

2026年潮見表

トンボロの注意事項

- * 干潮時間の前後1時間がトンボロの目安です。
- * **ピンク**だと干潮時に道が現れ、足を濡らさずに渡ることができます。
- * **黄色**だと干潮時であっても、大きく潮が引かないため、渡れるかは微妙な状態です。
- * 潮位が100cmだとトンボロは見えません。
- * 10月～2月の日中は、ほとんどトンボロを見るできません。
- * 三四郎島までの距離は約200m、最大幅30mです。
- * 滑りやすい岩場で歩きにくくなっておりますので、渡る際には十分に注意してください。

2026(R8) 潮見表

30cm以下
 50cm以下
 （夕方以降の時間帯は色なし）

年/月/日(曜日)			干潮				備考
			時刻	潮位	時刻	潮位	
1月1日	木		9:33	102	22:08	-1	元日
1月2日	金		10:34	100	22:59	-12	
1月3日	土	☽	11:21	96	23:45	-17	
1月4日	日		12:03	90	*	*	
1月5日	月		0:29	-16	12:43	84	
1月6日	火		1:09	-8	13:22	78	
1月7日	水		1:46	4	14:02	74	
1月8日	木		2:20	21	14:45	71	
1月9日	金		2:50	38	15:33	68	
1月10日	土		3:19	56	16:32	66	
1月11日	日	☽	3:50	73	17:44	63	
1月12日	月		4:29	88	19:05	57	成人の日
1月13日	火		5:47	101	20:18	48	
1月14日	水		7:54	106	21:14	37	
1月15日	木		9:23	104	21:58	25	
1月16日	金		10:14	98	22:37	15	
1月17日	土		10:50	92	23:12	7	
1月18日	日		11:23	85	23:44	1	
1月19日	月	☽	11:54	79	*	*	
1月20日	火		0:16	-2	12:25	73	
1月21日	水		0:47	0	12:59	67	
1月22日	木		1:18	6	13:35	61	
1月23日	金		1:49	16	14:15	56	
1月24日	土		2:21	31	14:59	52	
1月25日	日		2:54	49	15:52	49	
1月26日	月	☽	3:30	68	16:59	45	
1月27日	火		4:14	88	18:24	39	
1月28日	水		5:40	106	19:54	29	
1月29日	木		8:22	111	21:10	15	
1月30日	金		9:52	105	22:08	2	
1月31日	土		10:41	94	22:57	-8	

※ *印は、潮の満ち引きの周期により、潮が引かないことを表しています。

2026(R8) 潮見表

30cm以下
 50cm以下
 （夕方以降の時間帯は色なし）

年/月/日(曜日)			干潮				備考
			時刻	潮位	時刻	潮位	
2月1日	日		11:20	83	23:38	-12	
2月2日	月		11:55	72	*	*	
2月3日	火		0:15	-9	12:29	63	
2月4日	水		0:49	0	13:02	55	
2月5日	木		1:18	13	13:35	50	
2月6日	金		1:45	28	14:10	48	
2月7日	土		2:08	44	14:46	47	
2月8日	日		2:31	60	15:28	49	
2月9日	月		2:52	75	16:21	52	
2月10日	火		3:10	88	17:38	54	
2月11日	水		19:23	51	*	*	建国記念日
2月12日	木		7:13	110	20:48	41	
2月13日	金		9:31	104	21:41	30	
2月14日	土		10:11	94	22:21	18	
2月15日	日		10:41	84	22:55	9	
2月16日	月		11:09	74	23:26	3	
2月17日	火		11:38	63	23:56	2	
2月18日	水		12:08	53	*	*	
2月19日	木		0:26	6	12:40	43	
2月20日	金		0:56	15	13:15	35	
2月21日	土		1:26	28	13:51	29	
2月22日	日		1:55	45	14:32	28	
2月23日	月		2:24	64	15:20	29	天皇誕生日
2月24日	火		2:52	82	16:24	34	
2月25日	水		3:18	99	17:57	36	
2月26日	木		19:47	32	*	*	
2月27日	金		9:17	108	21:08	21	
2月28日	土		10:03	94	22:02	11	

※ *印は、潮の満ち引きの周期により、潮が引かないことを表しています。

2026(R8) 潮見表

30cm以下
 50cm以下
 （夕方以降の時間帯は色なし）

年/月/日(曜日)			干潮				備考
			時刻	潮位	時刻	潮位	
3月1日	日		10:36	79	22:45	5	
3月2日	月		11:07	65	23:21	5	
3月3日	火	☽	11:37	52	23:53	10	
3月4日	水		12:07	42	*	*	
3月5日	木		0:21	19	12:36	34	
3月6日	金		0:47	31	13:05	30	
3月7日	土		1:11	44	13:35	28	
3月8日	日		1:34	57	14:06	30	
3月9日	月		1:56	69	14:41	35	
3月10日	火		2:17	81	15:23	42	
3月11日	水	☽	2:35	92	16:24	49	
3月12日	木		18:09	53	*	*	
3月13日	金		20:03	47	*	*	
3月14日	土		9:27	99	21:08	37	
3月15日	日		9:53	87	21:50	27	
3月16日	月		10:18	73	22:25	20	
3月17日	火		10:45	59	22:58	16	
3月18日	水		11:13	44	23:29	18	
3月19日	木	☽	11:44	30	*	*	
3月20日	金		0:01	25	12:17	18	春分の日
3月21日	土		0:32	36	12:52	10	
3月22日	日		1:03	51	13:30	7	
3月23日	月		1:33	67	14:12	10	
3月24日	火		2:03	82	15:01	18	
3月25日	水		2:32	96	16:07	28	
3月26日	木	☽	3:07	108	17:44	37	
3月27日	金		7:47	112	19:33	37	
3月28日	土		9:13	96	20:49	32	
3月29日	日		9:45	79	21:40	29	
3月30日	月		10:15	63	22:20	28	
3月31日	火		10:44	48	22:54	31	

※ *印は、潮の満ち引きの周期により、潮が引かないことを表しています。

2026(R8) 潮見表

30cm以下
 50cm以下
 （夕方以降の時間帯は色なし）

年/月/日(曜日)			干潮				備考
			時刻	潮位	時刻	潮位	
4月1日	水		11:13	36	23:24	37	
4月2日	木	☀	11:41	26	23:51	46	
4月3日	金		12:09	19	*	*	
4月4日	土		0:18	55	12:36	16	
4月5日	日		0:43	64	13:05	16	
4月6日	月		1:08	73	13:35	20	
4月7日	火		1:33	81	14:09	26	
4月8日	水		2:00	88	14:48	34	
4月9日	木		2:29	96	15:42	43	
4月10日	金	☀	3:18	103	17:04	50	
4月11日	土		6:39	105	18:50	51	
4月12日	日		8:36	94	20:09	47	
4月13日	月		9:11	79	21:02	41	
4月14日	火		9:41	63	21:44	38	
4月15日	水		10:11	45	22:22	39	
4月16日	木		10:43	27	22:59	44	
4月17日	金	☀	11:18	11	23:35	52	
4月18日	土		11:54	-1	*	*	
4月19日	日		0:10	63	12:33	-7	
4月20日	月		0:45	75	13:15	-6	
4月21日	火		1:21	87	14:02	1	
4月22日	水		1:59	97	14:56	13	
4月23日	木		2:47	104	16:03	27	
4月24日	金	☀	4:21	108	17:27	39	
4月25日	土		7:11	101	18:56	46	
4月26日	日		8:28	85	20:08	50	
4月27日	月		9:10	68	21:01	52	
4月28日	火		9:44	52	21:44	56	
4月29日	水		10:15	39	22:20	61	昭和の日
4月30日	木		10:45	27	22:53	66	

※ *印は、潮の満ち引きの周期により、潮が引かないことを表しています。

2026(R8) 潮見表

30cm以下
 50cm以下
 （夕方以降の時間帯は色なし）

年/月/日(曜日)			干潮				備考
			時刻	潮位	時刻	潮位	
5月1日	金		11:14	19	23:23	71	
5月2日	土	☽	11:43	14	23:53	76	
5月3日	日		12:12	11	*	*	憲法記念日
5月4日	月		0:22	81	12:43	12	みどりの日
5月5日	火		0:51	85	13:15	16	こどもの日
5月6日	水		1:21	89	13:50	22	振替休日
5月7日	木		1:55	93	14:30	30	
5月8日	金		2:38	96	15:19	38	
5月9日	土		3:44	100	16:20	46	
5月10日	日	☽	5:34	98	17:36	53	
5月11日	月		7:13	88	18:54	57	
5月12日	火		8:11	72	20:00	59	
5月13日	水		8:54	54	20:56	62	
5月14日	木		9:33	34	21:45	66	
5月15日	金		10:13	15	22:30	72	
5月16日	土		10:54	0	23:13	79	
5月17日	日	☽	11:37	-10	23:55	87	
5月18日	月		12:22	-13	*	*	
5月19日	火		0:36	93	13:09	-10	
5月20日	水		1:20	97	13:59	0	
5月21日	木		2:08	100	14:53	13	
5月22日	金		3:08	100	15:50	29	
5月23日	土	☽	4:29	98	16:52	44	
5月24日	日		6:06	89	17:58	58	
5月25日	月		7:26	77	19:04	69	
5月26日	火		8:23	63	20:05	77	
5月27日	水		9:07	50	20:58	83	
5月28日	木		9:44	38	21:44	87	
5月29日	金		10:18	28	22:25	89	
5月30日	土		10:51	21	23:02	90	
5月31日	日	☽	11:23	16	23:35	91	

※ *印は、潮の満ち引きの周期により、潮が引かないことを表しています。

2026(R8) 潮見表

30cm以下
 50cm以下
 （夕方以降の時間帯は色なし）

年/月/日(曜日)			干潮				備考
			時刻	潮位	時刻	潮位	
6月1日	月		11:56	13	*	*	
6月2日	火		0:08	91	12:30	13	
6月3日	水		0:40	91	13:04	16	
6月4日	木		1:14	91	13:40	20	
6月5日	金		1:52	92	14:18	27	
6月6日	土		2:36	92	14:58	35	
6月7日	日		3:33	91	15:45	45	
6月8日	月		4:44	88	16:39	56	
6月9日	火		6:00	79	17:43	67	
6月10日	水		7:08	65	18:55	78	
6月11日	木		8:06	48	20:06	86	
6月12日	金		8:59	29	21:11	93	
6月13日	土		9:49	12	22:09	97	
6月14日	日		10:39	-1	23:00	99	
6月15日	月		11:28	-10	23:48	99	
6月16日	火		12:17	-12	*	*	
6月17日	水		0:33	98	13:05	-7	
6月18日	木		1:18	96	13:52	3	
6月19日	金		2:05	92	14:37	18	
6月20日	土		2:57	89	15:21	35	
6月21日	日		3:56	84	16:04	54	
6月22日	月		5:04	79	16:49	71	
6月23日	火		6:18	72	17:42	87	
6月24日	水		7:27	64	18:50	98	
6月25日	木		8:26	54	20:07	105	
6月26日	金		9:14	44	21:15	106	
6月27日	土		9:56	35	22:07	104	
6月28日	日		10:35	27	22:48	101	
6月29日	月		11:11	21	23:24	98	
6月30日	火		11:46	17	23:56	94	

※ *印は、潮の満ち引きの周期により、潮が引かないことを表しています。

2026(R8) 潮見表

30cm以下
 50cm以下
 （夕方以降の時間帯は色なし）

年/月/日(曜日)			干潮				備考
			時刻	潮位	時刻	潮位	
7月1日	水		12:20	15	*	*	
7月2日	木		0:29	91	12:53	17	
7月3日	金		1:03	88	13:26	20	
7月4日	土		1:39	85	13:58	27	
7月5日	日		2:20	82	14:32	37	
7月6日	月		3:06	79	15:09	50	
7月7日	火		4:01	75	15:51	65	
7月8日	水		5:04	68	16:43	81	
7月9日	木		6:15	58	17:52	97	
7月10日	金		7:28	46	19:24	109	
7月11日	土		8:36	31	20:55	113	
7月12日	日		9:38	16	22:05	111	
7月13日	月		10:34	4	22:58	106	
7月14日	火		11:24	-4	23:43	99	
7月15日	水		12:11	-5	*	*	
7月16日	木		0:24	91	12:53	1	
7月17日	金		1:05	84	13:33	13	
7月18日	土		1:46	78	14:08	29	
7月19日	日		2:28	74	14:41	47	
7月20日	月		3:14	72	15:11	66	海の日
7月21日	火		4:07	70	15:41	84	
7月22日	水		5:09	70	16:17	99	
7月23日	木		6:24	67	17:19	112	
7月24日	金		7:44	61	19:20	119	
7月25日	土		8:50	53	21:05	117	
7月26日	日		9:41	43	22:01	111	
7月27日	月		10:23	34	22:39	104	
7月28日	火		11:00	27	23:11	97	
7月29日	水		11:33	21	23:42	90	
7月30日	木		12:04	19	*	*	
7月31日	金		0:12	84	12:33	20	

※ *印は、潮の満ち引きの周期により、潮が引かないことを表しています。

2026(R8) 潮見表





30cm以下
 50cm以下
 （夕方以降の時間帯は色なし）

年/月/日(曜日)			干潮				備考
			時刻	潮位	時刻	潮位	
8月1日	土		0:44	78	13:03	25	
8月2日	日		1:18	72	13:32	34	
8月3日	月		1:55	67	14:02	47	
8月4日	火		2:35	63	14:34	63	
8月5日	水		3:23	60	15:08	80	
8月6日	木		4:21	58	15:49	98	
8月7日	金		5:36	55	16:53	115	
8月8日	土		7:06	48	19:12	125	
8月9日	日		8:31	36	21:11	121	
8月10日	月		9:37	23	22:10	111	
8月11日	火		10:30	12	22:53	99	山の日
8月12日	水		11:15	7	23:31	87	
8月13日	木		11:55	9	*	*	
8月14日	金		0:07	76	12:31	17	
8月15日	土		0:42	67	13:03	30	
8月16日	日		1:18	61	13:32	47	
8月17日	月		1:54	59	13:58	64	
8月18日	火		2:31	59	14:22	80	
8月19日	水		3:13	62	14:44	95	
8月20日	木		4:05	66	15:07	108	
8月21日	金		5:18	69	*	*	
8月22日	土		6:59	68	19:05	126	
8月23日	日		8:28	61	21:14	119	
8月24日	月		9:24	50	21:55	109	
8月25日	火		10:05	41	22:24	99	
8月26日	水		10:39	33	22:52	89	
8月27日	木		11:09	28	23:20	79	
8月28日	金		11:38	27	23:49	69	
8月29日	土		12:07	30	*	*	
8月30日	日		0:20	60	12:35	38	
8月31日	月		0:53	52	13:03	50	

※ *印は、潮の満ち引きの周期により、潮が引かないことを表しています。

2026(R8) 潮見表

30cm以下
 50cm以下
 （夕方以降の時間帯は色なし）

年/月/日(曜日)			干潮				備考
			時刻	潮位	時刻	潮位	
9月1日	火		1:28	47	13:32	64	
9月2日	水		2:06	45	14:01	80	
9月3日	木		2:52	46	14:31	97	
9月4日	金		3:51	50	15:02	113	
9月5日	土		5:15	54	16:05	127	
9月6日	日		7:02	51	20:16	127	
9月7日	月		8:31	41	21:26	114	
9月8日	火		9:31	31	22:05	98	
9月9日	水		10:17	25	22:39	83	
9月10日	木		10:56	24	23:11	69	
9月11日	金		11:31	30	23:44	57	
9月12日	土		12:02	39	*	*	
9月13日	日		0:16	49	12:30	52	
9月14日	月		0:47	44	12:56	66	
9月15日	火		1:19	43	13:19	80	
9月16日	水		1:51	46	13:42	92	
9月17日	木		2:28	52	14:05	103	
9月18日	金		3:12	59	14:26	112	
9月19日	土		4:17	67	*	*	
9月20日	日		6:03	71	19:47	125	
9月21日	月		7:49	66	21:06	114	敬老の日
9月22日	火		8:51	57	21:34	102	国民の休日
9月23日	水		9:33	49	21:59	89	秋分の日
9月24日	木		10:06	43	22:25	76	
9月25日	金		10:37	40	22:53	62	
9月26日	土		11:07	42	23:22	48	
9月27日	日		11:37	47	23:54	37	
9月28日	月		12:07	57	*	*	
9月29日	火		0:27	29	12:37	69	
9月30日	水		1:04	25	13:07	83	

※ *印は、潮の満ち引きの周期により、潮が引かないことを表しています。

2026(R8) 潮見表

30cm以下
 50cm以下
 （夕方以降の時間帯は色なし）

年/月/日(曜日)			干潮				備考
			時刻	潮位	時刻	潮位	
10月1日	木		1:45	27	13:37	97	
10月2日	金		2:33	33	14:08	110	
10月3日	土		3:36	43	14:47	122	
10月4日	日		5:07	51	17:50	128	
10月5日	月		6:55	53	20:29	115	
10月6日	火		8:15	48	21:12	97	
10月7日	水		9:11	45	21:45	80	
10月8日	木		9:53	44	22:17	63	
10月9日	金		10:30	48	22:49	49	
10月10日	土		11:02	55	23:19	39	
10月11日	日		11:31	64	23:49	32	
10月12日	月		11:59	73	*	*	スポーツの日
10月13日	火		0:19	29	12:26	83	
10月14日	水		0:49	30	12:51	91	
10月15日	木		1:20	34	13:17	99	
10月16日	金		1:55	41	13:45	105	
10月17日	土		2:36	49	14:18	112	
10月18日	日		3:32	59	15:18	118	
10月19日	月		4:56	66	18:44	118	
10月20日	火		6:37	67	20:21	106	
10月21日	水		7:52	64	20:55	91	
10月22日	木		8:42	60	21:23	75	
10月23日	金		9:23	57	21:52	59	
10月24日	土		9:59	58	22:23	41	
10月25日	日		10:34	61	22:55	26	
10月26日	月		11:09	68	23:30	14	
10月27日	火		11:43	77	*	*	
10月28日	水		0:08	7	12:18	87	
10月29日	木		0:49	6	12:53	97	
10月30日	金		1:34	11	13:30	106	
10月31日	土		2:27	21	14:16	113	

※ *印は、潮の満ち引きの周期により、潮が引かないことを表しています。

2026(R8) 潮見表

30cm以下
 50cm以下
 （夕方以降の時間帯は色なし）

年/月/日(曜日)			干潮				備考
			時刻	潮位	時刻	潮位	
11月1日	日		3:31	34	15:35	118	
11月2日	月		4:52	47	18:11	113	
11月3日	火		6:20	55	19:51	98	文化の日
11月4日	水		7:35	60	20:41	79	
11月5日	木		8:33	63	21:19	62	
11月6日	金		9:19	68	21:53	47	
11月7日	土		9:58	73	22:25	34	
11月8日	日		10:33	78	22:56	25	
11月9日	月		11:06	83	23:27	20	
11月10日	火		11:36	88	23:57	18	
11月11日	水		12:06	92	*	*	
11月12日	木		0:28	18	12:36	95	
11月13日	金		1:01	22	13:06	98	
11月14日	土		1:36	28	13:40	101	
11月15日	日		2:15	36	14:23	104	
11月16日	月		3:01	45	15:27	107	
11月17日	火		3:58	54	17:13	105	
11月18日	水		5:08	62	18:56	95	
11月19日	木		6:25	68	19:56	80	
11月20日	金		7:33	71	20:38	62	
11月21日	土		8:30	74	21:16	43	
11月22日	日		9:19	77	21:53	24	
11月23日	月		10:05	81	22:33	8	勤労感謝の日
11月24日	火		10:47	86	23:14	-4	
11月25日	水		11:29	91	23:58	-10	
11月26日	木		12:10	96	*	*	
11月27日	金		0:44	-9	12:52	100	
11月28日	土		1:32	-2	13:38	102	
11月29日	日		2:24	10	14:33	102	
11月30日	月		3:18	26	15:46	100	

※ *印は、潮の満ち引きの周期により、潮が引かないことを表しています。

2026(R8) 潮見表

30cm以下
 50cm以下
 （夕方以降の時間帯は色なし）

年/月/日(曜日)		干潮				備考
		時刻	潮位	時刻	潮位	
12月1日	火	4:17	43	17:20	93	
12月2日	水	5:20	59	18:52	81	
12月3日	木	6:29	72	19:59	66	
12月4日	金	7:36	83	20:48	51	
12月5日	土	8:36	89	21:29	38	
12月6日	日	9:28	93	22:06	27	
12月7日	月	10:12	94	22:40	19	
12月8日	火	10:50	94	23:13	13	
12月9日	水	11:24	94	23:46	10	
12月10日	木	11:57	92	*	*	
12月11日	金	0:18	10	12:28	91	
12月12日	土	0:51	12	13:01	90	
12月13日	日	1:25	16	13:37	90	
12月14日	月	1:59	23	14:18	90	
12月15日	火	2:34	32	15:08	89	
12月16日	水	3:13	42	16:13	86	
12月17日	木	3:59	55	17:29	79	
12月18日	金	4:57	68	18:43	67	
12月19日	土	6:09	80	19:46	50	
12月20日	日	7:29	89	20:40	32	
12月21日	月	8:43	95	21:31	13	
12月22日	火	9:45	97	22:19	-3	
12月23日	水	10:38	97	23:08	-14	
12月24日	木	11:25	95	23:55	-20	
12月25日	金	12:10	92	*	*	
12月26日	土	0:42	-19	12:53	89	
12月27日	日	1:27	-10	13:38	84	
12月28日	月	2:10	4	14:26	80	
12月29日	火	2:51	22	15:21	76	
12月30日	水	3:31	43	16:25	72	
12月31日	木	4:07	64	17:40	65	

※ *印は、潮の満ち引きの周期により、潮が引かないことを表しています。