

安全な「浜下り（サニツ）」のために

～ 海岸の危険性について考えてみませんか ～

3月31日（旧暦の3月3日）の「浜下り（サニツ）」では、天気や潮・波の状況、注意報などを確認してから、海のレジャー等を楽しみましょう。

1 潮の満ち引きに注意！

潮の干満差は、時間帯によっては約2メートルに達することがあります。干潮から満潮に向かう時間帯には急に潮が満ちてくる場合がありますので、沖合の浅瀬やリーフに出向く際には、満潮・干潮時刻を確認し、時間に余裕をもって海から上がるようにしましょう。

平良港の潮位予測（2025年3月～4月）

年/月/日（曜日）	満潮						干潮					
	時刻	潮位	時刻	潮位	時刻	潮位	時刻	潮位	時刻	潮位	時刻	潮位
2025/03/28(金)	6:47	163	18:46	179	*	*	0:29	5	12:41	27	*	*
2025/03/29(土)	7:16	173	19:32	184	*	*	1:05	6	13:19	8	*	*
2025/03/30(日)	7:46	181	20:17	182	*	*	1:40	13	13:59	-7	*	*
2025/03/31(月)	8:17	183	21:04	172	*	*	2:14	24	14:41	-14	*	*
2025/04/01(火)	8:49	182	21:52	157	*	*	2:48	39	15:24	-14	*	*
2025/04/02(水)	9:23	174	22:45	138	*	*	3:21	56	16:11	-5	*	*
2025/04/03(木)	10:00	163	23:52	121	*	*	3:55	72	17:04	9	*	*

サニツ前後の数日間は、昼過ぎごろに大きく潮が引く

2 天気の急変による急な波の高まりに注意！！

この時期は暖かい日が増えてきますが、東シナ海を急速に発達する低気圧や前線が通過し「突然の強い雨」や「南風から北風への風の急変」など、穏やかな天気から荒れた天気へ急変する場合があります。また、大陸の高気圧が張り出し、冬に戻ったような強風となる場合もあります。海では波が高くなり、しける場合もあります。「黒い雲が近づいて周囲が突然暗くなった」「急に冷たい風が吹いてきた」など、天気が崩れる兆しが見えた場合は、風の強まる前、波の高まる前に、速やかに海から上がってください。



気象情報のチェック



砂浜に押し寄せるうねり（気象台職員撮影）

3 うねりにも留意！

天気予報の「うねりを伴う」にも留意ください。沖合の方が穏やかに見えても、遠方からうねりが到達する時には、リーフや浅瀬、海岸などで急に波が高くなり、流れも強まります。天気が良い時でも、海のレジャー等ではうねりに留意ください。

4 地震や津波に注意・警戒！！！！

海のレジャー中に「強い揺れ、または弱くても長い時間ゆっくりとした揺れを感じた」、「大津波警報、津波警報、津波注意報（以下「津波警報等」）が発表された」ときは、一刻を争う事態です。海水浴場等で「津波フラッグ」を見かけたら、「津波警報等」が発表されている合図です。急いで海から離れ、高台や津波避難施設など安全な場所に避難してください。なお、「津波警報等」が解除されるまでは、海岸に近づかないようにしてください。



海岸に出かける前に、気象台HPなどで気象情報をチェックし安全を確認しましょう。

宮古島地方気象台

検索

宮古島地方気象台ホームページ
<http://www.jma-net.go.jp/miyako/>

お問い合わせ先： 宮古島地方気象台 TEL：0980-72-3054（平日のみ／8:30～17:15）