2026
2027

あおもり雪歳時記

〈ゆきごよみ〉

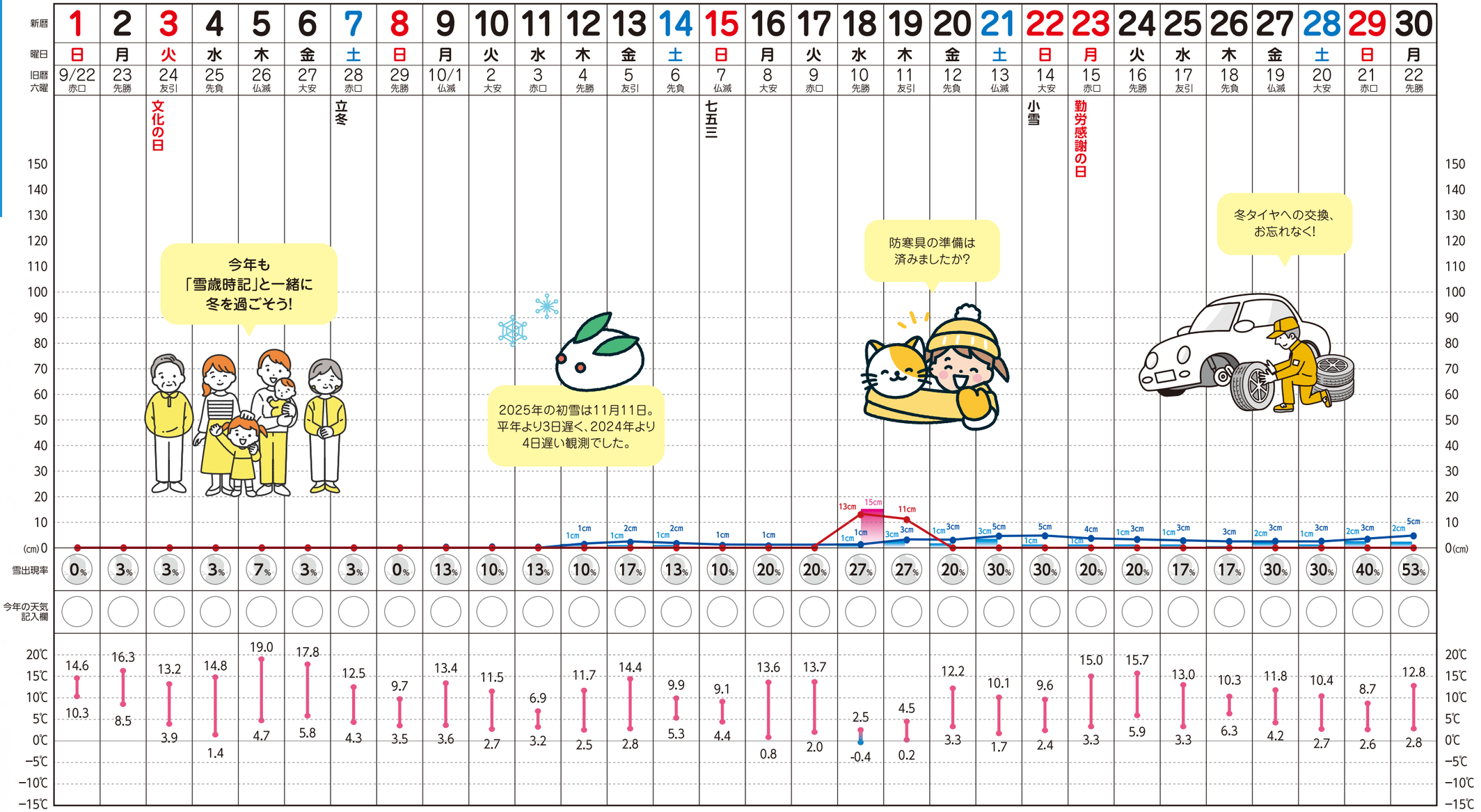
企画・編集／青森市

令和8年
（2026）

11月
November

あおもり雪歳時記
ゆきごよみ

落葉に霙（みぞれ）、寒風に初霜、冬支度。



column 01 迅速な除排雪に向けて

除雪作業では、道路に積もった雪を除雪車で道路脇に寄せながら作業を進めるため、機械の構造上、どうしても玄関や車庫の前などに寄せ雪が残る場合があります。限られた時間の中で地域全体の道路をできるだけ早く通行できるようにするため、玄関前などに残った寄せ雪については、各ご家庭での処理にご理解とご協力をお願いします。なお、今冬から、生活道路の通行をできるだけ早く確保するため、これまで一体的に行ってきた除雪と排雪を分け、まずは除雪を優先する「迅速性を重視した除排雪」に取り組み、道路上の寄せ雪の堆積状況を踏まえ、必要に応じて排雪作業を行います。



column 02 冬の感染症から家族を守りましょう

冬はインフルエンザなどの感染症が流行しやすい季節です。

外出時のマスクや手洗い、バランスのよい食事や十分な睡眠など、基本的な感染対策を心がけましょう。

家族みんなで対策を続け、体調の変化にも気を配りながら、元気に冬を過ごしましょう。

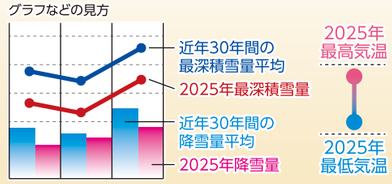
また、重症化を防ぐために予防接種も大切です。青森市では、高齢者などの接種費用の一部を助成しています。詳しくは市のホームページをご確認ください。



今年の天気記入例

晴 曇 雨 みぞれ 雪

グラフなどの見方



●最深積雪量／一日（0時～24時間）一時間ごとに計測しますが、その中で最も積もった値。

●降　雪　量／一日（0時～24時間）に降った雪の合計量。

●雪 出 現 率／近年30年間の中で、雪、みぞれ、霧雪、細氷、ふぶきのいずれかが観測された日の割合。 100%

※気象データは、気象庁ホームページを参考に作成したものです。※記載のイベントは2026年10月1日現在の情報です。天候等により変更・中止となる場合があります。

令和8年
（2026）

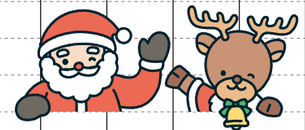
12月
December

雪降りて、氷柱に寒風、冬至過ぎ、年の暮れ。

あおもり雪歳時記
ゆきごよみ

新暦	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
旧暦 六曜	10/23 友引	24 先負	25 仏滅	26 大安	27 赤口	28 先勝	29 友引	30 先負	11/1 大安	2 赤口	3 先勝	4 友引	5 先負	6 仏滅	7 大安	8 赤口	9 先勝	10 友引	11 先負	12 仏滅	13 大安	14 赤口	15 先勝	16 友引	17 先負	18 仏滅	19 大安	20 赤口	21 先勝	22 友引	23 先負
	●サンタねぶた展示（12／25まで ねぶたの家ワ・ラッセ）						大雪				●あおもり灯りと紙のページェント（3／15まで ベイエリア）	●CHRISTMAS MARKET in アスパム2026（12／25まで アスパム）								●サンタとじゃんけんクリスマス（モヤヒルズ）				クリスマスイブ	クリスマス	●青森夜市（ワ・ラッセ 西の広場）●ナイトミュージック&ミュージアム（ワ・ラッセ ねぶたホール）				大晦日	●八甲田丸カウントダウン2027（1／1まで 青函連絡船メモリアルシップ八甲田丸）
雪出現率	43%	47%	47%	60%	50%	53%	53%	53%	47%	43%	57%	70%	63%	57%	67%	50%	70%	77%	63%	63%	57%	60%	67%	63%	60%	73%	90%	73%	63%	77%	80%
今年の天気記入欄																															







column 03 雪処理はマナーを守って

■道路へ雪を出さないでください

雪を車道に出すことで、道路幅が狭くなったり、路面ががたがたになったりと、通行の妨げとなります。

また、雪を歩道に出すことで、歩行者が車道を歩くことになり、車との接触事故を引き起こすおそれがあります。安全な通行のためにも、道路へ雪を出さないようご協力をお願いします。

■流・融雪溝は正しく利用

流・融雪溝が処理できる雪の量には限りがあります。詰めすぎに気を付けて利用しましょう。

■屋根の雪下ろしに十分注意を

雪を下ろす場所には通行人がいないことを確認してから下ろしましょう。

■除排雪作業に協力を

作業中の除排雪車に近づくことや作業の妨げになる路上駐車は絶対にやめましょう。



column 04 バス停の雪かきに協力を

国道4号・7号の青森市堤町から古川間の歩道には融雪設備が設置されており、歩行者が降雪時も安全に通行することができます。しかし融雪設備が届かない車道と歩道の間の部分は雪がたまりやすく、特にバス停付近では乗降の際に滑って非常に危険です。

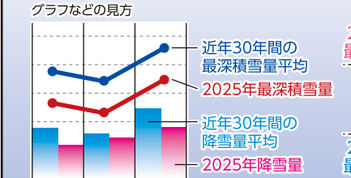
このため、この区間と国道103号では、一部のバス停に冬期間、雪かき用のスコップが設置されています。平成17年度から、例年二十四節気のひとつ「大雪」の日に設置されています。スコップに気づいた人は、バスの待ち時間の「ちょっとひとかき」にご協力ください。



今年の天気記入例

晴 曇 雨 みぞれ 雪

グラフなどの見方



●最深積雪量／一日（0時～24時間）一時間ごとに計測しますが、その中で最も積もった値。

●降　雪　量／一日（0時～24時間）に降った雪の合計量。

●雪出現率／近年30年間の中で、雪、みぞれ、霧雪、細氷、ふぶきのいずれかが観測された日の割合。 100%

※気象データは、気象庁ホームページを参考に作成したものです。※記載のイベントは2026年10月1日現在の情報です。天候等により変更・中止となる場合があります。

令和9年
（2027）

1月
January

雪深く、寒月冴えて、氷柱に初日の出。

あおもり雪歳時記

ゆきごよみ

新暦	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
旧暦 六曜	11/24 仏滅	25 大安	26 赤口	27 先勝	28 友引	29 先負	30 仏滅	12/1 赤口	2 先勝	3 友引	4 先負	5 仏滅	6 大安	7 赤口	8 先勝	9 友引	10 先負	11 仏滅	12 大安	13 赤口	14 先勝	15 友引	16 先負	17 仏滅	18 大安	19 赤口	20 先勝	21 友引	22 先負	23 仏滅	24 大安
	元旦	●新春イベント おしるこの無料振る舞い（モヤヒルズ） ●ワ・ラッセお正月イベント（終了日未定 ねぶたの家ワ・ラッセ）		●あおもりホワイトビーチデイ（2／28まで あおもり駅前ビーチ）	小寒（寒の入り）		七日正月		●八甲田丸ファン感謝デー2027（1／11まで 青函連絡船メモリアルシップ八甲田丸）	●スキーの日イベント 特別抽選会（モヤヒルズ）	鏡開き 成人の日						冬土用入			大寒				●小学校1～3年生限定スキー無料講習会（モヤヒルズ）						●スーパーナイター（モヤヒルズ）	
雪出現率	80%	80%	73%	87%	80%	77%	77%	83%	87%	80%	73%	87%	73%	83%	83%	87%	83%	77%	70%	70%	70%	80%	83%	83%	73%	73%	77%	77%	77%	77%	80%
今年の天気記入欄																															

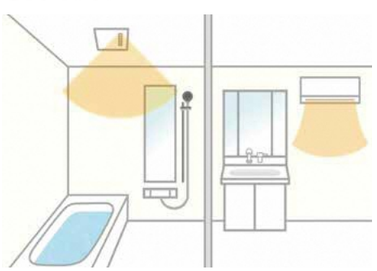












column 05 ヒートショックを予防しましょう

ヒートショックとは、急激な温度変化によって血圧や脈拍が大きく変動することで起こり、心筋梗塞や脳卒中、意識障害などを起こす危険があります。

特に冬場の入浴時は注意が必要です。

- **脱衣所や浴室を暖める**
- **熱すぎるお湯を避ける**
- **入浴前後に水分をとる**
- **浴槽から急に立ち上がらない**
- **入浴前には家族に一声かける**

などの対策を行い、安全な入浴を心がけましょう。

寒い時期こそ、温度差を小さくする工夫をしましょう。

column 06 津軽の七草粥、「けの汁（けのしる）」

「けの汁」とは、大根、にんじん、ごぼう、ふき、わらびなどの野菜や山菜、油揚げ、凍み豆腐、大豆などを細かく「さいの目」に刻んで煮込んだ郷土料理です。

寒い冬に体を温め、野菜をたっぷり味わうことのできる「けの汁」は、津軽地方では小正月（1月15日頃）に一年の無病息災を願って食べる風習があります。

地域に受け継がれてきた味を、家族で楽しみながら健やかな一年を願いましょう。

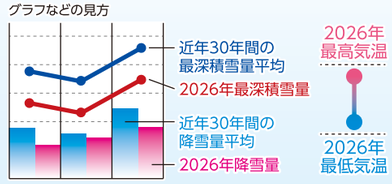


写真：農林水産省「うちの郷土料理」

今年の天気記入例

晴 曇 雨 みぞれ 雪

グラフなどの見方



●最深積雪量／一日（0時～24時間）一時間ごとに計測しますが、その中で最も積もった値。

●降　雪　量／一日（0時～24時間）に降った雪の合計量。

●雪 出 現 率／近年30年間の中で、雪、みぞれ、霧雪、細氷、ふぶきのいずれかが観測された日の割合。 100%

※気象データは、気象庁ホームページを参考に作成したものです。※記載のイベントは2026年10月1日現在の情報です。天候等により変更・中止となる場合があります。

令和9年
（2027）

2月
February

あおもり雪歳時記

ゆきごよみ

氷柱に寒風、雪解けの兆し、春遠からじ。

新暦	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
旧暦 六曜	12/25 赤口	26 先勝	27 友引	28 先負	29 仏滅	30 大安	1/1 先勝	2 友引	3 先負	4 仏滅	5 大安	6 赤口	7 先勝	8 友引	9 先負	10 仏滅	11 大安	12 赤口	13 先勝	14 友引	15 先負	16 仏滅	17 大安	18 赤口	19 先勝	20 友引	21 先負	22 仏滅
雪出現率	73%	83%	73%	77%	80%	63%	87%	83%	73%	77%	80%	67%	67%	63%	77%	73%	73%	70%	63%	70%	63%	50%	53%	53%	63%	67%	60%	33%
今年の天気記入欄																												

●あおもり冬まつり（2/2まで 青い海公園）
節分
立春（寒の明け）
●青森冬まつり（2/7まで 青い海公園）
●ザ・もっけ祭り&冬花火（青森夜市 ワ・ラッセ西の広場）
●ナイトミュージック&ミュージアム（ワ・ラッセ ねぶたホール）
旧正月
●地面出し競争（モヤヒルズ）
建国記念の日
雨水
天皇誕生日

昨年（2026年）、青森地方気象台の観測で一番多く雪が積もった日は、2026年2月1日 最深積雪 183cm

青森市で観測史上最も多く雪が積もった日は、1945年2月21日 最深積雪 209cm

青森市で観測史上最も寒かった日は 1931年2月23日 最低気温 -24.7℃





	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
最深積雪	183cm	178cm	178cm	166cm	141cm	131cm	133cm	135cm	142cm	139cm	124cm	135cm	132cm	117cm	112cm	104cm	105cm	101cm	103cm	102cm	95cm	90cm	88cm	83cm	84cm	82cm	77cm	72cm
降雪量	29cm	14cm	4cm		1cm	4cm	13cm	8cm	9cm	1cm	1cm	22cm				3cm	1cm	3cm	5cm	2cm				2cm	1cm			
最低気温	0.2	0.7	1.6	6.2	5.5	4.4	-2.0	-1.9	0.1	6.8	5.4	1.8	5.4	9.8	10.5	4.4	4.0	7.8	0.3	6.8	9.8	7.7	12.5	6.5	5.5	7.8	6.5	7.9
最高気温	-3.9	-2.9	-4.0	0.6	0.2	-6.2	-6.4	-6.5	-4.8	-0.4	-0.2	-1.9	-2.2	0.9	0.1	-1.6	-1.5	-0.9	-2.9	-1.2	1.8	-1.8	0.5	0.4	-1.6	-4.9	0.1	2.7

column 07 快適な雪国都市へ「青森市雪対策基本計画」

青森市の雪対策は令和6年10月に策定した「青森市雪対策基本計画」に基づき推進しています。

より効果的で効率的な除排雪作業に欠かせないのが、行政・事業者・市民それぞれが役割と責任を担う「市民協働」という考え方です。

冬期間も快適で安全に過ごすため、市民のみなさんのご理解・ご協力をお願いします。



基本理念

共に助け合い 支え合う
雪と調和した快適都市の創造

戦略目標

1. 冬期積雪期における安全・安心な道路交通環境の確保
2. 冬期積雪期においても住みよい都市づくりの推進
3. 安全で負担の少ない持続可能な雪処理の推進
4. 冬期積雪期においても災害に強い都市機能の確保
5. 地域資源である「雪」に親しむ文化の醸成

column 08 冬のお出かけは、吹雪に注意

冬の外出では、吹雪や地吹雪による視界不良に十分注意しましょう。周囲が真っ白になり、道路や方向が分からなくなる「ホワイトアウト」が起こることがあります。

天候が急に悪化したときは、無理に移動せず、安全な場所で待ちましょう。

車を運転するときは、早めにライトを点灯し、速度を落として車間距離を十分にとることが大切です。

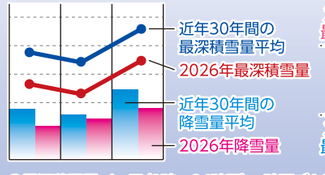
徒歩の場合も、無理な外出を避け、外出する場合は、天気や道路状況に十分注意しましょう。



今年の天気記入例

晴 曇 雨 みぞれ 雪

グラフなどの見方



●最深積雪量／一日（0時～24時間）一時間ごとに計測しますが、その中で最も積もった値。

●降　雪　量／一日（0時～24時間）に降った雪の合計量。

●雪 出 現 率／近年30年間の中で、雪、みぞれ、霧雪、細氷、ふぶきのいずれかが観測された日の割合。 100%

※気象データは、気象庁ホームページを参考に作成したものです。※記載のイベントは2026年10月1日現在の情報です。天候等により変更・中止となる場合があります。

令和9年
（2027）

3月
March

あおもり 雪歳時記

ゆきごよみ

残雪に淡日（うすび）、雪解けに水音、春近し。

新暦	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
旧暦 六曜	1/23 大安	24 赤口	25 先勝	26 友引	27 先負	28 仏滅	29 大安	2/1 友引	2 先負	3 仏滅	4 大安	5 赤口	6 先勝	7 友引	8 先負	9 仏滅	10 大安	11 赤口	12 先勝	13 友引	14 先負	15 仏滅	16 大安	17 赤口	18 先勝	19 友引	20 先負	21 仏滅	22 大安	23 赤口	24 先勝
			ひなまつり 桃の節句			啓蟄	●ウインターフェスティバル（モヤヒルズ）											彼岸入り			春分の日	振替休日		彼岸明け							
降雪量	3cm	3cm	4cm	2cm	2cm	2cm	3cm	4cm	3cm	3cm	3cm	2cm	2cm	2cm	1cm	2cm	2cm		1cm	1cm	1cm	1cm	1cm	1cm	1cm	1cm	2cm	1cm		1cm	1cm	1cm
				1cm	2cm			6cm	1cm				1cm						1cm	1cm	3cm	0cm	1cm								
最深積雪	64cm	64cm	63cm	62cm	60cm	56cm	55cm	55cm	53cm	50cm	50cm	47cm	45cm	43cm	39cm	36cm	34cm	31cm	28cm	26cm	24cm	22cm	21cm	19cm	17cm	16cm	15cm	12cm	10cm	10cm	8cm
降雪量積算	68cm	66cm	62cm	61cm	58cm	54cm	50cm	49cm	49cm	44cm	42cm	39cm	36cm	33cm	26cm	22cm	19cm	16cm	11cm	5cm	3cm										
雪出現率	50%	60%	67%	47%	53%	50%	57%	67%	53%	50%	53%	53%	53%	50%	47%	40%	47%	33%	37%	37%	43%	20%	30%	40%	23%	33%	27%	23%	23%	30%	30%
今年の天気記入欄																															
最高気温	4.4	6.6	4.1	6.1	7.5	7.7	8.6	4.9	6.1	4.9	5.4	6.7	6.9	9.8	8.3	8.3	8.0	9.4	10.9	11.5	5.6	12.2	13.1	13.3	13.1	14.2	10.9	12.1	13.5	12.7	9.2
最低気温	1.1	-0.7	-2.3	1.7	1.1	1.9	2.4	-0.4	-0.4	-1.5	-1.6	-1.6	0.8	-0.3	3.6	1.2	0.6	0.5	2.7	0.1	0.3	1.3	-1.5	1.4	-0.5	-0.6	4.1	3.8	3.4	1.6	3.9

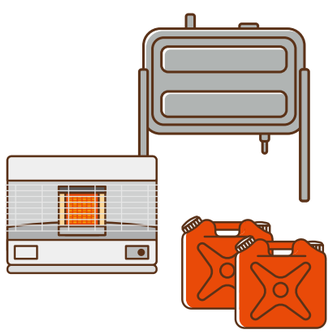
青森地方気象台による観測では、
2019～2020年冬の
累計降雪量は264cmで
1953年の統計開始以来、最少を記録しました。
※過去最多は1985～1986年冬の1,263cm

column 09 春の新生活、防災対策を見直しましょう

新年度や新生活を迎えるこの時期は、家庭の防災対策を見直しましょう。非常食や飲料水、懐中電灯、モバイルバッテリーなどの防災用品が使える状態か、期限が切れていないかを確認しておくと安心です。

災害が起きたときの避難先や連絡方法、家族それぞれの役割についても、あらかじめ話し合っておきましょう。

また、冬の間に使用したストーブなどの暖房器具やホームタンクは、ほこりや破損、燃料漏れなどがないか点検しましょう。



column 10 雪解け時期の道路・側溝にご注意を

雪解けが進む春先は、これまで雪に隠れていた道路の段差や側溝が現れ始めます。足元をよく確認し、転倒に注意しましょう。

気温の上昇による屋根からの落雪や、斜面の雪崩にも注意が必要です。雪が残る場所や、雪の下が見えない側溝には近づかず、危険を感じたら迂回しましょう。

道路を通行するときは、車にも十分注意してください。

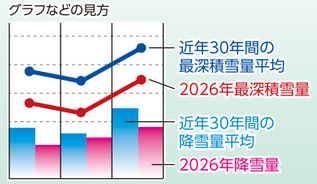
春先は「もう大丈夫」と油断せず、安全を確認して行動しましょう。



今年の天気記入例

晴 曇 雨 みぞれ 雪

グラフなどの見方



●最深積雪量／一日（0時～24時間）一時間ごとに計測しますが、その中で最も積もった値。

●降　雪　量／一日（0時～24時間）に降った雪の合計量。

●雪 出 現 率／近年30年間の中で、雪、みぞれ、霧雪、細氷、ふぶきのいずれかが観測された日の割合。 100%

※気象データは、気象庁ホームページを参考に作成したものです。※記載のイベントは2026年10月1日現在の情報です。天候等により変更・中止となる場合があります。

令和9年
（2027）

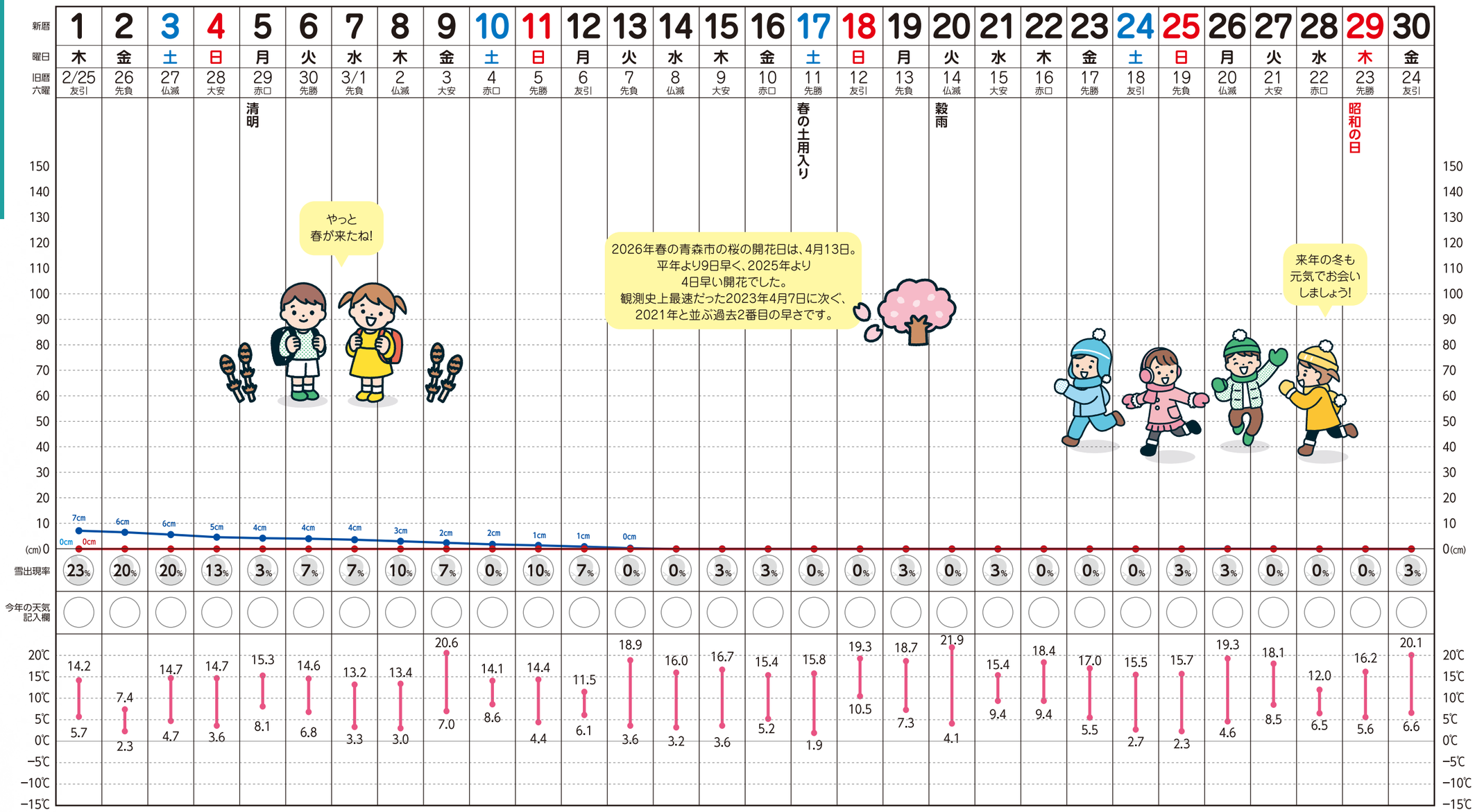
4月

April

あおもり雪歳時記

ゆきごよみ

残雪に春雨、雪解けに芽吹き、花を待つ。



column 11 冬の運動不足を解消しましょう

冬は外で身体を動かす機会が減り、運動不足になりやすい時期です。春に向けて、無理のない範囲で少しずつ身体を動かしましょう。

毎日のラジオ体操や軽い散歩、室内での足踏みなど、続けやすい運動がおすすめです。

また、雪かきで疲れた肩や腰、脚にはゆっくり伸ばすストレッチを取り入れましょう。長時間同じ姿勢を続けないことも大切です。

痛みがあるときや体調がすぐれないときは無理をせず、自分の体調に合わせて行いましょう。日々の小さな運動を習慣にして、春を元気に迎えましょう。



column 12 新生活も、交通安全を心がけましょう

春は進学や就職などで生活が変わり、道路を利用する機会が増える季節です。

■自転車に乗るときは

道路の雪が完全に解けてから自転車に乗りましょう。ヘルメットを着用し、ブレーキやライト、タイヤなどを点検して、安全を確認しましょう。

■車を運転するときは

春先の道路状況や天候の変化に注意し、自転車や歩行者の動きをよく確認しましょう。

■歩行者は

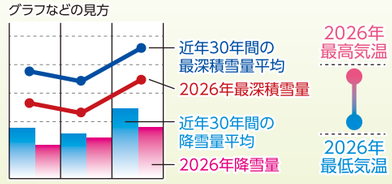
歩行者は交通ルールをよく守り、車や自転車に十分注意して、安全な新生活をスタートさせましょう。



今年の天気記入例

晴 曇 雨 みぞれ 雪

グラフなどの見方



●最深積雪量／一日（0時～24時間）一時間ごとに計測しますが、その中で最も積もった値。

●降　雪　量／一日（0時～24時間）に降った雪の合計量。

●雪 出 現 率／近年30年間の中で、雪、みぞれ、霧雪、細氷、ふぶきのいずれかが観測された日の割合。 100%

※気象データは、気象庁ホームページを参考に作成したものです。※記載のイベントは2026年10月1日現在の情報です。天候等により変更・中止となる場合があります。

あおもり

雪歳時記

ゆきごよみ

お問い合わせ／青森市（〒030-8555 青森市中央一丁目22番5号　TEL.017-752-8584）