

# 長野県気象旬報

## 令和8年3月中旬

長野地方気象台

令和8年3月23日発行

### 【天気概況】

この期間の天気は、高気圧に覆われて晴れの日が多くなりましたが、低気圧や前線の影響で雨や雪の日もありました。

長野の旬平均気温は平年並、旬間日照時間はかなり多く、旬降水量は少なくなりました。

### 【旬の値】

|     | 気温 (°C) |     |     | 日照 (h) |      |       | 降水量 (mm) |      |     |
|-----|---------|-----|-----|--------|------|-------|----------|------|-----|
|     | 実況値     | 平年値 | 階級  | 実況値    | 平年値  | 階級    | 実況値      | 平年値  | 階級  |
| 長野  | 4.7     | 4.3 | 平年並 | 74.6   | 59.0 | かなり多い | 6.0      | 16.0 | 少ない |
| 松本  | 4.7     | 4.6 | 平年並 | 78.5   | 65.1 | かなり多い | 2.0      | 18.3 | 少ない |
| 諏訪  | 4.0     | 3.9 | 平年並 | 79.0   | 67.7 | 多い    | 14.5     | 23.2 | 平年並 |
| 軽井沢 | 1.1     | 1.1 | 平年並 | 67.1   | 67.1 | 平年並   | 7.0      | 16.5 | 少ない |
| 飯田  | 6.7     | 5.9 | 平年並 | 78.9   | 64.0 | かなり多い | 29.0     | 40.6 | 平年並 |

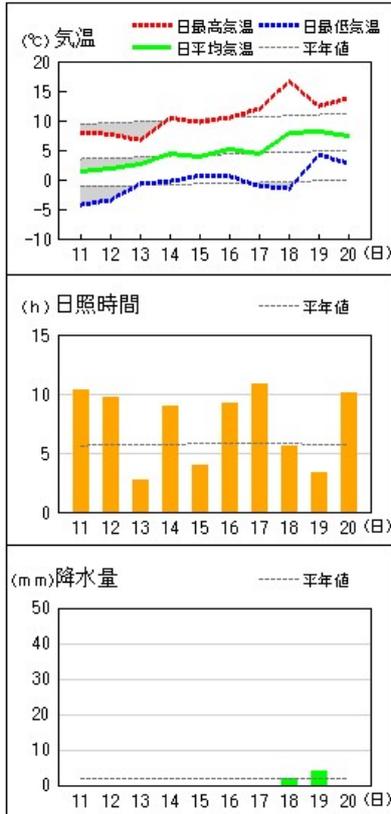
### 【日毎の概況】 (長野)

|     | 昼 (06h00m~18h00m) | 夜 (18h00m~翌06h00m) |
|-----|-------------------|--------------------|
| 11日 | 晴時々曇              | 曇時々晴               |
| 12日 | 晴時々曇              | 曇一時晴後時々雪           |
| 13日 | 曇、みぞれを伴う          | 晴時々曇               |
| 14日 | 晴                 | 晴時々曇一時雪、みぞれを伴う     |
| 15日 | 曇時々雨後晴、みぞれを伴う     | 曇一時晴               |
| 16日 | 晴一時曇              | 曇時々晴               |
| 17日 | 晴一時曇              | 晴                  |
| 18日 | 晴後曇一時雨            | 雨                  |
| 19日 | 曇時々雨後晴            | 曇                  |
| 20日 | 晴時々曇              | 曇時々晴一時雨            |

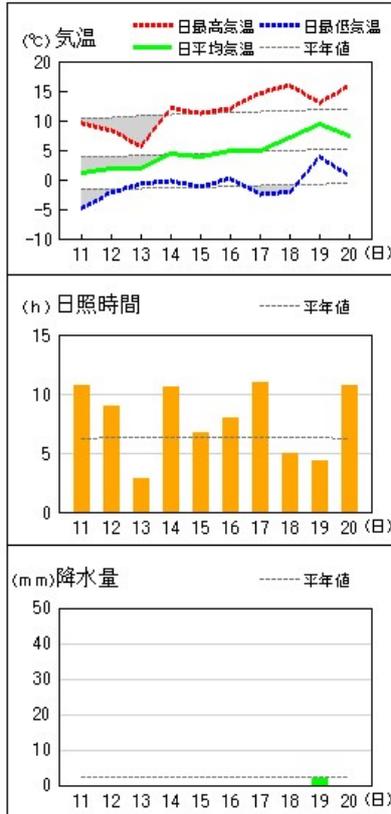
※長野（気象台）の日毎の概況（昼夜別）を掲載しています。

アメダス 気象経過図：2026年03月11日-2026年03月20日

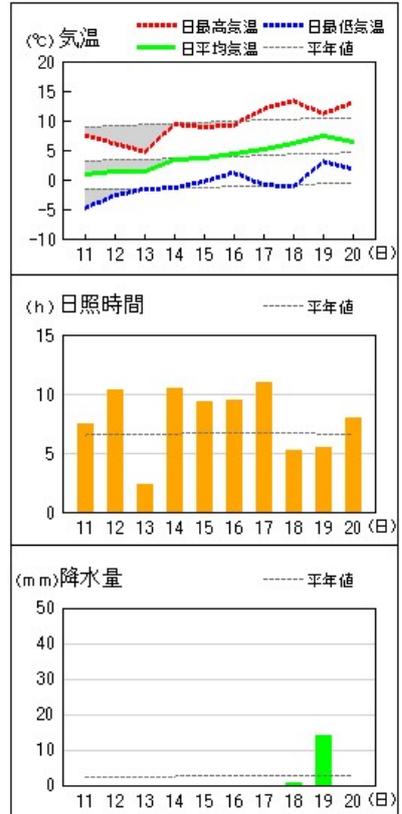
長野



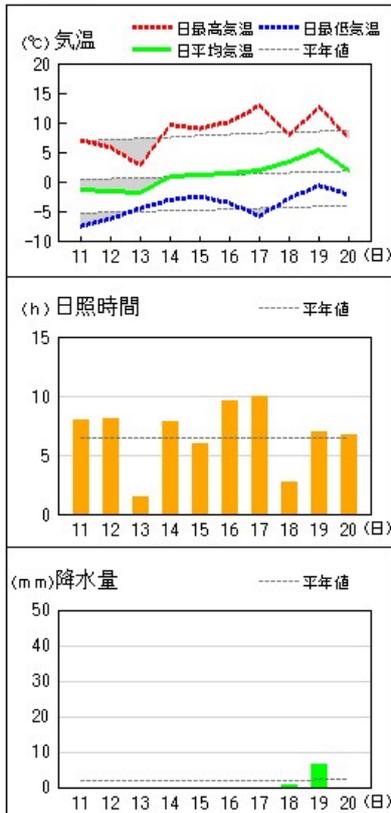
松本



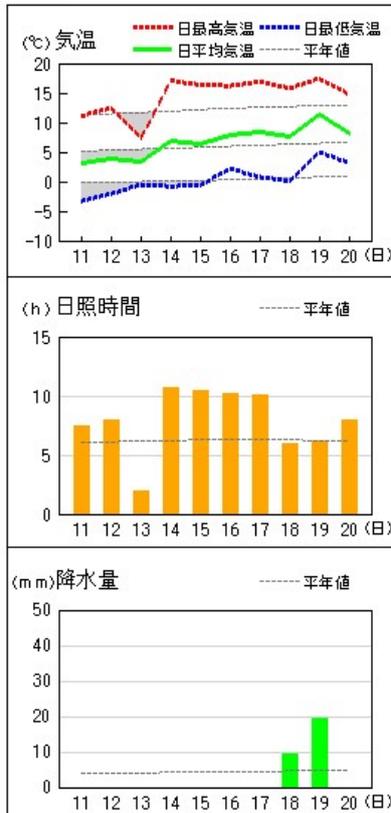
諏訪



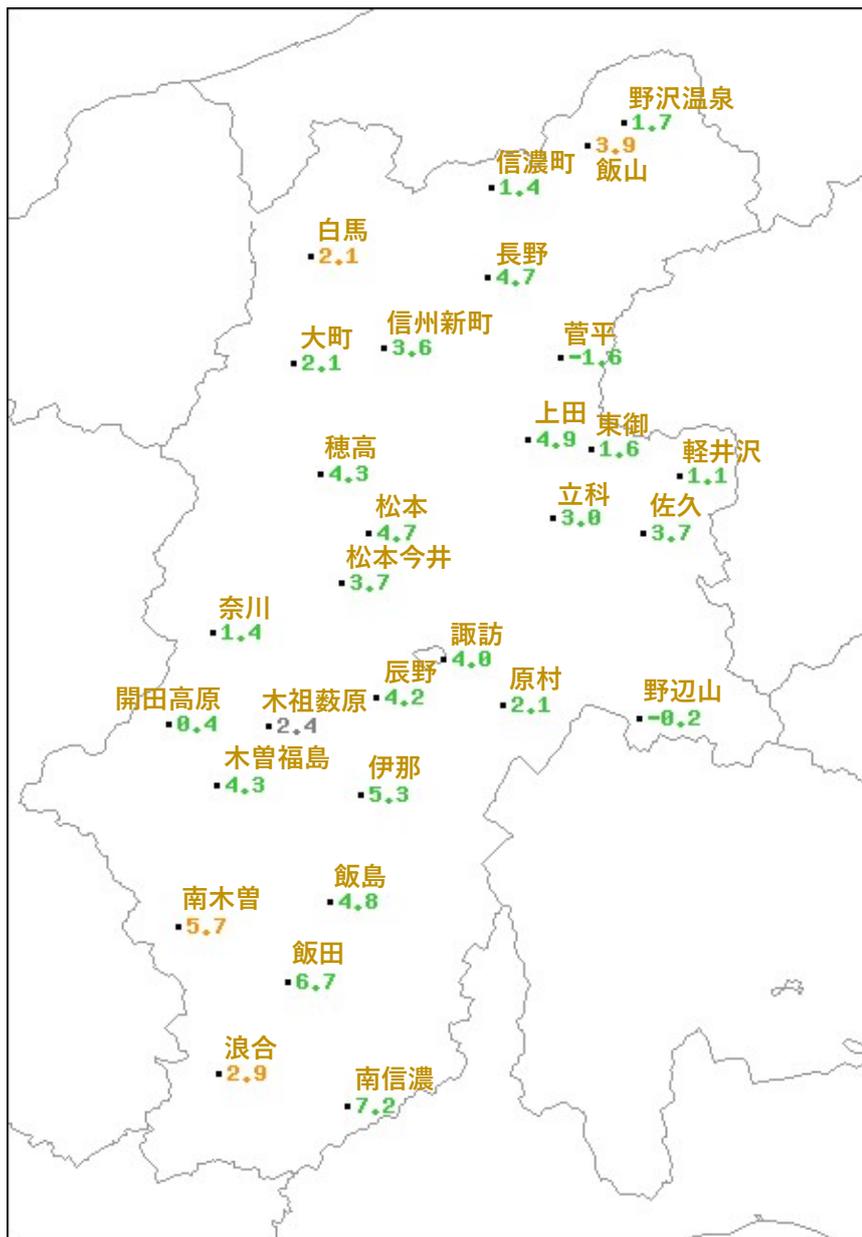
軽井沢



飯田



# 平均気温 (°C)



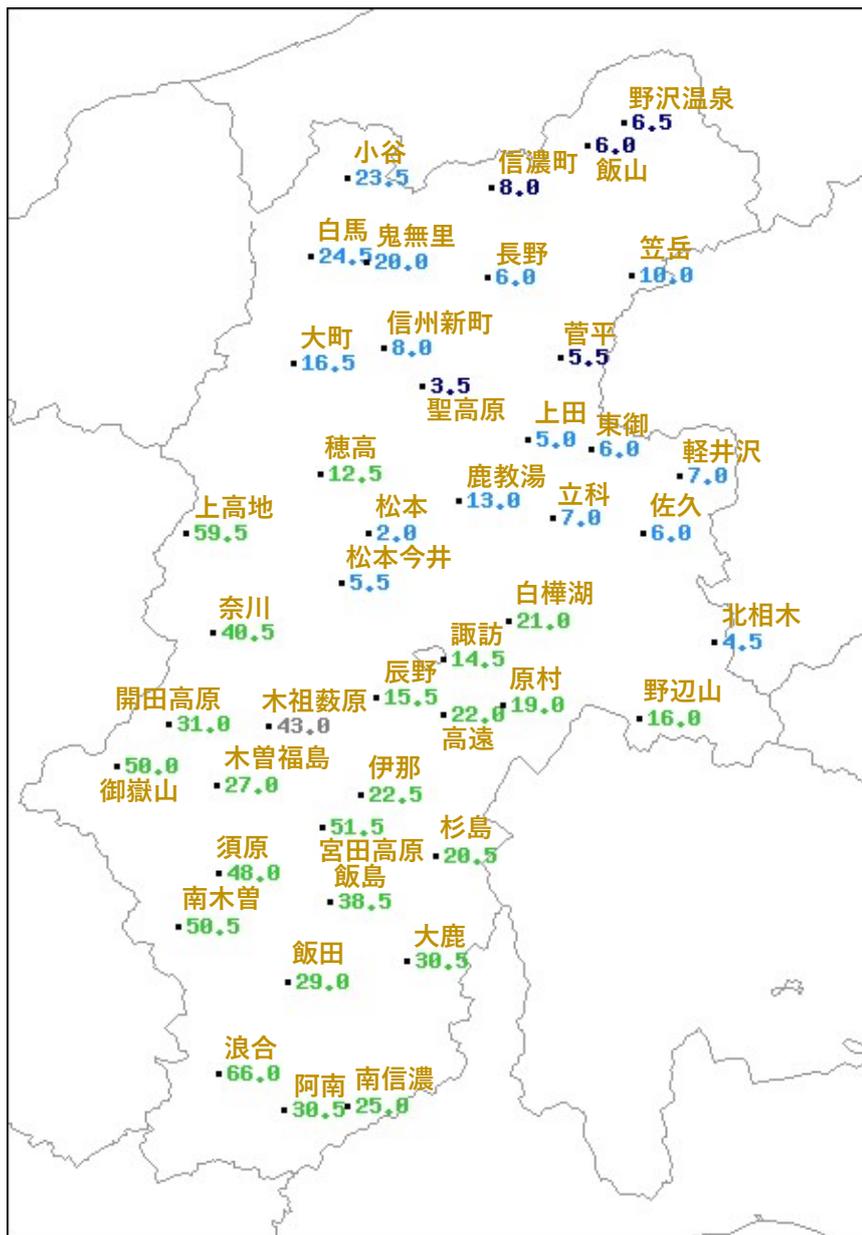
階級区分



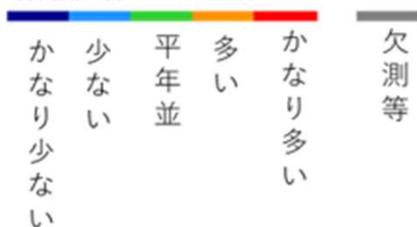
| 記号 | 統計値区分 |
|----|-------|
| D  | 正常値   |
| -- | 現象なし  |
| D) | 準正常値  |
| D] | 資料不足値 |
| X  | 欠測    |
| // | 平年値なし |

| 地点名  | 実況値  | 平年値  | 平年差  |
|------|------|------|------|
| 野沢温泉 | 1.7  | 1.8  | -0.1 |
| 信濃町  | 1.4  | 1.0  | +0.4 |
| 飯山   | 3.9  | 2.2  | +1.7 |
| 白馬   | 2.1  | 1.1  | +1.0 |
| 長野   | 4.7  | 4.3  | +0.4 |
| 大町   | 2.1  | 1.5  | +0.6 |
| 信州新町 | 3.6  | 3.0  | +0.6 |
| 菅平   | -1.6 | -1.8 | +0.2 |
| 上田   | 4.9  | 4.5  | +0.4 |
| 穂高   | 4.3  | 4.1  | +0.2 |
| 東御   | 1.6  | 1.9  | -0.3 |
| 立科   | 3.8  | 3.0  | +0.8 |
| 佐久   | 3.7  | 3.4  | +0.3 |
| 軽井沢  | 1.1  | 1.1  | 0.0  |
| 松本   | 4.7  | 4.6  | +0.1 |
| 松本今井 | 3.7  | 4.0  | -0.3 |
| 立科   | 3.0  | 2.8  | +0.2 |
| 野辺山  | -0.2 | -0.5 | +0.3 |
| 諏訪   | 4.0  | 3.9  | +0.1 |
| 開田高原 | 0.4  | -0.5 | +0.9 |
| 木祖藪原 | 2.4  | //   | //   |
| 辰野   | 4.2  | 3.5  | +0.7 |
| 原村   | 2.1  | 1.8  | +0.3 |
| 野辺山  | -0.2 | -0.5 | +0.3 |
| 木曾福島 | 4.3  | 3.3  | +1.0 |
| 伊那   | 5.3  | 4.3  | +1.0 |
| 南木曾  | 5.7  | 4.3  | +1.4 |
| 飯島   | 4.8  | 3.9  | +0.9 |
| 飯田   | 6.7  | 5.9  | +0.8 |
| 浪合   | 2.9  | 2.3  | +0.6 |
| 南信濃  | 7.2  | 6.2  | +1.0 |

# ■ 降水量 (mm)



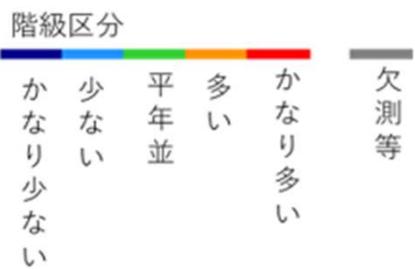
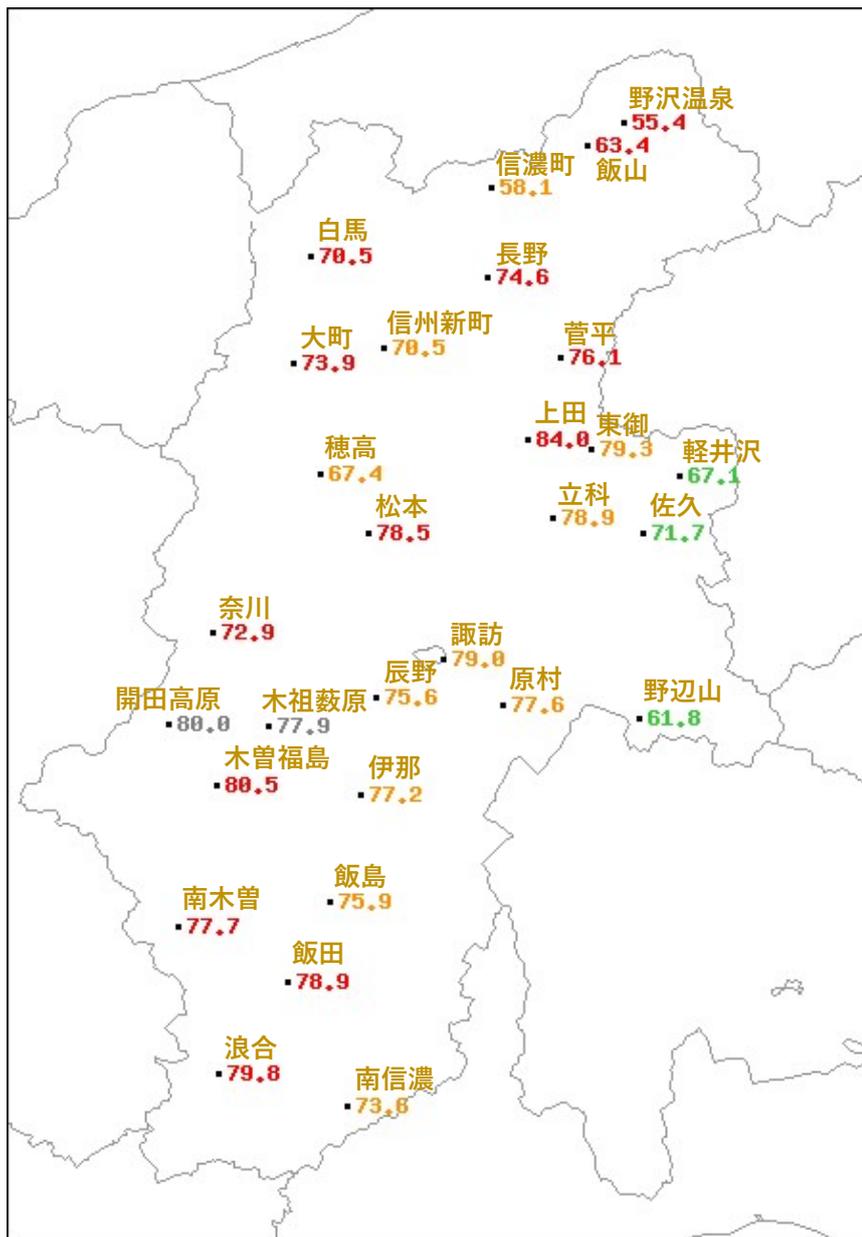
## 階級区分



| 記号 | 統計値区分 |
|----|-------|
| D  | 正常値   |
| -- | 現象なし  |
| D) | 準正常値  |
| D] | 資料不足値 |
| X  | 欠測    |
| // | 平年値なし |

| 地点名  | 実況値  | 平年値  | 平年比(%) |
|------|------|------|--------|
| 野沢温泉 | 6.5  | 35.0 | 19     |
| 信濃町  | 8.0  | 29.2 | 27     |
| 飯山   | 6.0  | 27.3 | 22     |
| 小谷   | 23.5 | 48.2 | 49     |
| 白馬   | 24.5 | 42.1 | 58     |
| 鬼無里  | 20.0 | 35.6 | 56     |
| 長野   | 6.0  | 16.0 | 38     |
| 笠岳   | 10.0 | 26.7 | 37     |
| 大町   | 16.5 | 28.9 | 57     |
| 信州新町 | 8.0  | 20.9 | 38     |
| 菅平   | 5.5  | 21.7 | 25     |
| 聖高原  | 3.5  | 21.0 | 17     |
| 上田   | 5.0  | 12.6 | 40     |
| 穂高   | 12.5 | 21.2 | 59     |
| 東御   | 6.0  | 13.7 | 44     |
| 軽井沢  | 7.0  | 16.5 | 42     |
| 上高地  | 59.5 | 59.6 | 100    |
| 松本   | 2.0  | 18.3 | 11     |
| 松本今井 | 5.5  | 18.5 | 30     |
| 鹿教湯  | 13.0 | 25.0 | 52     |
| 立科   | 7.0  | 15.3 | 46     |
| 佐久   | 6.0  | 11.9 | 50     |
| 白樺湖  | 21.0 | 29.7 | 71     |
| 奈川   | 40.5 | 46.4 | 87     |
| 諏訪   | 14.5 | 23.2 | 63     |
| 北相木  | 4.5  | 14.3 | 31     |
| 開田高原 | 31.0 | 47.3 | 66     |
| 木祖藪原 | 43.0 | //   | //     |
| 辰野   | 15.5 | 29.5 | 53     |
| 高遠   | 22.0 | 31.3 | 70     |
| 原村   | 19.0 | 25.5 | 75     |
| 野辺山  | 16.0 | 20.3 | 79     |
| 御嶽山  | 50.0 | 62.8 | 80     |
| 木曾福島 | 27.0 | 42.1 | 64     |
| 伊那   | 22.5 | 35.2 | 64     |
| 宮田高原 | 51.5 | 58.4 | 88     |
| 杉島   | 20.5 | 39.3 | 52     |
| 須原   | 48.0 | 50.6 | 95     |
| 南木曾  | 50.5 | 58.3 | 87     |
| 飯島   | 38.5 | 52.4 | 73     |
| 大鹿   | 30.5 | 40.2 | 76     |
| 飯田   | 29.0 | 40.6 | 71     |
| 浪合   | 66.0 | 69.5 | 95     |
| 阿南   | 30.5 | 43.6 | 70     |
| 南信濃  | 25.0 | 41.5 | 60     |

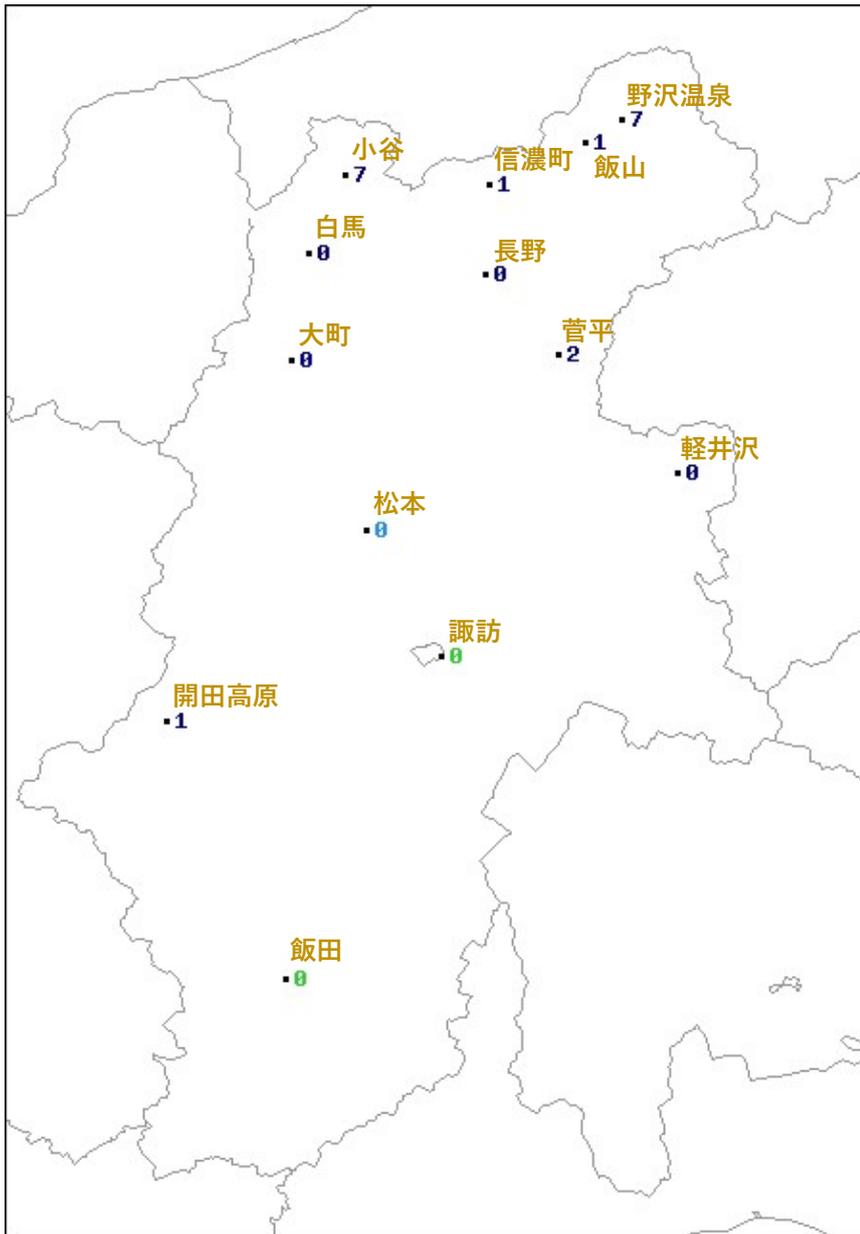
# 日照時間 (h)



| 記号 | 統計値区分 |
|----|-------|
| D  | 正常値   |
| -- | 現象なし  |
| D) | 準正常値  |
| D] | 資料不足値 |
| X  | 欠測    |
| // | 平年値なし |

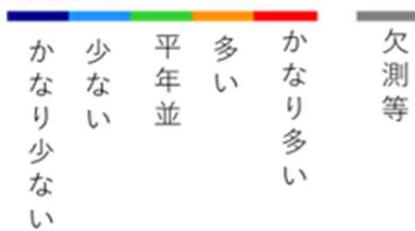
| 地点名  | 実況値  | 平年値  | 平年比(%) |
|------|------|------|--------|
| 野沢温泉 | 55.4 | 38.4 | 144    |
| 信濃町  | 58.1 | 43.8 | 133    |
| 飯山   | 63.4 | 45.3 | 140    |
| 白馬   | 70.5 | 46.9 | 150    |
| 長野   | 74.6 | 59.0 | 126    |
| 大町   | 73.9 | 56.2 | 131    |
| 信州新町 | 70.5 | 58.3 | 121    |
| 菅平   | 76.1 | 55.4 | 137    |
| 上田   | 84.0 | 68.9 | 122    |
| 穂高   | 67.4 | 59.3 | 114    |
| 東御   | 79.3 | 69.4 | 114    |
| 軽井沢  | 67.1 | 67.1 | 100    |
| 松本   | 78.5 | 65.1 | 121    |
| 立科   | 78.9 | 67.1 | 118    |
| 佐久   | 71.7 | 67.5 | 106    |
| 奈川   | 72.9 | 54.2 | 135    |
| 諏訪   | 79.0 | 67.7 | 117    |
| 開田高原 | 80.0 | //   | //     |
| 木祖藪原 | 77.9 | //   | //     |
| 辰野   | 75.6 | 63.1 | 120    |
| 原村   | 77.6 | 65.9 | 118    |
| 野辺山  | 61.8 | 62.6 | 99     |
| 木曾福島 | 80.5 | 61.8 | 130    |
| 伊那   | 77.2 | 64.0 | 121    |
| 南木曾  | 77.7 | 57.7 | 135    |
| 飯島   | 75.9 | 60.8 | 125    |
| 飯田   | 78.9 | 64.0 | 123    |
| 浪合   | 79.8 | 61.4 | 130    |
| 南信濃  | 73.6 | 61.1 | 120    |

## ■ 降雪量（積雪差合計）（cm）



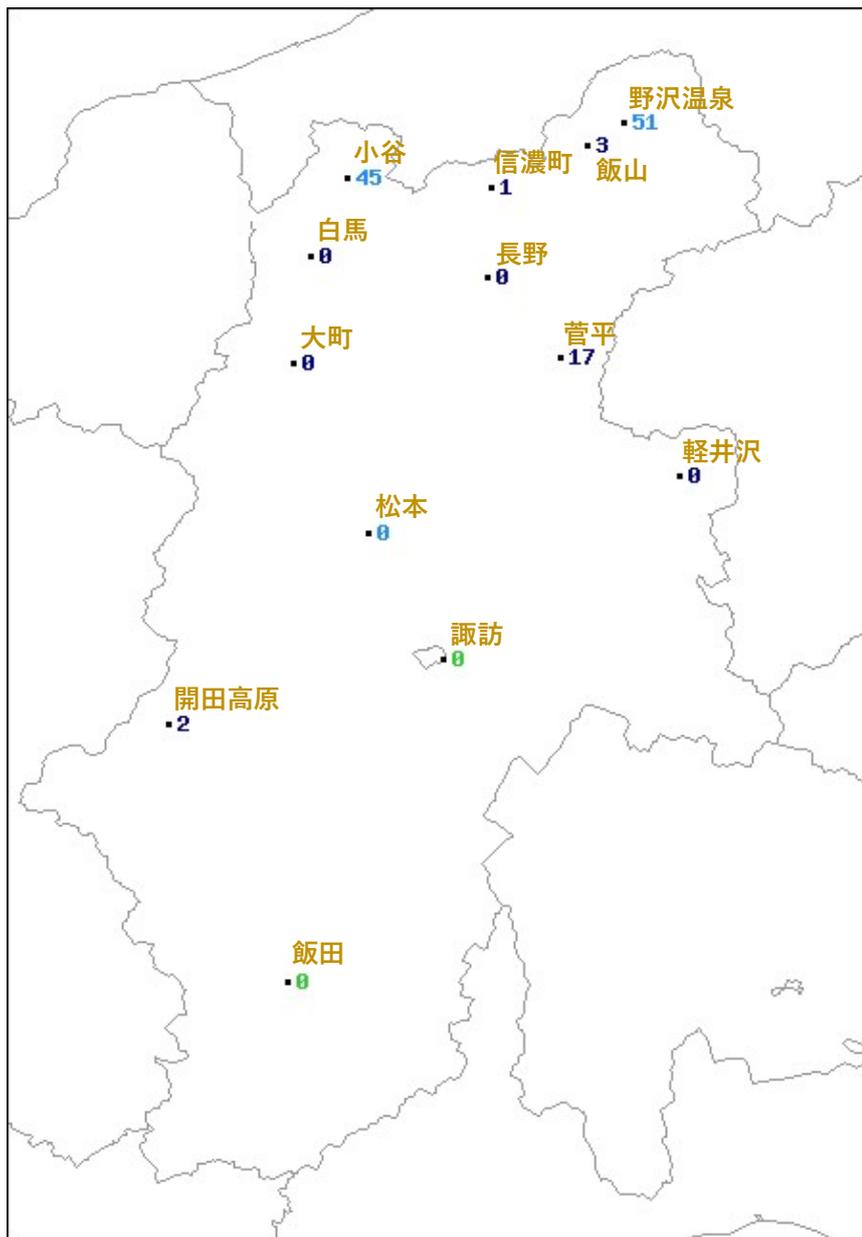
| 地点名  | 実況値 | 平年値 | 平年比(%) |
|------|-----|-----|--------|
| 野沢温泉 | 7   | 53  | 13     |
| 信濃町  | 1   | 39  | 3      |
| 飯山   | 1   | 38  | 3      |
| 小谷   | 7   | 42  | 17     |
| 白馬   | 0   | 33  | 0      |
| 長野   | 0   | 5   | 0      |
| 大町   | 0   | 22  | 0      |
| 菅平   | 2   | 42  | 5      |
| 軽井沢  | 0   | 8   | 0      |
| 松本   | 0   | 3   | 0      |
| 諏訪   | 0   | 2   | 0      |
| 開田高原 | 1   | 28  | 4      |
| 飯田   | 0   | 1   | 0      |

### 階級区分

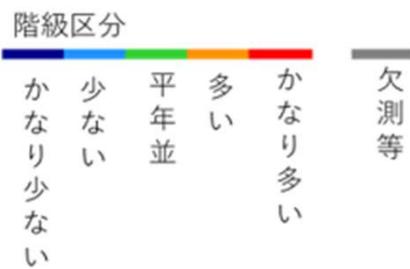


| 記号 | 統計値区分 |
|----|-------|
| D  | 正常値   |
| -- | 現象なし  |
| D) | 準正常値  |
| D] | 資料不足値 |
| X  | 欠測    |
| // | 平年値なし |

# ■ 最深積雪 (cm)



| 地点名  | 実況値 | 平年値 | 平年比(%) |
|------|-----|-----|--------|
| 野沢温泉 | 51  | 147 | 35     |
| 信濃町  | 1   | 68  | 1      |
| 飯山   | 3   | 89  | 3      |
| 小谷   | 45  | 115 | 39     |
| 白馬   | 0   | 50  | 0      |
| 長野   | 0   | 4   | 0      |
| 大町   | 0   | 18  | 0      |
| 菅平   | 17  | 78  | 22     |
| 軽井沢  | 0   | 11  | 0      |
| 松本   | 0   | 3   | 0      |
| 諏訪   | 0   | 2   | 0      |
| 開田高原 | 2   | 47  | 4      |
| 飯田   | 0   | 1   | 0      |



| 記号 | 統計値区分 |
|----|-------|
| D  | 正常値   |
| -- | 現象なし  |
| D) | 準正常値  |
| D] | 資料不足値 |
| X  | 欠測    |
| // | 平年値なし |

## 情報の閲覧・検索のご案内

長野県気象旬報に掲載されていないデータや最新のデータについては、以下をご覧ください。

○気象庁ホームページ (<https://www.jma.go.jp/jma/index.html>)

○長野地方気象台 (<https://www.data.jma.go.jp/nagano/>)

### ☆長野県版気象庁HPデータリンク集からのデータ検索や取得

(<https://www.data.jma.go.jp/nagano/shosai/datalink/datalink.html>)

- ✓ 警報・注意報、気象情報…長野県に現在発表されている情報が閲覧できます。
- ✓ 過去の気象災害…長野県で突風や大雨、台風等で災害があった場合の気象状況を取りまとめた気象速報を閲覧できます。
- ✓ 天気予報、週間予報、1か月予報、早期天候情報、3か月予報…現在発表されている情報を閲覧できます。
- ✓ 日々の天気図…過去の天気図を閲覧できます。
- ✓ 台風経路図…過去の台風の経路の資料を検索できます。

### ☆気象庁HPからの観測データの検索や取得

- 過去の気象データ検索…昨日までの気象観測データ、平年値、地点ごとの観測史上1~10位の値などを閲覧できます。  
(<https://www.data.jma.go.jp/obd/stats/etrn/index.php>)
- 過去の気象データ・ダウンロード…昨日までの気象観測データから、複数地点の複数項目を、数日間の平均・合計値の集計や平年値や最近の数年間平均値と比較することができます。データはCSVファイルとしてダウンロードできますので、簡便に市販の表計算ソフトに取り込むことができます。  
(<https://www.data.jma.go.jp/gmd/risk/obsdl/index.php>)
- 天候の状況…低温・少雨・日照不足などの状況を、全国各地の気温・降水量・日照時間の5日以上の平均(合計)値やその平年差・平年比でも検索できます。  
(<https://www.data.jma.go.jp/obd/stats/data/mdrr/tenkou/indexTenkouTem5dhi.html>)
- 気候リスク管理…2週目以降の気温の予測資料の検索や、1か月予報や早期天候情報に用いる気温予測データ(ガイダンス)をCSV形式で取得できます。  
(<https://www.data.jma.go.jp/gmd/risk/>)
- 地球環境・気候…異常気象、最近の天候、地球温暖化に関するリンクがまとめられています。  
(<https://www.data.jma.go.jp/cpdinfo/menu/index.html>)
- 生物季節観測の情報…さくら、かえで、つばめ、あぶらぜみ等の開花や紅(黄)葉、初見、初鳴などの生物季節観測の情報が閲覧できます。  
(<https://www.data.jma.go.jp/sakura/data/index.html>)
- 過去の災害をもたらした台風・大雨・地震・火山噴火等の自然現象のとりまとめ資料…暴風・豪雨・地震等の自然現象による災害が発生した場合に、災害を引き起こした現象や気象庁のとった措置等の概要を取り纏めた災害時自然現象報告書を閲覧できます。  
([https://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/saigai\\_link.html](https://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/saigai_link.html))

## 資料の見方

本資料の観測値や統計値の定義は「気象観測統計指針」に準拠しています。詳しくは気象庁ホームページの「気象観測統計の解説」のページ (<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/stats/>) に掲載しています。以下、主要要素の定義等の概要を示します。

### 【要素の定義】

|           |   |
|-----------|---|
| 平均気温 (°C) | 日平均気温の期間平均値。                              |
| 降水量 (mm)  | 日降水量の期間合計値。「-」は降水なし、「0.0」は0.5mm未滿の降水を表す。  |
| 日照時間 (h)  | 地域気象観測所の日照時間は推計気象分布を用いた推計値。0.1時間未滿は「0.0」。 |
| 降雪量 (cm)  | 毎正時の降雪の深さの合計値。                            |
| 最深積雪 (cm) | 毎正時の積雪の深さの最大値。                            |

### 【記号】

|    |   |
|----|---|
| )  | 準正常値。観測結果にやや疑問がある値及び資料が許容範囲内で欠けた状態で統計した値。                   |
| ]  | 資料不足値。資料が許容範囲を超えて欠けた状態で観測及び統計した値。                           |
| ×  | 欠測。休止や測器の故障等により観測値、統計値が得られない場合。または明らかに誤差が大きく間違いであると確定できる場合。 |
| // | 観測所の移転等のため資料年数が少なく平年値を算出できない場合。または平年値が0のため平年比を算出できない場合。     |
| 空欄 | 観測を行っていない場合。  |

### 【階級について】

ある気象要素の分布を値の高い(多い)、低い(少ない)によって複数の群(階級)に分けたとき、各群の境界値を階級区分値という。解説用階級区分は、「低い(少ない)」、「平年並」、「高い(多い)」の3階級とし、それぞれの出現率を同じ割合にする。また、低い(少ない)方または高い(多い)方から出現率10%の範囲を、それぞれ「かなり低い(少ない)」、「かなり高い(多い)」と表し、補足的に用いる。

### 【平年値について】

気象庁では、その時々気象や天候を評価する基準、あるいは地点での気候を表す値として「平年値」を作成、公開している。現在は1991年から2020年までの30年間の累年平均値である「2020年平年値」を平年値として使用している。

### 【平年差・平年比について】

平年差は平年値との差。平年比は平年値に対する比。

### — 利用上の注意 —

本資料の内容は速報です。後日訂正する場合があります。また、利用規約等は気象庁ホームページの利用規約 (<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/info/coment.html>) に準拠します。なお、本資料のデータ等を利用した場合は「長野地方気象台提供」等と明記願います。