026 ▽第12戦「決勝」 0.00二FIM スーパーバイク世界 選手権 2026 第12戦 ヘルス (~3.00)	6.00 GTツアーズ⑤ 6.15多SUPER GT 2026 ▽第2戦 富士スピード ウェイ「予選」 ▽8.00「決勝」 0.00多全米フィギュア 2026 マペア 「ショートプログラム」 ▽1.40 女子シングル 「ショートプログラム」 4.00二Cycle*2026 ラ・フェ ルタ フェミニナ ▽第1ステージ ▽6.15 第2ステージ 8.25 バドミントンWツアー ジャパンオープン 2026 セレクト ▽WS準々決勝 ▽9.40 WS準決勝 1.10多HOOP!⑩○結果! #138 1.10 ラグビー わんだほー#138 2.10多Wフリースポーツ① 2.35多ダーツ PDC② (~3.00)	6.00 KENJIの部屋 26/27 シーズン予習 6.15多SUPER GT 2026 ▽第4戦 富士スピード ウェイ「予選」 ▽8.00「決勝」 11.00 The REAL 東芝野球部 0.00多全米フィギュア 2026 マペア&女子シングル 「フリースケーティング」 5.15二Cycle*2026 ラ・フェ ルタ フェミニナ ▽第3ステージ ▽7.30 第4ステージ 10.00多ラグビー 関東大学対抗戦 2026 「明治大学×慶應義塾大学」 ▽0.00 「帝京大学×早稲田大学」 2.00 GTV2026⑦ 2.30 KENJIの部屋 26/27 シーズン予習 (~3.00)	6.00 GTV2026⑦ 6.30多SUPER GT 2026 ▽第5戦 鈴鹿サーキット 「予選」 ▽8.15「決勝」 11.30多HOOP!⑩学生バスケ情報⑩ 0.00多全米フィギュア 2026 マリスダンス 「リズムダンス」 ▽2.15 男子シングル 「ショートプログラム」 4.45多Wフリースポーツ② 5.15二Cycle*2026 ラ・フェ ルタ フェミニナ ▽第5ステージ ▽7.15 第6ステージ ▽9.35 第7ステージ 0.05 バドミントンWツアー ジャパンオープン 2026 セレクト ▽MS準々決勝 ▽1.35 MS決勝 2.45 KENJIの部屋 26/27 シーズン予習 (~3.00)	6.00多SUPER GT 2026 ▽第6戦 スポーツランドSUGO 「予選」 ▽7.45「決勝」 10.45 GTV2026⑦ 11.20多全米フィギュア 2026 マリスダンス& 男子シングル 「フリースケーティング」 5.10 Cycle*2026 ツール・ ド・ハンガリーHL 6.10二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第1ステージ 10.40二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第2ステージ 3.15二FIM スーパースポーツ世 界選手権 2026 ヘルス (~3.00)	6.00多SUPER GT 2026 ▽第7戦 オートポリス「予選」 ▽8.00 第7戦 オートポリス「決勝」 0.00多全米フィギュア 2026 マエキンビション 1.45二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第3ステージ 6.15二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第4ステージ 10.45二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第5ステージ 3.15二FIM スーパースポーツ世 界選手権 2026 ヘルス (~3.00)	5.15 まるっとパレー③○GTV⑦ 6.30二FIM スーパースポーツ世 界選手権 2026 第12戦 ヘルス (~3.00) 8.30 バドミントンWツアー ジャパンオープン 2026 セレ クション 10.00多ラグビー 関東大学対抗戦26 「早稲田大学×早稲田大学」 0.00 クイズ! グランツール 1.00★生多SUPER GT 2026 ▽第3戦「決勝」 4.30多HOOP!~学生バスケ情報⑩ 5.00 琉球・マンの舞台裏 6.00 GTV2026⑦ 6.30 GT AFTER THE DRIVE 7.00多SUPER GT 2026 ▽第3戦「決勝」 9.00 バドミントンS/リーグ 2026-27 橋手大会 男子 「豊田通商×大同特殊鋼」 3.30二FIM スーパーバイク世界 選手権 2026 第12戦 ヘルス (~3.00)
8	9	10	11	12	13	14
6.30 ラグビー わんだほー#138 7.30 バドミントンWツアー ジャパンオープン 2026 セレクト 8.40生FIM 世界耐久選手権 (EWC) 2026 HL 第4戦 KENJIの部屋 26/27予習 Cycle*2026 ツアー・ オブ・クロアチアHL クイズ! グランツール The REAL 東芝野球部 1.00★生多SUPER GT 2026 ▽第8戦「決勝」 (放送開始時刻変更あり) 5.00二ラグビー ネーションズ チャンピオンシップ2026 「ウェールズ対日本」 8.00多SUPER GT 2026 ▽第8戦「予選」 ▽10.00「決勝」 1.30多Wフリースポーツ① 2.00多ラグビー 関東大学対抗戦 2026「帝京大学×早稲田 大学」(~4.00)	6.00 バドミントンS/リーグ 2026-27 ▽橋手大会 女子 「岐阜Bluvic×北都銀行 (10/31)」 9.30多ラグビー 関東大学対抗戦 2026 「明治大学×慶應義塾大学」 11.30多ISU欧州フィギュア 2026 マペア 「ショートプログラム」 ▽2.00 ペアフリー 5.05二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第6ステージ 9.35多SUPER GT 2026 ▽第9戦 モビリティリゾートもてぎ 「予選」 ▽11.35「決勝」 2.35 GTダイジェスト 2.45 KENJIの部屋 26/27 シーズン予習 (~3.00)	5.30 バドミントンS/リーグ 2026-27 ▽橋手大会 男子 「BIPROGY×東海興業 (11/1)」 9.00 The REAL 東芝野球部 10.00多ISU欧州フィギュア 2026 マリスダンス 「リズムダンス」 ▽2.00 アイスダンス 「フリースケーティング」 5.40二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第7ステージ 10.00 バドミントンS/リーグ 2026-27 ▽橋手大会 女子 「BIPROGY×ACT SAIKYO(11/1)」 1.30多第106回全国高校ラグビー ▽東京都予選 第1地区 決勝 (~3.00)	6.00多SUPER GT 2026 ▽第8戦 モビリティリゾートもてぎ 「予選」 ▽8.00「決勝」 11.30 KENJIの部屋 26/27 シーズン予習 0.00多ISU欧州フィギュア 2026 マ女子シングル 「ショートプログラム」 4.50二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第8ステージ 9.05二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第9ステージ 1.35 クイズ! グランツール ツール編 2.35多ダーツ PDC⑥ (~3.00)	6.00多アルペンスキー FIS W杯 2026/27 男子 ジャイ アントスラローム 「ザルツバッハ(10/25)」 9.00多第106回全国高校ラグビー ▽東京都予選 第1地区 決勝 ▽10.30 東京都予選 第2地区 決勝 0.00多ISU欧州フィギュア 2026 マ女子シングル 「フリー」 4.00二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第10ステージ 8.30二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第11ステージ 1.00 ラグビー わんだほー#138 2.00 結果! 侍ジャパン#138 2.30 セレクション (~3.00)	6.00 バドミントンS/リーグ 2026-27 ▽橋手大会 女子 「岐阜Bluvic×北都銀行 (10/31)」 9.30多第106回全国高校ラグビー ▽東京都予選 第1地区 決勝 ▽10.30 東京都予選 第2地区 決勝 11.00 SFダイジェスト 11.10多ISU欧州フィギュア 2026 マ男子シングル 「ショートプログラム」 ▽2.55 男子シングル 「フリー」 7.00★多ISUフィギュアア ーカイブ ▽2020年 四大陸選手権 「アイスダンス」 10.00 The REAL 東芝野球部 ▽第9戦 モビリティリゾートもてぎ 「予選」 ▽1.00「決勝」 4.00 KENJIの部屋 26/27予習 4.15 まるっとパレーボール④ 5.00 クイズ! グランツール 6.00 大同生命SVリーグ 2026-27 セレクション Bリーグ 2026-27 「宇都宮×琉球(11/7)」 9.00 The REAL 東芝野球部 0.30 KENJIの部屋 26/27予習 0.50 セレクション 「ショートプログラム」 3.30多HOOP!~学生バスケ情報⑩ 4.00 まるっとパレーボール④ 4.45多ISU欧州フィギュア 2026 マエキンビション 7.00★多ISUフィギュアア ーカイブ ▽2020年 四大陸選手権 「アイスダンス」 10.00 多SUPER GT 2026 ▽第8戦 モビリティリゾートもてぎ 「予選」 ▽1.00「決勝」	4.00 KENJIの部屋 26/27予習 4.15 まるっとパレーボール④ 5.00 クイズ! グランツール 6.00 大同生命SVリーグ 2026-27 セレクション Bリーグ 2026-27 「宇都宮×琉球(11/7)」 9.00 The REAL 東芝野球部 0.30 KENJIの部屋 26/27予習 0.50 セレクション 「ショートプログラム」 3.30多HOOP!~学生バスケ情報⑩ 4.00 まるっとパレーボール④ 4.45多ISU欧州フィギュア 2026 マエキンビション 7.00★多ISUフィギュアア ーカイブ ▽2020年 四大陸選手権 「アイスダンス」 10.00 多SUPER GT 2026 ▽第8戦 モビリティリゾートもてぎ 「予選」 ▽1.00「決勝」
15	16	17	18	19	20	21
4.30 KYOJO CUP HL 第4戦 5.00 セレクション 5.30 結果! #138○多HOOP!⑩ 6.30 クイズ! グランツール ツール編 7.30 セレクション The REAL 東芝野球部 10.00 結果! 侍ジャパン#138 11.35★生多ラグビー 関西大学 リーグ 2026 「摂南大学×近畿大学」 ▽4.15 阪南大学 「関西学院大学×天理大学」 4.15 セレクション 4.45 Bリーグ 2026-27 「千葉×長崎(11/14)」 7.15 KENJIの部屋 26/27予習 7.30★生Bリーグ 2026-27 「名古屋×東京SR」 10.30多HOOP!⑩○プロ野球R① 11.30 バドミントンS/リーグ 2026-27 橋手大会 男子 「BIPROGY×東海興業 (11/1)」(~3.00)	6.00 第106回全国高校ラグビー ▽兵庫県予選 決勝 ▽6.30 京都府予選 決勝 ▽7.00 大分県予選 決勝 7.30二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第12ステージ 0.00多第75回全国高校スケート ・アイスホッケー大会 「アイスホッケー」 「男子 決勝 フリー」 4.00 The REAL 東芝野球部 5.00多第75回全国高校スケート ・アイスホッケー大会 「アイスホッケー」 「男子 決勝 フリー」 7.00★生Bリーグ 2026-27 「千葉×長崎(11/14)」 10.00 第106回全国高校ラグビー ▽兵庫県予選 決勝 ▽10.30 京都府予選 決勝 ▽11.00 大分県予選 決勝 11.30多アルペンスキー FIS W杯 2026/27 男子 スラローム 「レヴィ(11/15)」 2.30 プロ野球R① (~3.00)	6.00 ラグビー わんだほー#138 7.00 ガンバレプロ野球R① 7.30二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第13ステージ 11.40 GTダイジェスト 0.00多第75回全国高校スケート ・アイスホッケー大会 「アイスホッケー」 「男子 決勝 フリー」 4.00 第106回全国高校ラグビー ▽大阪府予選 第1地区 決勝 ▽5.30 第2地区 決勝 ▽7.00 第3地区 決勝 8.30 セレクション 9.00多REAL バリール〜ベノ 10.00多ラグビー 関東大学リーグ戦 2026 「摂南大学×近畿大学」 ▽2.00 「関西学院大学× 天理大学」(~4.00)	6.00多第106回全国高校ラグビー ▽東京都予選 第1地区 決勝 7.30二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第14ステージ 11.45 SFダイジェスト 0.00多ISU四大陸フィギュア 2026 マリスダンス 「リズムダンス」 ▽2.00 アイスダンス 「フリー」 ▽4.30 女子シングル 「ショートプログラム」 ▽7.00 女子シングル 「フリー」 10.00 ラグビー ネーションズ チャンピオンシップ2026 「イングランド×日本」 1.00 まるっとパレーボール⑤ 1.45 セレクション 2.15 KENJIの部屋 26/27予習 2.30 KYOJO CUP 2026 HL 「第4戦」(~3.00)	6.00多第106回全国高校ラグビー ▽東京都予選 第2地区 決勝 7.30二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第15ステージ 11.30 セレクション 0.00多ISU四大陸フィギュア 2026 マペア 「ショートプログラム」 ▽1.30 ペアフリー ▽3.30 男子シングル 「ショートプログラム」 ▽6.30 男子シングル 「フリー」 10.00 ガンバレプロ野球R① 10.30多第106回全国高校ラグビー ▽大阪府予選 第1地区 決勝 0.00多アルペンスキー FIS W杯 2026/27 男子 スラローム 「レヴィ(11/15)」 2.00 野球場①○グランツール まるっとパレーボール⑤ 3.35	6.00 クイズ! グランツール 第106回全国高校ラグビー ▽奈良県予選 決勝 7.30二Cycle*2026 シロ・デ・ イタリア 第16ステージ 11.40 KENJIの部屋 26/27予習 0.00 まるっとパレーボール⑤ 0.45 REAL WRCチャレンジ(仮) 1.45多ISU四大陸フィギュア 2026 マエキンビション 3.30 KENJIの部屋 26/27予習 4.00多ISUフィギュアア ーカイブ ▽2020年 四大陸選手権 「アイスダンス」 7.00★多ISUフィギュアア ーカイブ ▽2020年 四大陸 選手権「男子シングル」 10.00 第106回全国高校ラグビー ▽奈良県予選 決勝 10.30 バドミントンS/リーグ 2026-27 橋手大会 女子 「BIPROGY×ACT SAIKYO」 2.00 野球場①○グランツール まるっとパレーボール⑤ 3.35	4.20 第106回全国高校ラグビー ▽神奈川県予選 決勝 ▽4.50 福岡県予選 決勝 5.20多REAL バリール〜ベノ 6.20二Cycle*2026 シロ・デ・ イタリア 第17ステージ 10.50 セレクション 1.30 ガンバレプロ野球R① 2.00 REAL WRCチャレンジ(仮) 3.00 クイズ! グランツール 4.00多ISUフィギュアア ーカイブ ▽2020年 四大陸選手権 「アイスダンス」 7.00★多ISUフィギュアア ーカイブ ▽2020年 四大陸 選手権「男子シングル」 10.00 第106回全国高校ラグビー ▽大阪府予選 第3地区 決勝 10.30 バドミントンS/リーグ 2026-27 橋手大会 男子 「BIPROGY×東海興業 (11/1)」 3.30多ダーツ PDC③
22	23	24	25	26	27	28
4.00 第106回全国高校ラグビー ▽兵庫県予選 決勝 ▽4.30 京都府予選 決勝 ▽5.00 大分県予選 決勝 ▽5.30 神奈川県予選 決勝 ▽6.00 福岡県予選 決勝 7.00 セレクション 7.30二Cycle*2026 シロ・デ・ イタリア 第18ステージ 0.00多ダーツ PDC①② 0.50★生多ラグビー 関東大学 対抗戦「帝京大学×明治大」 3.15多Fスポーツ③○グランツール 4.45 KYOJO CUP HL 第4戦 5.15 GTダイジェスト 5.30 セレクション○7.45 GT 8.00★高円宮杯 U-18 サッカー プレミアA 26 第19節-2 10.30多ラグビー 関東大学対抗戦26 「帝京大学×明治大学」 0.30多第106回全国高校ラグビー ▽東京都予選 第1地区/第2地区 決勝 (~3.30)	6.00 The REAL 7.00 WRCチャレンジPG(仮) 7.30二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第19ステージ 0.00多第46回全国中学スケート ・アイスホッケー大会 「女子 ショートP」 ▽3.10 フィギュア 「男子 フリー」 ▽6.25 フィギュア 「女子 フリー」 9.25 高円宮杯 JFA U-18 サッカープレミアリーグ 2026 ▽第19節-1 ▽11.55 第19節-2 2.25多Wフリースポーツ② マカヤク (~3.00)	6.00多第106回全国高校ラグビー ▽大阪府予選 第2地区 決勝 7.30二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第20ステージ 0.00多第46回全国中学スケート ・アイスホッケー大会 「男子 ショートP」 ▽3.40 フィギュア 「男子 フリー」 6.20多ダーツ PDC④ 6.45 KENJIの部屋 26/27予習 7.00多ISUフィギュアア ーカイブ ▽2020年 四大陸選手権 「ペア」 10.00 セレクション 11.00多第106回全国高校ラグビー ▽大阪府予選 第1地区 決勝 ▽0.30 第2地区 決勝 2.00 まるっとパレーボール⑥ 2.45 Bリーグ HL① (~3.00)	6.00多第106回全国高校ラグビー ▽大阪府予選 第3地区 決勝 7.30二Cycle*2026 シロ・デ・イタリア ▽第21ステージ 0.00多ISU世界ジュニアフィギ ュア 2026 マペア ▽3.00 男子シングル 7.00多ISUフィギュアア ーカイブ ▽2020年 四大陸選手権 「男子シングル」 10.00多ラグビー ネーションズ チャンピオンシップ2026 「スコットランド×日本」 1.00多ラグビー 関西大学リーグ 2026 「同志社大学×京都産業 大学」(~3.00)	6.00 GTダイジェスト 6.20 まるっとパレーボール⑥ 7.05多アルペンスキー FIS W杯 2026/27 ▽男子 スラローム 「グルブル(11/22)」 10.05多ISU世界ジュニアフィギ ュア 2026 マ女子シングル 2.05二Cycle*2026 ツール・ ド・ハンガリーニュ・ローズ ・アルプ ▽第1ステージ ▽4.35 第2ステージ ▽7.05 第3ステージ ▽9.25 第4ステージ 11.35 高円宮杯 U-18 サッカー プレミアリーグ 2026 ▽第19節-1 2.05多The REAL 「マリールーベノ」(~3.00)	6.00多ダーツ PDC⑦ 6.30多スキージャンプ FIS W杯 26/27 男子 ラージヒル 「リレハンメル(11/22)」 8.30 Foot世超高校サッカー通信 9.30 高円宮杯 U-18 サッカー プレミアA 2026 ▽第19節-2 0.00多ISU世界ジュニアフィギ ュア 2026 マアイスダンス 3.00 セレクション 4.00多ダーツ PDC⑥ 4.30 Foot世超高校サッカー通信 5.30二Cycle*2026 ツール・ ド・ハンガリーニュ・ローズ ・アルプ 第5ステージ ▽8.00 第6ステージ ▽10.20 第7ステージ ▽10.50 第8ステージ 3.25★生二Cycle* UCIシクロ クロス W杯 2026/27 ▽第1戦「オストラバ」 (放送開始時刻変更あり)	5.25 GTダイジェスト 6.05多アルペンスキー FIS W杯 26/27 男子 スラローム 「グルブル(11/22)」 9.05多スキージャンプ FIS W杯 26/27 男子 ラージヒル 「リレハンメル(11/22)」 11.05 Bリーグ ハイライト① 11.25多ダーツ PDC⑤○50 Foot 0.50 セレクション 5.15二Cycle* UCIシクロクロス ワールドカップ 2026/27 ▽第1戦「オストラバ」 7.00★生クイズ! グランツール マペア編 8.00 セレクション 9.00 大同生命SVリーグ 2026-27 セレクション 0.00多ラグビー 関西大学リーグ 2026 「立命館大学×関西大学」 ▽2.00 「同志社大学× 京都産業大学」
29	30					
4.00多ラグビー 関東大学対抗戦 2026「帝京大学×明治大」 ▽6.00 「慶應義塾大学× 早稲田大学」○セレクション 9.00二Cycle* UCIシクロクロス W杯 2026/27 第1戦 10.50★生バドミントンS/リーグ 2026-27 東京大会 男子 「ジェイテクトStingers ×コンサドーレ」 マ女子「ヨネックス× レノバ」 5.30 結果! #138○セレクション 7.00 クイズ! グランツール 8.00多ラグビー 関西大学リーグ26 「関西学院大学×同志社大学」 10.00 GTダイジェスト 10.10★生二Cycle* UCIシクロ クロス 2026/27 ツール・ド ・フランス 第1ステージ (放送開始時刻変更あり) 0.10多ラグビー 関西大学リーグ26 「京都産業大学×天理大学」 2.10 GTダイジェスト 2.30多Fスポーツ① (~3.00)	6.00 バドミントンS/リーグ 2026-27 東京大会 女子 「NTT東日本×トヨタ」 (11/28)」 ▽9.30 東京大会 男子 「NTT東日本×コンサ ドーレ(11/28)」 1.00多ISU世界フィギュア 2026 「インタビュー拡大版」 マペア 「ショートプログラム」 4.30 GT AFTER THE DRIVE クイズ! グランツール マペア編 6.00二Cycle* UCIシクロクロス W杯 2026/27 第2戦 ツール・ド・フランス 開幕SP 9.15二Cycle*2026 ツール・ド ・フランス 第1ステージ 0.45多スノーボード FIS W杯 2026/27 男女 ビッグ エア「インスブルック (11/28)」(~3.15)					

※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ください。

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。➡



(J SPORTS 4)