

夏本番！昔と比べてどのくらい暑いのか？

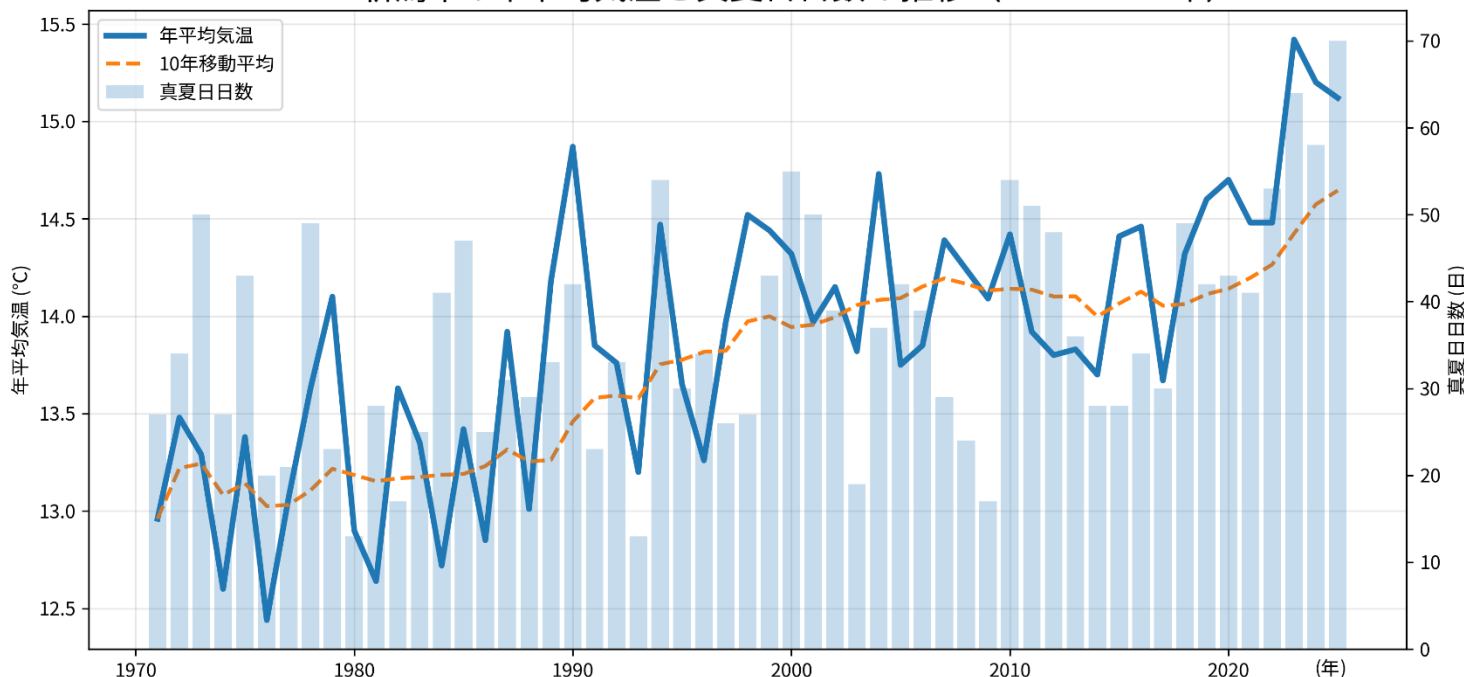


いよいよ梅雨が明け、本格的な夏が到来しました。近年、全国的に異常とも言える気温の上昇が続いています。40℃を超えるような高い気温を観測することも増えてきて、気象庁は2026年4月に「最高気温40℃以上の日」の名称を新たに「酷暑日」と名付けました。日本の夏は「かつて経験したことのない暑さ」と言われることが増えていますが、実際どのくらい暑くなっているのでしょうか。今回は、過去の気象データをもとに近年の夏の暑さについて学んでいきましょう。

1971年から2025年までの年平均気温・真夏日日数の推移を見てみると・・・

気象庁の公式サイトに「過去の気象データ・ダウンロード」というものがあり、全国各地の観測地点の、過去の気象データをCSVデータでダウンロード、収集することができます。そこから、新潟市（新潟地方気象台）の約50年間の気温の情報を取り出し、生成AIを使ってグラフ化しました。それが下のグラフです。

新潟市の年平均気温と真夏日日数の推移（1971-2025年）



気温は年によって大きく変動するため、長期的な変化を把握するために「10年移動平均（各年を中心とした前後のデータを平均）」を破線で示しました。1970年代と比べると、近年の年平均気温は1℃以上上昇していることが分かります。「1℃上昇」というと、極わずかな変化と感じるかもしれませんが、しかし、この1℃は、例えて言うならば、人の平熱が36.5℃から37.5℃になるようなもので、気候全体のバランスが変わるほど大きな変化と言える数値なのです。

また、1日の最高気温が30℃以上となる真夏日日数に関しても、ばらつきが多いものの増加の傾向は明らかで、1970年代に比べ約2倍の日数となっています。35℃以上の猛暑日で言うと、2010年代まで年に数回程度でしたが、ここ数年で一気に増加し、年に10日以上（2023年は20日）観測されるようになっています。

「昔の夏」と一緒にはいしないで

かつては「新潟は比較的涼しい」と言われていましたが、現在では全国トップクラスの高温を記録する地域も現れています。現代の夏の暑さは「災害級」です。熱中症リスクの高まりや農作物への影響など、私たちの生活にもさまざまな影響が及んでいます。今後も気温上昇が続く可能性が指摘されています。ご自身や大切な人を守るために、この夏も、「無理をしない」「我慢をしない」「声をかけ合う」を合言葉にしていきましょう。（省エネは無理のない範囲で…）

