

長野県の気象概況

令和8年(2026年)

5月

長野地方気象台

令和8年(2026年)5月の気象概況

5月の天気は、高気圧に覆われて晴れた日が多くなりましたが、低気圧や上空の寒気の影響で雨や雷雨の日もありました。

また、月平均気温、日最低気温の高い方からの記録で、5月としての1位を更新した観測地点が複数ありました。

【上旬】

この期間は、低気圧と高気圧が交互に通過したため、天気は周期的に変わりました。また、上空の寒気の影響で大気の状態が非常に不安定となり雷雨となった日がありました。

【中旬】

この期間の天気は、高気圧に覆われて晴れた日が多くなりましたが、期間のはじめは、上空の寒気や湿った空気の影響で大気の状態が不安定となり、雷を伴った非常に激しい雨の降った日もありました。

【下旬】

この期間の天気は、高気圧に覆われて晴れましたが、低気圧や湿った空気の影響により曇りや雨の降った日もありました。

観測史上1位の値及び5月の1位の値更新状況

<気象官署、特別地域気象観測所における1位の更新>

・年を通しての観測史上1位の値

要素	地点名	値	起日	これまでの観測史上1位		統計開始年月
				値	年月日	
日最小相対湿度 (%)	松本	4	21	4	2021/4/23	1950/1

・5月としての1位の値

要素	地点名	値	起日	これまでの5月の1位		統計開始年月
				値	年月日	
月平均気温の高い方から (°C)	諏訪	17.3		17.3	2015/5	1945/5
日最低気温の高い方から (°C)	長野	20.5	27	20.5	2016/5/25	1889/5
日最大10分間降水量 (mm)	長野	11.0	1	8.7	1954/5/30	1937/5
日最大1時間降水量 (mm)	長野	24.5	1	17.0	1985/5/25	1903/5

<地域気象観測所 (アメダス) における1位の更新>

・年を通しての観測史上1位の値

該当はありませんでした。

・5月としての1位の値

要素	地点名	値	起日	これまでの5月の1位		統計開始年月
				値	年月日	
月平均気温の高い方から (°C)	上田	18.0		18.0	2015/5	1976/5
	穂高	18.0		17.8	2016/5	1979/5
日最高気温の高い方から (°C)	上田	34.0	18	34.0	2023/5/18	1976/5
日最低気温の高い方から (°C)	野沢温泉	18.5	28	17.8	2004/5/29	1979/5
日最大10分間降水量 (mm)	信濃町	8.0	1	7.0	2021/5/21	2010/5
	飯山	6.5	1	5.5	2021/5/21	2009/5
	大町	8.0	1	8.0	2009/5/27	2008/5
	信州新町	12.5	12	7.5	2017/5/31	2009/5
	上高地	7.5	1	5.5	2026/5/21	2009/5
	鹿教湯	9.0	1	6.0	2024/5/28	2009/5
	白樺湖	11.0	12	9.0	2020/5/6	2009/5
	高遠	8.5	1	7.5	2021/5/21	2009/5
	野辺山	10.5	1	7.5	2016/5/11	2009/5
	南木曾	14.0	8	13.0	2021/5/21	2009/5
	浪合	9.5	13	8.5	2021/5/21	2009/5
	南信濃	10.5	13	8.0	2018/5/7	2008/5
	日最大1時間降水量 (mm)	信州新町	19.5	12	18.0	2006/5/20
白樺湖		27.5	12	22.5	2020/5/6	2006/5
日最大瞬間風速・風向 (m/s)	佐久	SW 17.2	1	W 16.3	2023/5/8	2009/5

注)

統計期間10年未満は除く

降水量最小単位：2008年3月26日から1mm→0.5mm

*：期間内にこれまでの1位の値が複数回更新された地点

気象表（気象官署等の統計値及び平年値との比較表）

令和8年5月

観測所名	要素 期間	平均気温（℃）				降水量（mm）				日照時間（h）			
		上旬	中旬	下旬	月	上旬	中旬	下旬	月	上旬	中旬	下旬	月
長野	本年	15.1	18.7	20.4	18.2	61.0	7.5	20.0	88.5	76.8	104.1	72.4	253.3
	平年	15.2	16.0	17.9	16.4	19.9	25.5	23.9	69.3	70.3	67.6	76.9	214.8
	平年差比	-0.1	+2.7	+2.5	+1.8	307%	29%	84%	128%	109%	154%	94%	118%
	階級区分	平年並	かなり高い	かなり高い	かなり高い	かなり多い	少ない	平年並	多い	多い	かなり多い	平年並	多い
松本	本年	15.7	19.2	20.1	18.4	36.0	0.5	22.5	59.0	80.2	106.2	67.8	254.2
	平年	15.4	16.2	17.7	16.5	22.8	32.9	38.9	94.5	69.8	70.1	75.6	215.6
	平年差比	+0.3	+3.0	+2.4	+1.9	158%	2%	58%	62%	115%	151%	90%	118%
	階級区分	平年並	かなり高い	かなり高い	かなり高い	多い	かなり少ない	平年並	少ない	多い	かなり多い	少ない	多い
諏訪	本年	14.5	17.9	19.3	17.3	58.0	28.5	26.0	112.5	73.3	107.2	67.6	248.1
	平年	14.3	15.2	16.8	15.5	32.6	38.3	40.9	111.7	67.8	69.7	75.4	212.2
	平年差比	+0.2	+2.7	+2.5	+1.8	178%	74%	64%	101%	108%	154%	90%	117%
	階級区分	平年並	かなり高い	かなり高い	かなり高い	多い	平年並	平年並	平年並	多い	かなり多い	少ない	多い
軽井沢	本年	11.3	14.4	14.5	13.4	35.0	3.0	19.5	57.5	76.2	104.9	57.9	239.0
	平年	11.2	12.0	13.5	12.3	29.2	36.6	43.0	108.8	65.1	63.7	69.7	198.5
	平年差比	+0.1	+2.4	+1.0	+1.1	120%	8%	45%	53%	117%	165%	83%	120%
	階級区分	平年並	かなり高い	高い	高い	多い	かなり少ない	少ない	かなり少ない	多い	かなり多い	少ない	多い
飯田	本年	15.3	18.8	21.3	18.6	113.5	21.5	41.5	176.5	61.5	99.9	72.0	233.4
	平年	15.7	16.6	18.1	16.9	48.8	59.3	45.7	153.8	64.1	66.4	74.8	204.5
	平年差比	-0.4	+2.2	+3.2	+1.7	233%	36%	91%	115%	96%	150%	96%	114%
	階級区分	平年並	かなり高い	かなり高い	かなり高い	かなり多い	少ない	平年並	平年並	平年並	かなり多い	平年並	多い

注) 気象官署(長野)及び特別地域気象観測所(松本・諏訪・軽井沢・飯田)の日照時間は日照計による観測値。

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

地上気象 気象経過図：2026年05月01日-2026年05月31日

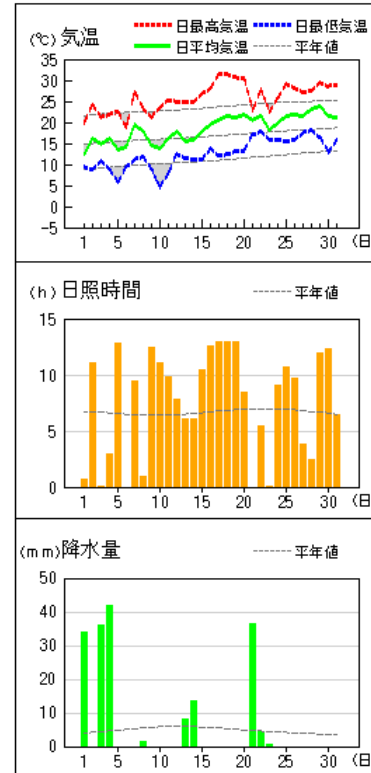
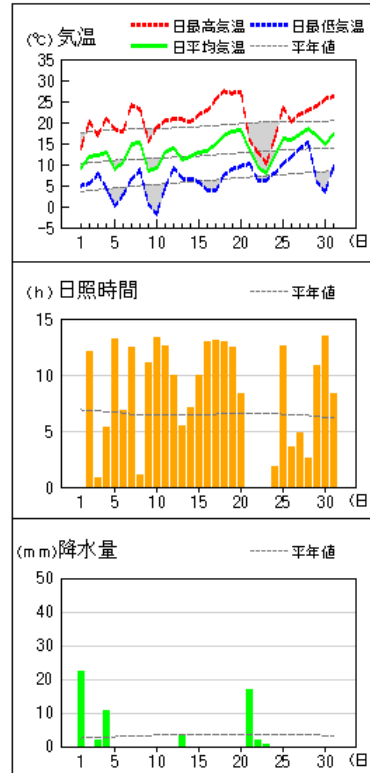
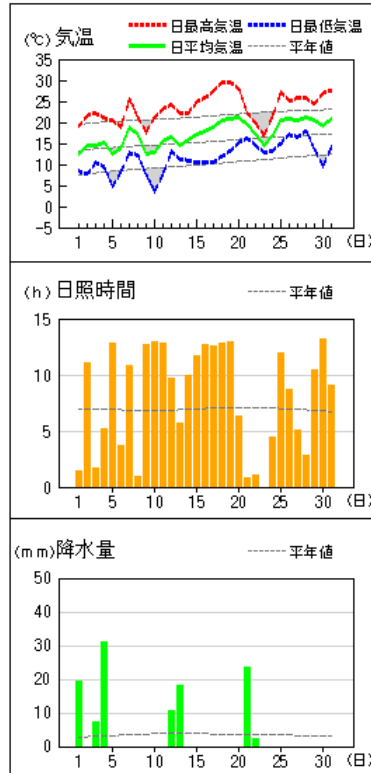
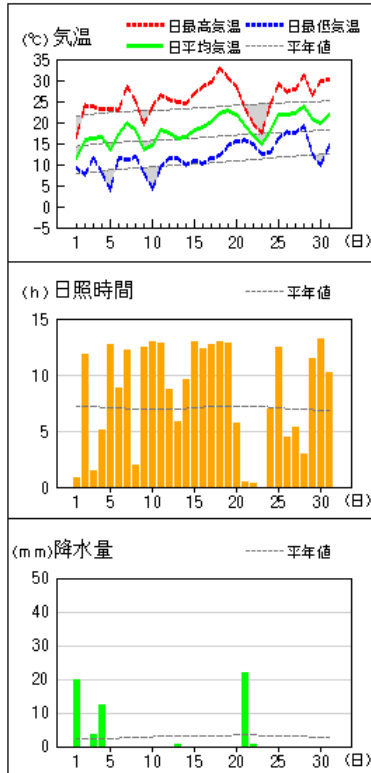
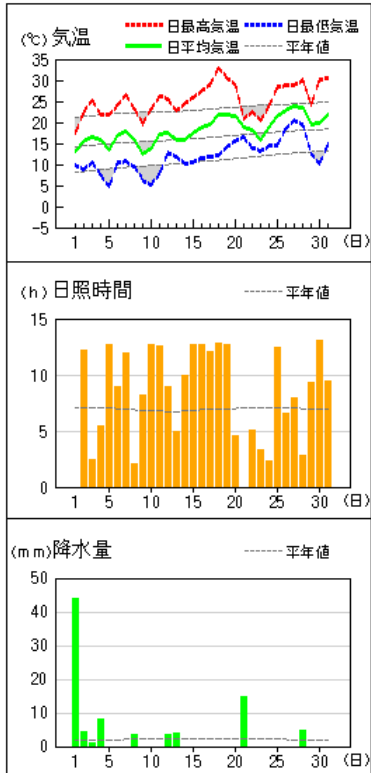
長野

松本

諏訪

軽井沢

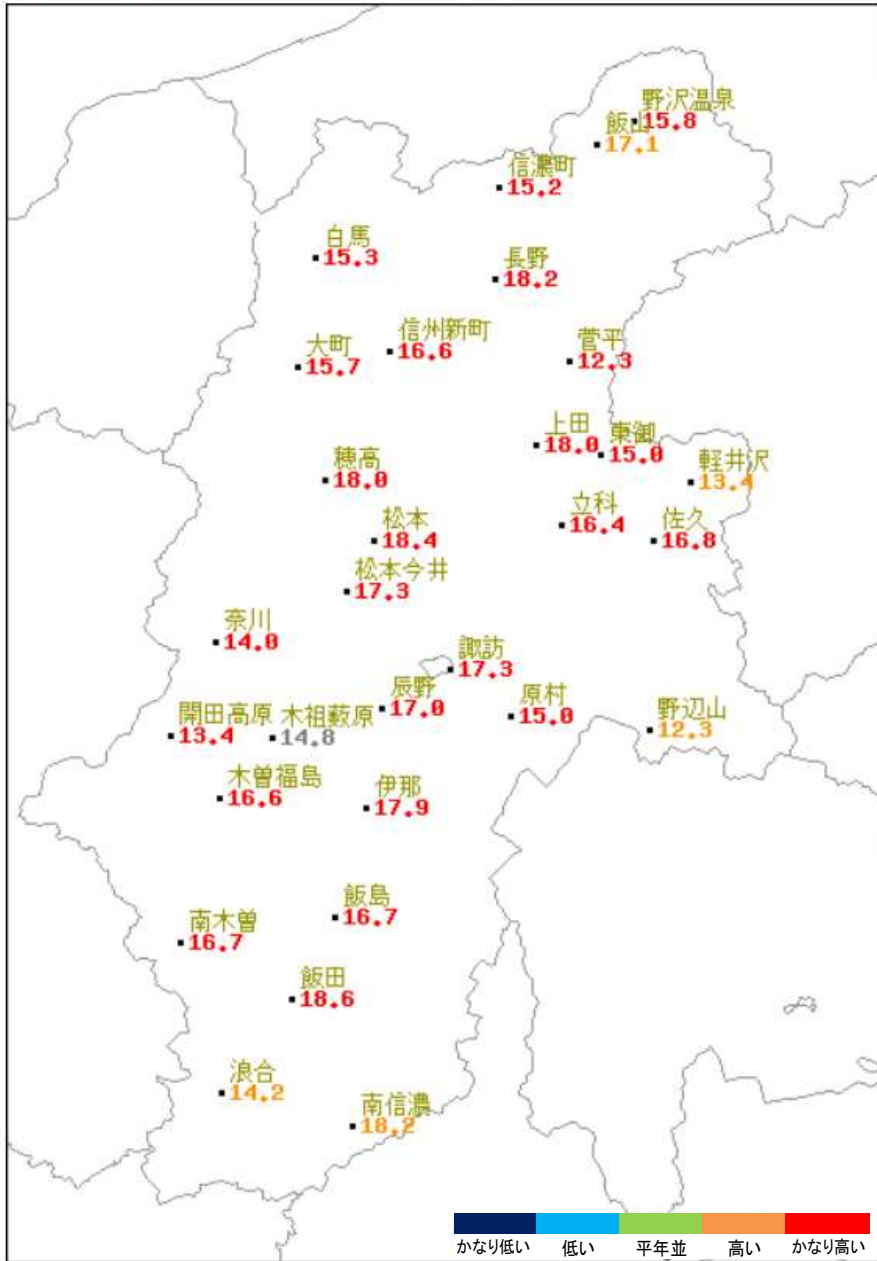
飯田



(注) 気象官署（長野）及び特別地域観測所（松本・諏訪・軽井沢・飯田）の日照時間は日照計による観測値。

分布図（平均気温）

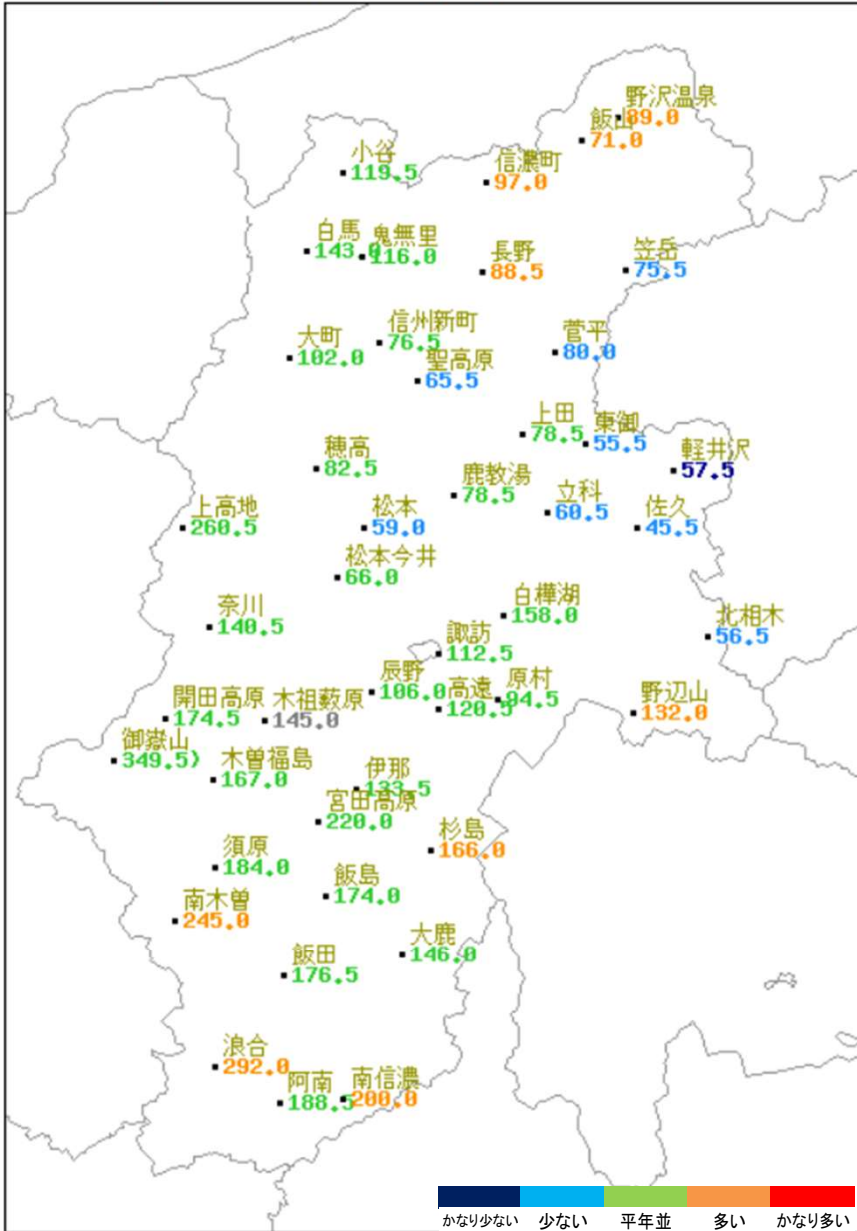
アメダス月別値 2026年5月 平均気温(°C)



地点名	実況値	平年値	平年差	記号	統計値区分
野沢温泉	15.8	14.4	+1.4	D	正常値
信濃町	15.2	13.4	+1.8	--	現象なし
飯山	17.1	15.7	+1.4	D)	準正常値
白馬	15.3	13.8	+1.5	D]	資料不足値
長野	18.2	16.4	+1.8	X	欠測
大町	15.7	14.0	+1.7	//	平年値なし
信州新町	16.6	15.1	+1.5	D@	[参考]平年値
菅平	12.3	10.7	+1.6		
上田	18.0	16.2	+1.8		
穂高	18.0	16.2	+1.8		
東御	15.0	13.5	+1.5		
軽井沢	13.4	12.3	+1.1		
松本	18.4	16.5	+1.9		
松本今井	17.3	15.7	+1.6		
立科	16.4	14.6	+1.8		
佐久	16.8	15.1	+1.7		
奈川	14.0	12.5	+1.5		
諏訪	17.3	15.5	+1.8		
開田高原	13.4	11.6	+1.8		
木祖藪原	14.8	//	//		
辰野	17.0	15.2	+1.8		
原村	15.0	13.5	+1.5		
野辺山	12.3	11.0	+1.3		
木曾福島	16.6	14.7	+1.9		
伊那	17.9	15.9	+2.0		
南木曾	16.7	15.2	+1.5		
飯島	16.7	14.9	+1.8		
飯田	18.6	16.9	+1.7		
浪合	14.2	13.0	+1.2		
南信濃	18.2	16.9	+1.3		

分布図 (降水量)

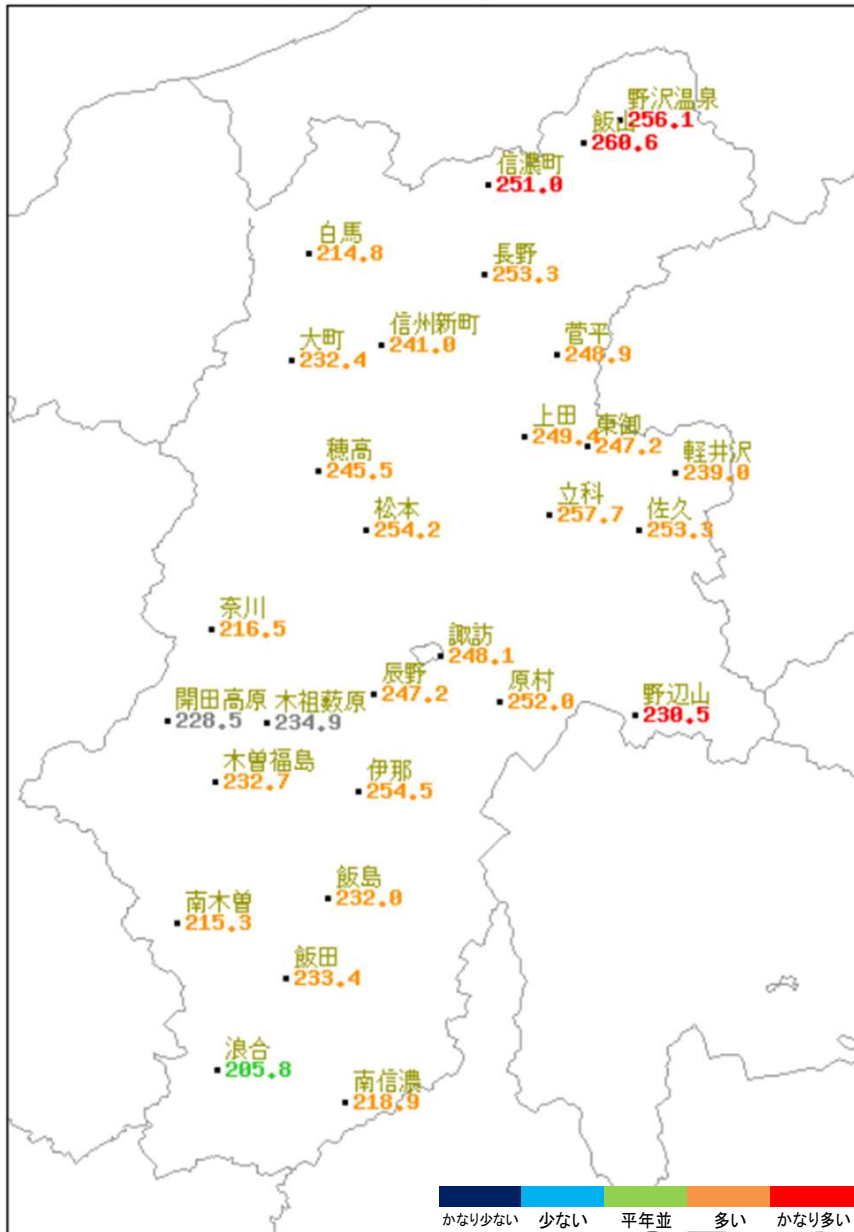
アメダス月別値 2026年5月 降水量(mm)



地点名	実況値	平年値	平年比(%)	記号	統計値区分
野沢温泉	89.0	84.2	106	D	正常値
信濃町	97.0	78.4	124	--	現象なし
飯山	71.0	69.2	103	D)	準正常値
小谷	119.5	114.5	104	D]	資料不足値
白馬	143.0	135.0	106	X	欠測
鬼無里	116.0	113.3	102	//	平年値なし
長野	88.5	69.3	128	D@	[参考]平年値
笠岳	75.5	101.0	75		
菅平	80.0	93.9	85		
大町	102.0	111.5	91		
信州新町	76.5	88.7	86		
菅平	80.0	93.9	85		
聖高原	65.5	101.6	64		
上田	78.5	77.0	102		
穂高	82.5	95.6	86		
東御	55.5	86.8	64		
軽井沢	57.5	108.8	53		
上高地	260.5	243.6	107		
松本	59.0	94.5	62		
松本今井	66.0	103.0	64		
鹿教湯	78.5	106.2	74		
立科	60.5	90.7	67		
佐久	45.5	84.7	54		
白樺湖	158.0	148.4	106		
奈川	140.5	180.2	78		
諏訪	112.5	111.7	101		
北相木	56.5	98.4	57		
開田高原	174.5	202.3	86		
木祖藪原	145.0	//	//		
辰野	106.0	129.7	82		
高遠	120.5	117.6	102		
原村	94.5	110.6	85		
野辺山	132.0	124.9	106		
御嶽山	349.5	373.7	94		
木曾福島	167.0	177.0	94		
伊那	133.5	143.6	93		
宮田高原	220.0	235.1	94		
杉島	166.0	137.4	121		
須原	184.0	197.1	93		
南木曾	245.0	203.3	121		
飯島	174.0	200.2	87		
大鹿	146.0	158.5	92		
飯田	176.5	153.8	115		
浪合	292.0	240.5	121		
阿南	188.5	179.0	105		
南信濃	200.0	164.8	121		

分布図（日照時間）

アメダス月別値 2026年5月 日照時間(h)



地点名	実況値	平年値	平年比(%)	記号	統計値区分
野沢温泉	256.1	205.8	124	D	正常値
信濃町	251.0	190.5	132	--	現象なし
飯山	260.6	206.0	127	D)	準正常値
白馬	214.8	193.8	111	D]	資料不足値
長野	253.3	214.8	118	X	欠測
大町	232.4	198.4	117	//	平年値なし
信州新町	241.0	209.3	115	D@	[参考]平年値
菅平	248.9	214.5	116		
上田	249.4	218.8	114		
穂高	245.5	201.6	122		
東御	247.2	217.6	114		
軽井沢	239.0	198.5	120		
松本	254.2	215.6	118		
立科	257.7	216.3	119		
佐久	253.3	213.7	119		
奈川	216.5	195.6	111		
諏訪	248.1	212.2	117		
開田高原	228.5	//	//		
木祖藪原	234.9	//	//		
辰野	247.2	202.6	122		
原村	252.0	211.9	119		
野辺山	230.5	186.0	124		
木曾福島	232.7	210.0	111		
伊那	254.5	206.2	123		
南木曾	215.3	193.2	111		
飯島	232.0	208.9	111		
飯田	233.4	204.5	114		
浪合	205.8	201.1	102		
南信濃	218.9	212.1	103		

資料の説明

- 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 (<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/stats/>)」に掲載しています。
- 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。
- 最新の観測データ等は気象庁 (<https://www.jma.go.jp/jma/>) や長野地方気象台 (<https://www.data.jma.go.jp/nagano/>) のホームページに掲載しています。

発行日	令和8年6月1日
編集・発行	長野地方気象台 長野県長野市箱清水1丁目8番18号 電話：026-232-3773