

2026 年 8 月 4 日

ウェザーニューズ、8～10 月の暑さ傾向を発表
暑さが長引く予想 8 月下旬は一時的に“ダブル高気圧”で厳しい残暑に
～令和 8 年熊本地震の復旧作業は熱中症に厳重な警戒を～

株式会社ウェザーニューズ(本社:千葉市美浜区、代表取締役社長:石橋 知博)は、「猛暑見解 2026」を更新して本日発表しました。今年の 8～10 月の気温は全国的に平年より高くなる見込みです。

7 月から 8 月上旬にかけては、フェーン現象による熱風や太平洋高気圧とチベット高気圧の 2 つの高気圧の影響で、東海地方で 5 日連続で酷暑日が観測されるなど非常に厳しい暑さとなりました。8 月中旬は一時的に暑さが落ち着くものの、8 月下旬以降は再び太平洋高気圧の勢力が強まり残暑が厳しくなる予想です。10 月以降も暖かい空気に覆われやすく、暑い期間が長引くと見ています。

令和 8 年熊本地震の震源地に近い熊本県熊本市や菊池市でも昨日 3 日に観測史上初めて酷暑日を観測し、今週も 35℃以上の猛暑日が予想されています。被災地周辺では屋外作業時のこまめな水分・塩分補給や、避難所での日よけ・扇風機の確保など熱中症に十分ご注意ください。最新見解は、「ウェザーニューズ」アプリやウェブサイトからご確認ください。

ウェザーニューズ長期予報	ウェザーニューズ「熱中症情報」
https://weathernews.jp/opinion/	https://weathernews.jp/heatstroke/

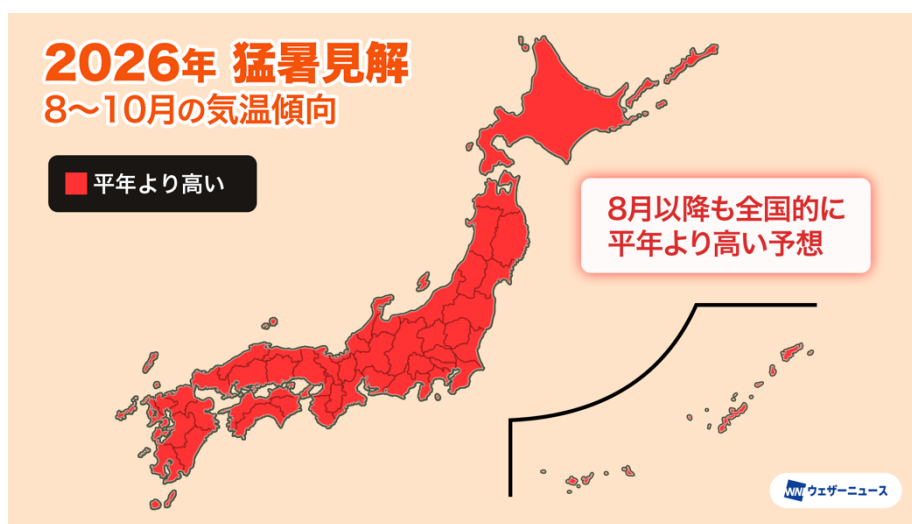


図 1 8～10 月の気温傾向

◆8～10 月の平均気温は全国的に平年より高い

今年 7 月の日本の平均気温は、7 月として過去最高の記録を更新した昨年ほどではなかったものの、梅雨明け後は西日本や東海を中心に猛烈な暑さとなりました。特に、7 月下旬には東海地方で 40℃以上の「酷暑日」が史上初となる 5 日連続で観測されるなど、危険な暑さになる日が多くなりました。暑さの原因となっているのが、フェーン現象による熱風や、太平洋高気圧とチベット高気圧の 2 つの高気圧です。高さの違う 2 つの高気圧が上空で重なり合って“ダブル高気圧”となり、非常に背の高い一つの高気圧のようになって、猛烈な暑さをもたらしました。

8 月に入ってから西日本や東海を中心に各地で猛烈な暑さが続いています。この先 10 月にかけての平均気温は全国的に平年よりも高めで、残暑の厳しい時期がありそうです。8 月中旬は上空の寒気や湿った空気の影響を受ける日もあり、天気がぐずつき、暑さが幾分和らぐ時期もありそうです。8 月下旬から 9 月上旬は太平洋高気圧の日本への張り出しが平年より強い状態となり、チベット高気圧も 8 月下旬に日本への張り出しを強める時期があるため、残暑が厳しくなる見通しです。9 月中旬以降は太平洋高気圧が次第に日本の南東に後退し、偏西風帯が南下してきて、残暑が和らぐ時期も出てきそうです。ただ、10 月以降は日本付近に南から暖気が流れ込みやすい気圧配置となる予想です。このため、全国的に平年よりも気温の高い傾向となる見込みです。

昨年夏(6～8 月)の平均気温は、夏として過去最も高くなり、全国 153 の气象台等のうち 132 の地点で、夏の平均気温が歴代 1 位の高温となりました。8 月上旬には群馬県伊勢崎市で 41.8℃の全国過去最高気温を記録しました。また、8 月は地球温暖化等の長期的な気候変動の監視に用いる 15 地点の観測値による日本の月平均気温は、これまで最も高かった 2023 年に次いで、8 月として、2024 年の記録と並び、2 位タイの高温となりました。これは、太平洋高気圧やチベット高気圧の日本付近への張り出しが平年よりも強かったことが主な要因とみられます。また、地球温暖化等の長期的な気候変動や日本近海から北太平洋中緯度帯の海面水温が記録的に高かったことなども影響したと考えられます。

9 月に入っても厳しい残暑が続き、沖縄・奄美では 9 月としての 1 位の高温となりました。10 月も西日本や沖縄・奄美を中心に気温がかなり高くなりました。これは、偏西風が平年よりも北寄りを流れ、日本付近は暖かい空気に覆われやすかったことが影響したとみられます。

今年は 8 月上旬や 8 月下旬から 9 月前半を中心に太平洋高気圧の張り出しが強く、残暑が厳しい時期がある見込みです。暑い期間が長くなるため、体調管理に気をつけてください。

※詳細は末尾の注釈参照

※下記に都道府県庁所在地別「真夏日」「猛暑日」「熱帯夜」日数の予測を記載

◆2 つの高気圧の見解

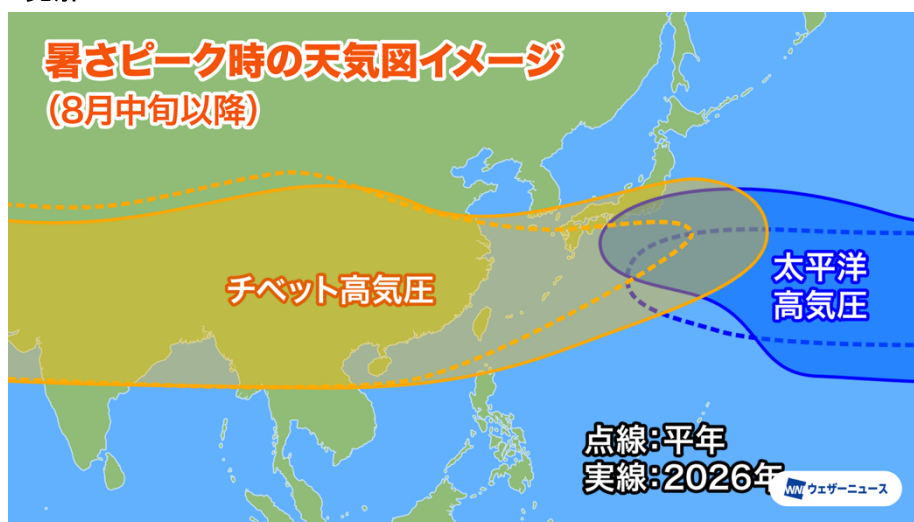


図 2 暑さピーク時の天気図イメージ(8 月中旬以降)

(1) 太平洋高気圧: 本州付近への張り出しが強まる

8 月下旬から 9 月上旬は、太平洋高気圧の日本付近への張り出しを強める時期がある見込みです。このため、全国的に暖かい空気に覆われやすく、気温は全国的に平年に比べて高くなりそうです。ただ、8 月の中旬は上空の寒気や湿った空気により天気がぐずついて、暑さが和らぐ時期がありそうです。

(2) チベット高気圧: 8 月下旬に日本付近への張り出しが強まる時期がある

チベット高気圧とは、北半球の夏季にチベット付近を中心に広範囲に広がる上空の高気圧です。8月下旬に、太平洋高気圧の勢力が強まると同時期にチベット高気圧も日本付近に張り出しを強め、残暑が厳しくなる時期がある見込みです。

その他、地球温暖化の影響等で北半球対流圏の平均気温が高くなっていることや、北日本付近で海水温がかなり高いことも、暑さの要因になり得と考えられます。

※本見解は2026年8月3日時点のものです。最新の見解は「ウェザーニュース」アプリまたはウェブサイト(<https://weathernews.jp>)からご確認ください。

◆エリアごとの見解 8～10月の平年との気温比較

エリア	平均気温	8～10月の暑さ見解
北日本	平年より高い	8月： 気温は平年より高い予想です。上空の寒気や湿った空気の影響で天気がぐずずいて暑さの収まる時期があるものの、晴れて暑い日が多い見込みです。 9月： 気温は平年より高い予想です。前線の影響で曇りや雨となり、暑さが収まる時期はあるものの、周期変化ながら晴れる日が多く、残暑の厳しい時期もある見込みです。 10月： 気温は平年より高い予想です。天気は周期的に変わりますが、平年より晴れる日が多い見込みです。また、低気圧通過後の寒気の流れ込みは弱く、暖かい日が多い見込みです。
東日本	平年より高い	8月： 気温は平年より高い予想です。晴れて暑さの厳しい日が多くなり、熱中症に警戒が必要です。ただ、上空の寒気や湿った空気の影響で天気がぐずつき、暑さの和らぐ時期もある見込みです。 9月： 気温は平年よりやや高い～高い予想です。高気圧に覆われて晴れて残暑の厳しい時期と、台風や湿った空気の影響でぐずつく時期があり、暑さの収まる時期もある見込みです。 10月： 気温は平年より高い予想です。天気は周期的に変わりますが、晴れる日が多い見込みです。寒気の流れ込みも弱く、暖かい空気に覆われやすい見込みです。
西日本	平年より高い	8月： 気温は平年より高い予想です。晴れて暑さの厳しい日が多くなり、熱中症に警戒が必要です。ただ、上空の寒気や湿った空気の影響で暑さの和らぐ時期もある見込みです。にわか雨や雷雨が発生しやすい日もあり、天気の急変にもご注意ください。また、台風の影響を受けるおそれがあります。 9月：

利です。「熱中症情報」と併せてご活用ください。

◇高性能気象 IoT センサー「ソラテナ Pro」

「ソラテナ Pro」(※1)は、気温・湿度・気圧・雨量・風向・風速・照度の7つの要素を1分毎に観測する小型の気象 IoT センサーです。

ソラテナ Pro では「暑さ指数(熱中症リスク)」も確認できるため、熱中症対策に有効です。気温、湿度、風速などの観測データをもとに、環境省熱中症予防情報サイトに示されている屋外での WBGT の計算式を用いて算出し、“注意”、“警戒”、“厳重警戒”、“危険”の4ランクで判定します。利用者の設定条件を満たした場合は、プッシュ通知やメールでお知らせするので見逃しの軽減につながります。なお、高い信頼性と安全性も担保されており、国土交通省の新技術情報提供システム NETIS(登録番号 KT-240014-A)に登録済(※2)であり、日本で初めての補完観測の予報業務利用の承認を気象庁から取得(※3)した製品です。

※1 ソラテナ Pro はウェザーニューズの登録商標です:

<https://jp.weathernews.com/news/43713/>

※2 気象 IoT センサー「ソラテナ Pro®」が国土交通省 新技術情報システム NETIS に登録:<https://jp.weathernews.com/news/46841/>

※3 「ソラテナ Pro」が日本初の補完観測の予報業務利用の承認を取得: <https://jp.weathernews.com/news/50737/>



◆2026 年 8～9 月における「真夏日」「猛暑日」「熱帯夜」日数の予測

	真夏日	猛暑日	熱帯夜
札幌	10	1	1
青森	17	2	2
秋田	26	3	8
盛岡	23	1	3
山形	34	10	3
仙台	25	3	11
福島	35	9	9
新潟	33	8	16
富山	37	8	14
金沢	39	5	25
福井	41	11	19
宇都宮	39	9	10
前橋	36	12	18
水戸	33	5	9
さいたま	41	16	17
千葉	42	8	32
東京	41	9	25
横浜	44	5	31
長野	35	8	4
甲府	47	19	12
静岡	43	4	23

名古屋	49	16	28
岐阜	47	16	29
津	42	7	31
大津	44	16	16
京都	46	22	29
奈良	46	16	20
大阪	50	19	38
神戸	46	7	42
和歌山	50	8	33
鳥取	41	13	13
松江	37	7	19
岡山	48	17	28
広島	48	15	32
高松	47	18	33
徳島	47	8	32
松山	49	9	28
高知	51	4	27
山口	44	15	15
福岡	47	12	33
大分	45	8	25
長崎	49	5	36
佐賀	49	18	27
熊本	51	17	29
宮崎	44	8	24
鹿児島	55	9	45
那覇	56	1	60

※この予測は過去の平均気温や熱帯の対流活動の指数、各日数との統計関係から独自に算出したものです。なお、過去データは気象庁のデータを使用しています。

※真夏日は日最高気温が 30℃以上、猛暑日は日最高気温が 35℃以上、熱帯夜は日最低気温が 25℃以上の日数とします。