# お天気解説 アキラのズバッと

## 「放射冷却」と服装

令和８年 11 月６日

江戸川区気象防災アドバイザー　藤井　聡

明日7日は「立冬」。北風が吹く夕方は寒く感じます。この時季は、風の無いよく晴れた夜は思いのほか冷え込みます。これは「放射冷却」と云う地表の熱が奪われる現象が起こるからです。

カップに温かい飲み物を入れて置く時、蓋をすると熱が逃げずに温かさを保ちますが、蓋をしないと熱がどんどん逃げていきます。雲の無いよく晴れた夜は冷え込みますが、雲が広がった夜はあまり冷え込まないのは、雲がカップの蓋と同じように熱を逃がさない役割をするからです。

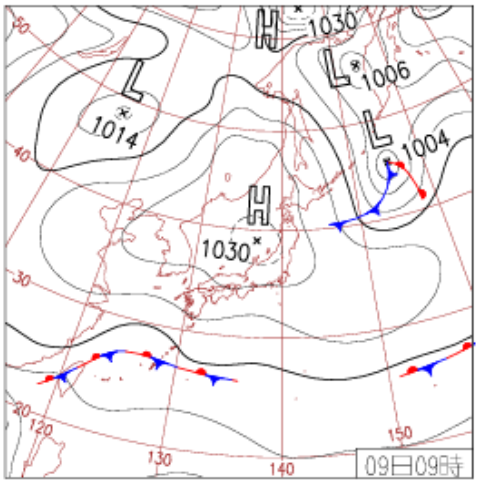



図1　2024 年 11 月 9 日天気図(気象庁 HP より)

風が吹くと、地表付近で気温の下がり始めた空気と、地表より上の暖かな空気が混ざり合うため気温があまり下がりませんが、風が吹かないと地表付近では下がり続けます。

高気圧が日本列島の真上に来ると風が吹かなくなり、放射冷却が起こりやすくなります（図１）。放射冷却により霜が降りることもあります。また、地表近くの気温が上空よりも低くなる「逆転層」ができます。冷えた空気は重いため煙や排気ガスなどによる空気の汚れは、その中に閉じ込められて地表付近に溜まりやすくなります。昭和の東京は、こうした空気の汚れが今よりも多かったため冬の朝に灰色の空気に包まれることがよくありました。

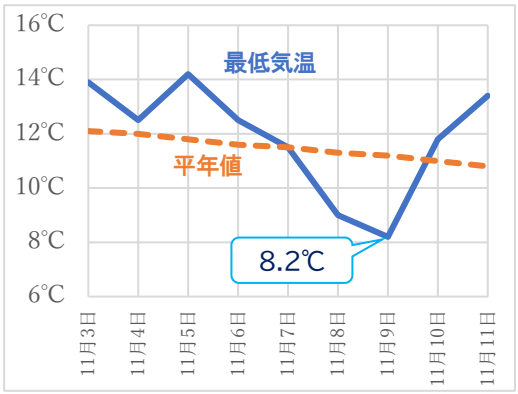



図 2　2024 年 11 月 3～11 日の江戸川臨海最低気温

さて、図1 のような放射冷却が起こった朝は、最低気温が平年をぐっと下回り、朝は強い冷え込みになったことが分かります（図２）。朝晩の服装も 1枚羽織るなど気を配りたいです。

2026年11月06日05時　気象庁　発表

| 日付 | | 今日 06日(金) | 明日 07日(土) | 明後日 08日(日) |
|---|---|---|---|---|
| 東京地方 | | 晴時々曇 | 晴 | 曇時々晴 |
| 降水確率(%) | | -/0/0/10 | 10/0/0/0 | 30 |
| 信頼度 | | - | - | A |
| 東京 気温 (℃) | 最高 | 25 | 21 | 17 (15～19) |
| | 最低 | - | 12 | 10 (8～11) |

**東京地方の週間天気予報**
**（気象庁HPから抜粋）**

週末は晴れそうです。土曜日後半から気温が下がり、寒く感じそうです。

**クリックすると気象庁による新しい情報が見られます。**