

2026年3月の天候

令和8年4月2日
盛岡地方气象台

この資料内のデータは速報値です。
後日、内容の訂正・追加を行うことがあります。

《 特徴 》 【高温】【多照】

1 天候経過

〈天候の特徴〉

低気圧や前線が周期的に通過し曇りで雨や雪の降る日があったが、月の後半を中心に、高気圧に覆われて晴れる日が多かった。

月平均気温は、県内は[高い]から[かなり高い]。月降水量は、県内は[平年並]から[少ない]。月間日照時間は、県内は[かなり多い]。

上旬： 低気圧や前線の影響で、曇りや雨または雪の日が多かったが、高気圧に覆われて晴れる日もあった。

旬平均気温は、県内は[高い]から[かなり高い]。旬降水量は、県内は[平年並]から[少ない]。旬間日照時間は、県内は[平年並]から[多い]だが、県の南部では[かなり多い]所もあった。

中旬： 高気圧に覆われて晴れる日が多かったが、低気圧や前線の影響で、曇りで雨や雪の降る日もあった。

旬平均気温は、県内は[高い]から[平年並]だが、[低い]所もあった。旬降水量は、県内は[少ない]。旬間日照時間は、県内は[かなり多い]。

下旬： 高気圧に覆われて晴れる日が多かったが、低気圧や気圧の谷の影響で、曇りで雨や雪の降る日もあった。

旬平均気温は、内陸は[かなり高い]で、沿岸は[高い]。旬降水量は、県内は[多い]から[かなり多い]。旬間日照時間は、県内は[かなり多い]から[多い]だが、[平年並]の所もあった。

○盛岡、宮古、大船渡の旬及び月統計値

地点\要素	平均気温	平年差	階級区分	降水量	平年比	階級区分	日照時間	平年比	階級区分	
盛岡	上旬	2.8	1.8	かなり高い	14.5	45	少ない	50.8	106	平年並
	中旬	3.9	1.3	高い	6.0	26	少ない	76.3	148	かなり多い
	下旬	7.2	3.1	かなり高い	50.0	189	多い	69.5	119	平年並
	月	4.7	2.1	かなり高い	70.5	86	平年並	196.6	125	かなり多い
宮古	上旬	3.4	1.1	高い	10.5	29	少ない	50.1	93	平年並
	中旬	3.5	-0.4	低い	1.0	5	少ない	84.0	145	かなり多い
	下旬	6.1	0.9	高い	38.0	134	多い	84.8	125	多い
	月	4.4	0.5	高い	49.5	57	少ない	218.9	122	かなり多い
大船渡	上旬	4.4	1.4	高い	19.0	48	平年並	53.7	115	平年並
	中旬	4.6	0.3	平年並	2.5	10	少ない	78.4	148	かなり多い
	下旬	7.0	1.3	高い	66.0	176	多い	64.2	110	平年並
	月	5.4	1.0	高い	87.5	84	平年並	196.3	124	かなり多い

<単位 気温:℃ 降水量:mm 日照時間:h 平年差(比):℃(%)> 平年値:1991~2020年の平均値

2 日別の気圧配置

- 1日：北日本は高気圧に覆われる。
- 2日：引き続き、北日本は高気圧に覆われる。
- 3日：四国の南にある低気圧が東へ進む。
- 4日：関東の東にある低気圧が北東へ進む。また、別の低気圧が秋田沖を北へ進む。
- 5日：日本の東にある発達した低気圧が東へ進み、北日本は西高東低の気圧配置となる。
- 6日：日本海中部にある低気圧が東へ進む。
- 7日：日本海北部の低気圧が北東へ進む。また、別の低気圧が日本の東を北へ進む。
- 8日：日本付近は西高東低の気圧配置となる。
- 9日：北日本は気圧の谷となる。
- 10日：関東の東にある低気圧がゆっくりと東へ進む。一方、大陸の高気圧が日本付近へ張り出す。

- 11日：低気圧が日本の東を北東へ進む。一方、本州付近は高気圧に覆われる。
- 12日：本州付近は高気圧に緩やかに覆われる。
- 13日：引き続き、本州付近は高気圧に緩やかに覆われる。
- 14日：引き続き、本州付近は高気圧に緩やかに覆われる。
- 15日：引き続き、本州付近は高気圧に緩やかに覆われる。
- 16日：引き続き、本州付近は高気圧に緩やかに覆われる。
- 17日：日本海中部に中心を持つ高気圧が南東へ移動する。
- 18日：北日本は高気圧に覆われる。一方、対馬海峡付近にある低気圧が東へ進む。
- 19日：低気圧が日本の東を北東へ進む。一方、華北付近に中心を持つ高気圧が日本付近に張り出す。
- 20日：日本海中部にある低気圧が北東へ進む。一方、高気圧が東シナ海にあって、ゆっくりと東へ移動する。

- 21日：北海道付近にある低気圧が東へ進み、本州付近は次第に高気圧に覆われる。
- 22日：北日本は高気圧に覆われる。
- 23日：東北地方は気圧の谷となる。
- 24日：本州付近は高気圧に覆われる。
- 25日：北日本は日本の東にある高気圧に覆われる。
- 26日：千島近海の高気圧がゆっくり東へ移動する。一方、低気圧が日本の南を東へ進む。
- 27日：北日本は千島近海の高気圧に覆われる。
- 28日：日本海は気圧の谷となる。
- 29日：日本海の高気圧が東へ移動する。
- 30日：日本の東の高気圧が東へ移動する。
- 31日：低気圧が日本海を北東へ進み、東北南部を通過する。

3 極値・順位値の更新

○気象官署及び特別地域気象観測所(3月として5位まで記載)

要素名	単位	地点名	順位	値	起日	統計開始
月平均気温の高い方から	℃	盛岡	4	4.7	2026年3月	1924年
月間日照時間の多い方から	h	大船渡	3	196.3	2026年3月	1964年

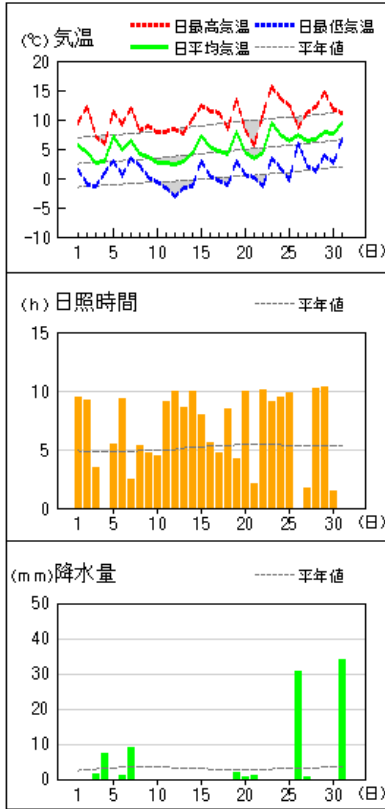
○アメダス(3月として1位更新：統計期間10年以上の要素を記載)

要素名	単位	地点名	順位	値	起日	統計開始
月最深積雪の小さい方から	cm	雫石	1	7	2026年3月4日	1984年
月最深積雪の小さい方から	cm	葛巻	1	4	2026年3月21日	1985年

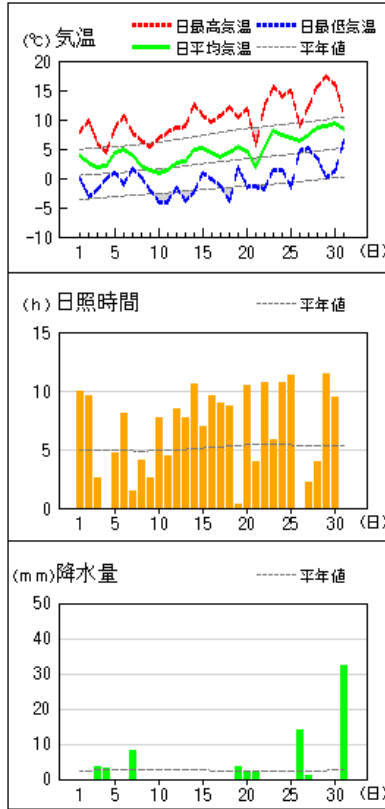
4 気象経過図

アメダス 気象経過図：2026年03月01日-2026年03月31日

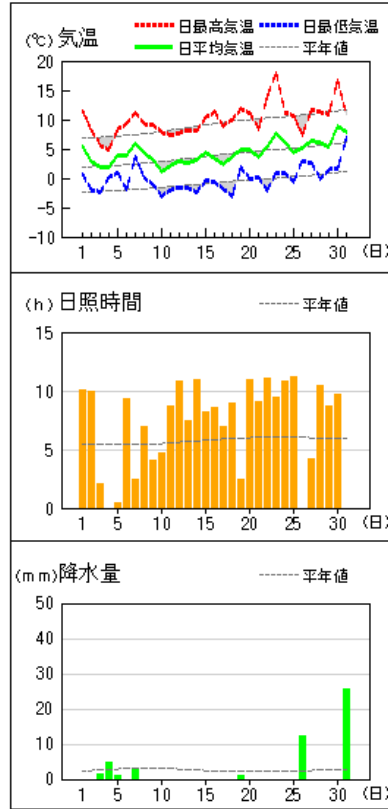
大船渡



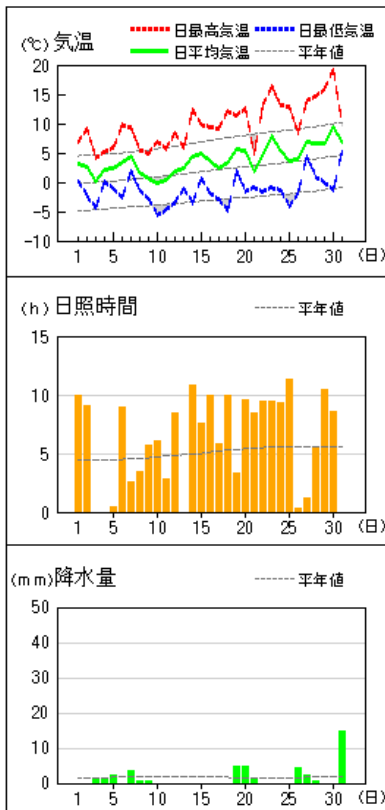
盛岡



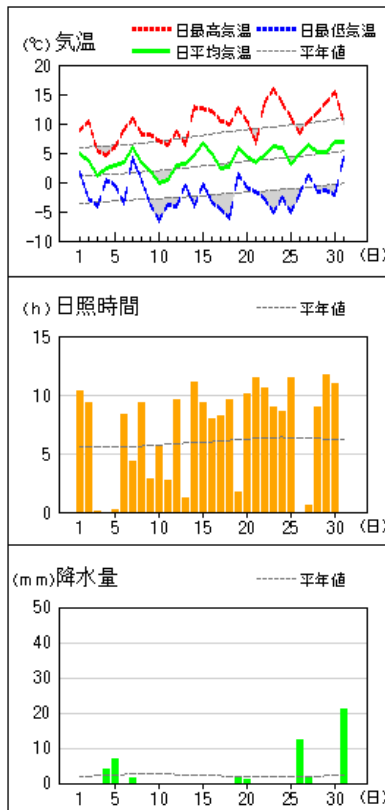
宮古



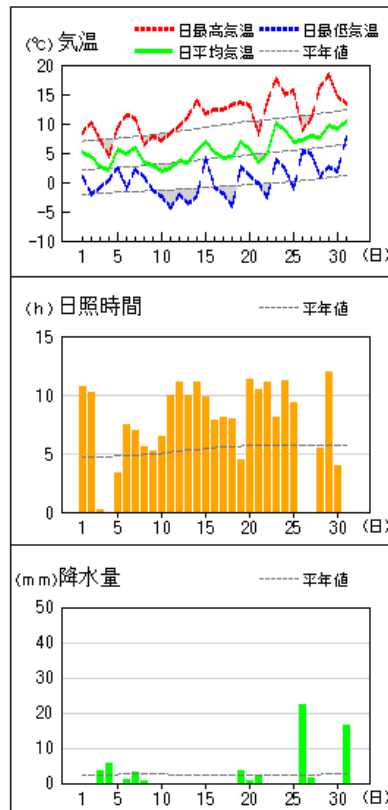
二戸



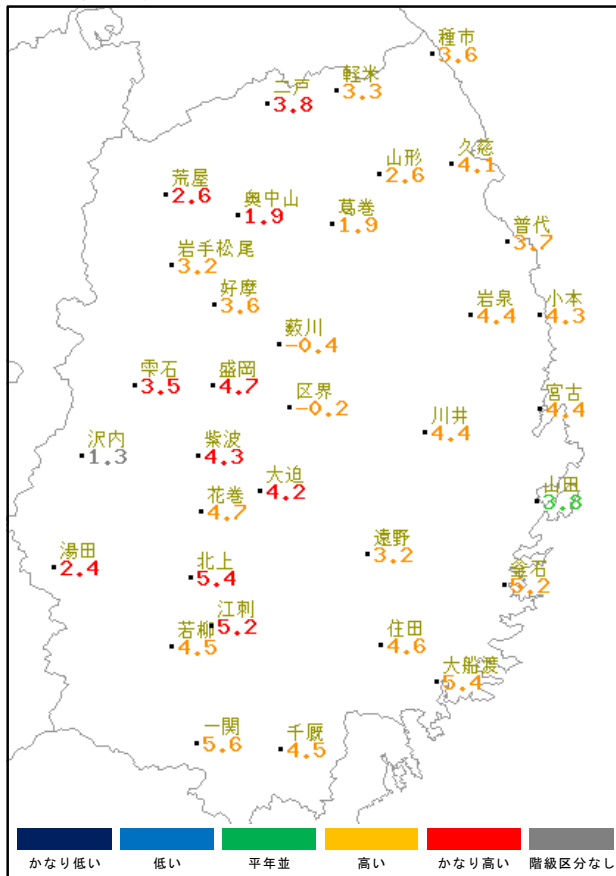
久慈



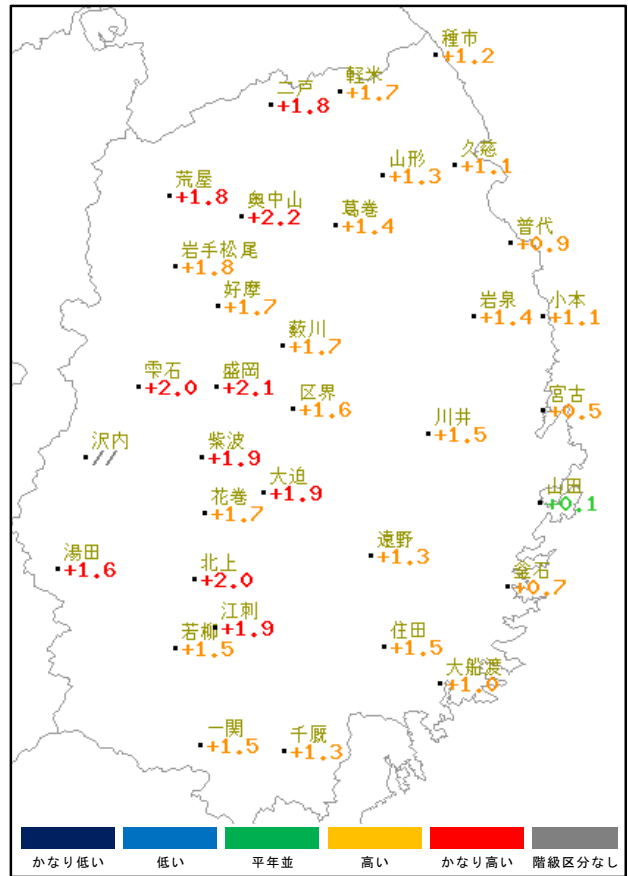
一関



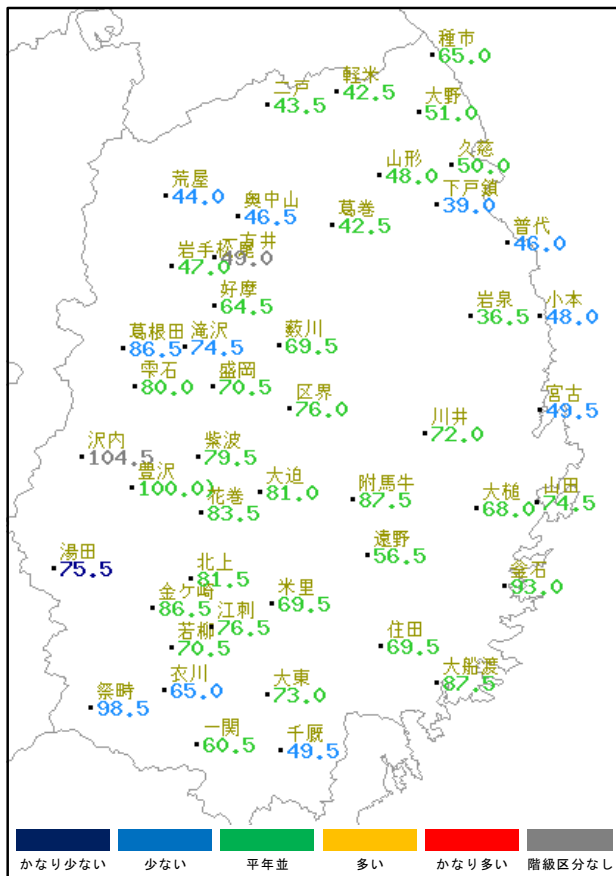
5 気象分布図



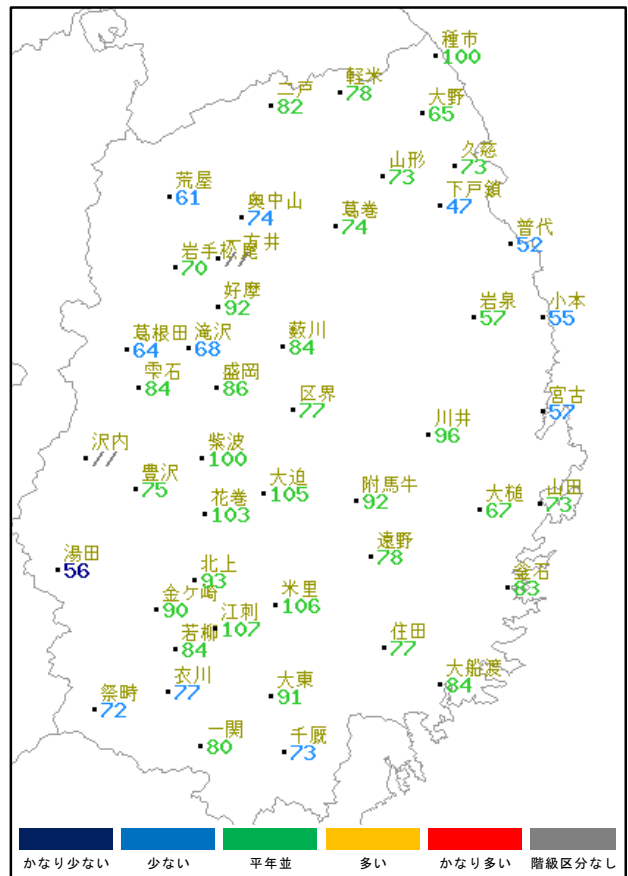
月平均気温 (°C)



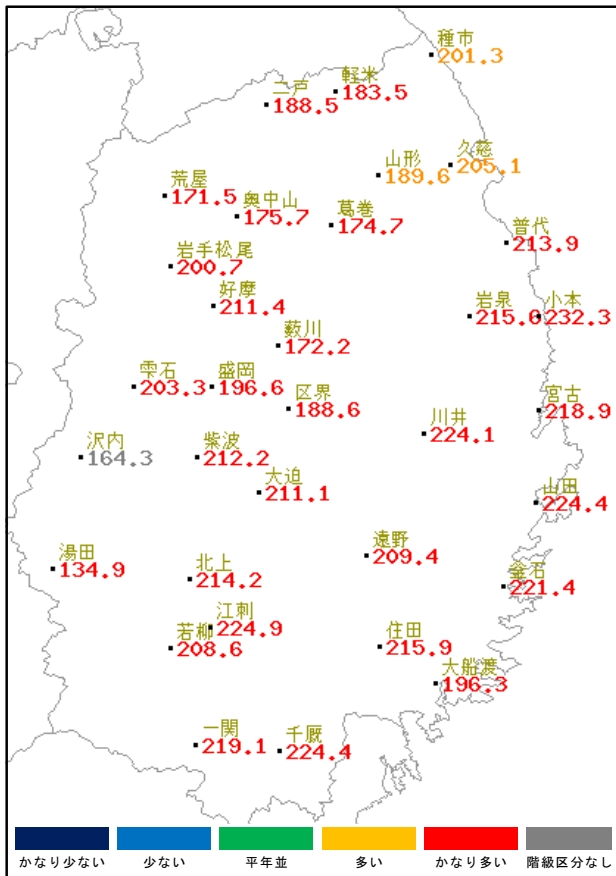
月平均気温平年差 (°C)



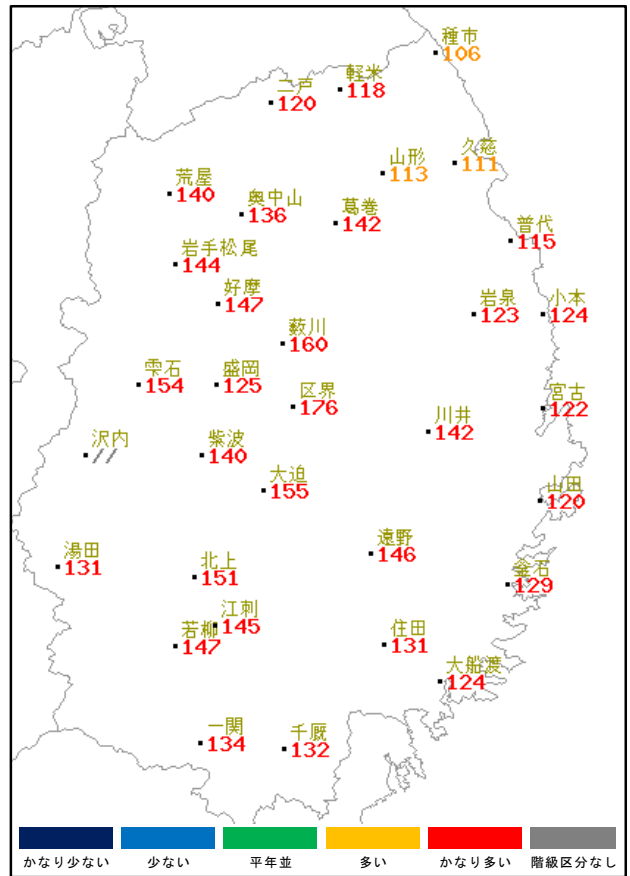
月降水量 (mm)



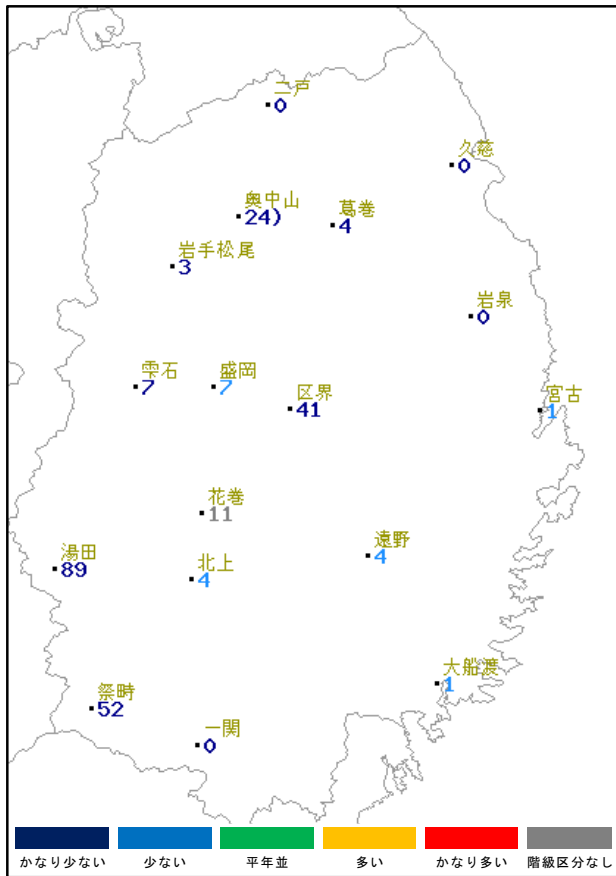
月降水量平年比 (%)



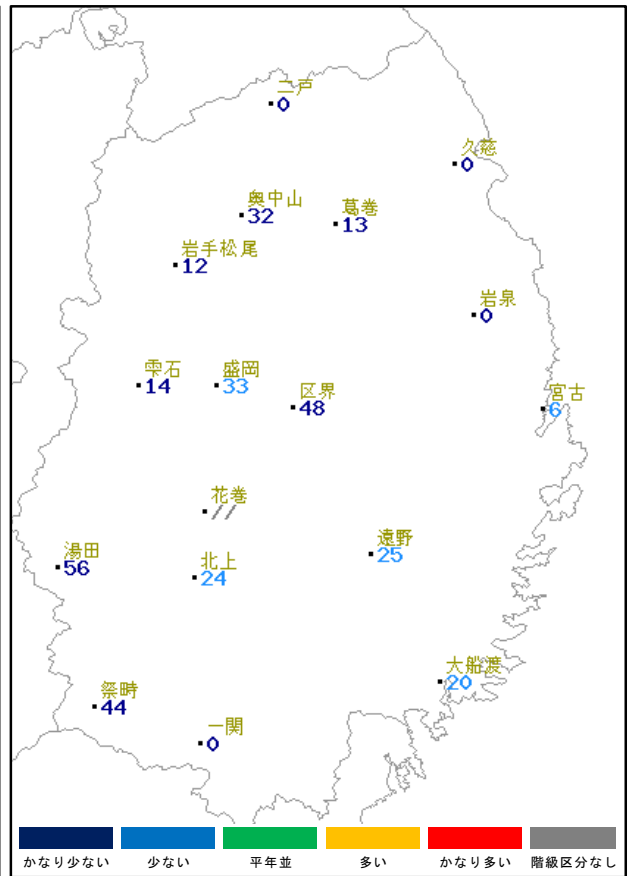
月間日照時間 (h)



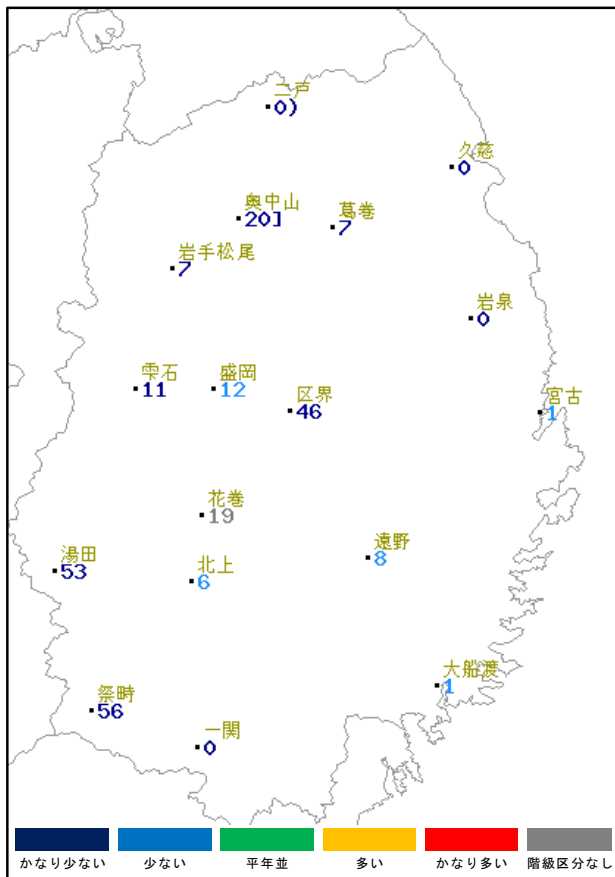
月間日照時間平年比 (%)



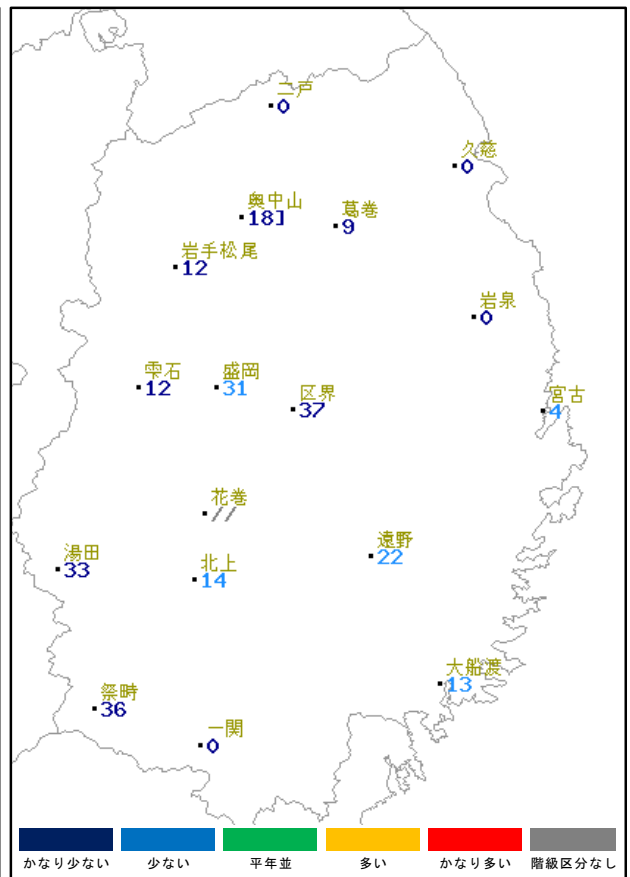
月最深積雪 (cm)



月最深積雪平年比 (%)



月積雪差合計 (cm)



月積雪差合計平年比 (%)

記号の意味) : 準正常値] : 資料不足値 × : 資料なし // : 平年値なし
 平年値 : 1991~2020年の平均値 (花巻は2003~2020年)

6 その他

○3月の日最低気温の極値、冬日と真冬日の日数

単位:℃、日

地点名		種市	軽米	二戸	山形	久慈	荒屋	奥中山	葛巻	普代
最低 気温	月極値	-3.1	-7.1	-5.6	-6.2	-6.6	-7.9	-8.8	-8.7	-4.6
	起日	10	10	10	11	10	10	10	10	18
冬日	日数	20	25	22	27	24	27	27	27	26
	平年値	24.7	26.4	26.1	27.3	24.7	27.2	28.5	28.2	25.5
真冬日	日数	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	平年値	0.6	1.6	0.8	2.0	0.2	3.0	4.9	3.1	0.2

地点名		岩手松尾	好摩	岩泉	小本	薮川	雫石	盛岡	区界	宮古
最低 気温	月極値	-7.3	-7.4	-4.8	-3.9	-13.2	-6.6	-4.1	-12.9	-3.1
	起日	18	18	10	11	10	18	10	10	18
冬日	日数	25	24	22	19	29	24	16	30	16
	平年値	26.6	25.5	24.7	23.6	29.8	25.9	23.6	29.1	20.2
真冬日	日数	0	0	0	0	1	0	0	3	0
	平年値	1.5	0.8	0.3	0.1	9.2	1.2	0.5	10.1	0.0

地点名		沢内	紫波	川井	花巻	大迫	山田	湯田	遠野	北上
最低 気温	月極値	-10.6	-6.2	-3.8	-5.7	-6.6	-4.2	-7.1	-8.1	-3.1
	起日	11	18	10	18	11	11	11	12	18
冬日	日数	28	23	17	20	22	22	22	24	14
	平年値	---	24.5	23.6	24.7	25.9	23.0	27.3	26.0	20.0
真冬日	日数	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	平年値	---	0.5	0.5	0.3	0.5	0.0	2.2	0.9	0.4

地点名		釜石	若柳	江刺	住田	大船渡	一関	千厩
最低 気温	月極値	-1.6	-6.0	-5.4	-5.1	-3.1	-4.3	-6.6
	起日	12	18	18	12	12	11	13
冬日	日数	9	18	15	19	11	15	21
	平年値	17.0	22.9	22.3	23.9	17.0	20.0	24.5
真冬日	日数	0	0	0	0	0	0	0
	平年値	0.0	0.6	0.3	0.2	0.0	0.1	0.1

注1) 冬日：日最低気温が0℃未満の日、真冬日：日最高気温が0℃未満の日。

注2) 各日数の下段の値：平年値で1991-2020年（花巻は2003-2020年）の平均値。

「---」は平年値なし。

注3) 記号の意味)：準正常値で、データの一部に欠測があることを表す。

注4) 記号の意味]：資料不足値で、データが許容範囲を超えて欠けていることを表す。

各種観測値、統計値や平年値及び季節予報は気象庁ホームページに掲載しています。

【気象資料】 <https://www.data.jma.go.jp/stats/etrn/index.php>

【気象データのダウンロード(CSV)】 <https://www.data.jma.go.jp/gmd/risk/obsdl/index.php>

【季節予報】
https://www.jma.go.jp/bosai/season/#area_type=offices&area_code=030000&term=1month

【注意事項】

2021年3月2日より、盛岡・宮古・大船渡を除く地点の日照計による日照時間の観測を終了し、「推計気象分布（日照時間）」による推計値を日照時間データとしています。これに伴い、平年値も推計値によるものに補正しています。

本資料に掲載されている観測値は断り書きがない限り、盛岡は気象官署、宮古・大船渡は特別地域気象観測所、その他の観測所は地域気象観測所の観測値を使用しています。

なお、本資料の著作権は盛岡地方気象台が有しています。掲載されているデータや図表を利用する場合は「盛岡地方気象台の資料に拠った」旨記載して下さい。

また、営利を目的に増刷など行う場合は所定の手続きに拠るものとします。

(本資料に関する問い合わせ先)

盛岡地方気象台 電話019(622)7870