

お天気解説 アキラのズバツと

最も寒い期間「大寒」に..

令和8年1月30日

江戸川区気象防災アドバイザー 藤井 聡

暦で最も寒い時季とされる大寒は節分（今年
は2月3日）までの期間を云うことがあります。
実際、毎日の最高・最低気温の平年を調べると、
この期間が最も低くなります（右図参照）。

東京地方では、この時季いつも晴れることが
多いですが、日本海側は最も雪が多くなります。
1963年1月、北陸を中心に豪雪となり、積
雪が富山で186cm、金沢で181cm、福井では
213cmにもなりました。積雪が3m以上になった

地域も多く、線路や道路の日々の除雪に必死でしたが、翌朝はまた雪が深く積もってしまい、
除雪が追いつきませんでした。校舎が雪にすっぽり埋もれた学校は、雪に穴を掘って2階から入
りました。生活できなくなった住民が集団で離れた村もありました。この豪雪により犠牲者が

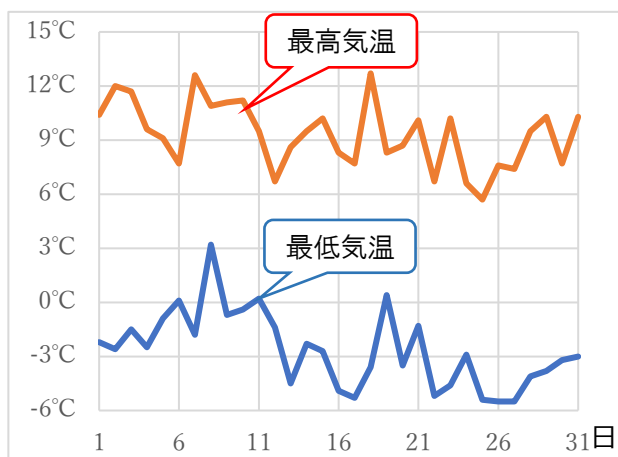


図2 東京都心の最高・最低気温（1963年1月）

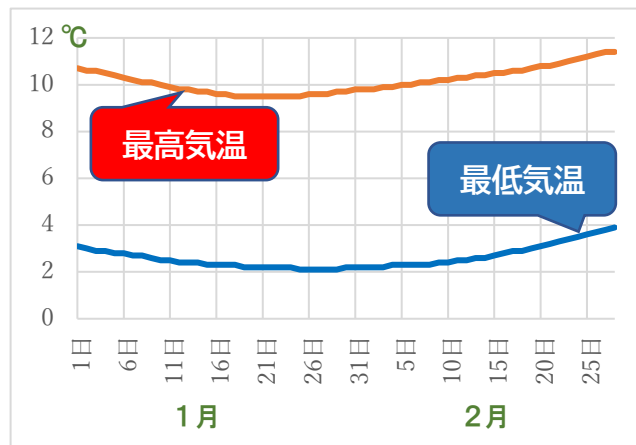


図1 1・2月最高最低気温の平年（江戸川臨海）

全国で200名を超え、気象庁はこの豪雪を「昭和
38年1月豪雪」（三八豪雪）と命名しました。

東京では毎日晴れた日が続きましたが、最低気
温が氷点下になる「冬日」がほぼ毎日でした（図
2）。大寒のころである1月下旬は、都心の最低気
温が-5℃以下になった日も多かったです。湿度が
とても低く6%にもなった日もあり、月間の降水
量は僅か0.2ミリ。その後、春も雨が少なく、都内
では日暮里などで大規模な火災が発生しています。

2026年01月30日11時 気象庁 発表				
日付		今日 30日(金)	明日 31日(土)	明後日 01日(日)
東京地方		晴 	晴 	晴時々曇
降水確率(%)		-/-/0/0	0/0/0/0	10
信頼度		-	-	-
東京 気温 (℃)	最高	9	9	10 (8~11)
	最低	-	0	1 (-1~2)

東京地方の週間天気予報より

（気象庁HPから抜粋）

週末は晴れて、日中の気温は平年並み前後になり
そうです。湿度が低いので火の取り扱いには
十分に注意してください。

クリックすると気象庁による新しい情報が見られま
す。