

月と潮 磯あそび カレンダー

月の形でわかる「大潮・小潮」—— いつ磯あそびに行くと生きものに会える？

月の満ち欠け 新月から次の新月まで **約29.5日**でひとめぐり。月の形を見れば潮がわかる。



しんげつ
新月
月齢 0
大潮



みかげつ
三日月
月齢 3
満ちる／欠ける



じょうげん つき
上弦の月
月齢 7
小潮



じゅうさんや
十三夜
月齢 13
満ちる／欠ける



まんげつ
満月
月齢 15
大潮



いざよい
十六夜
月齢 16
満ちる／欠ける

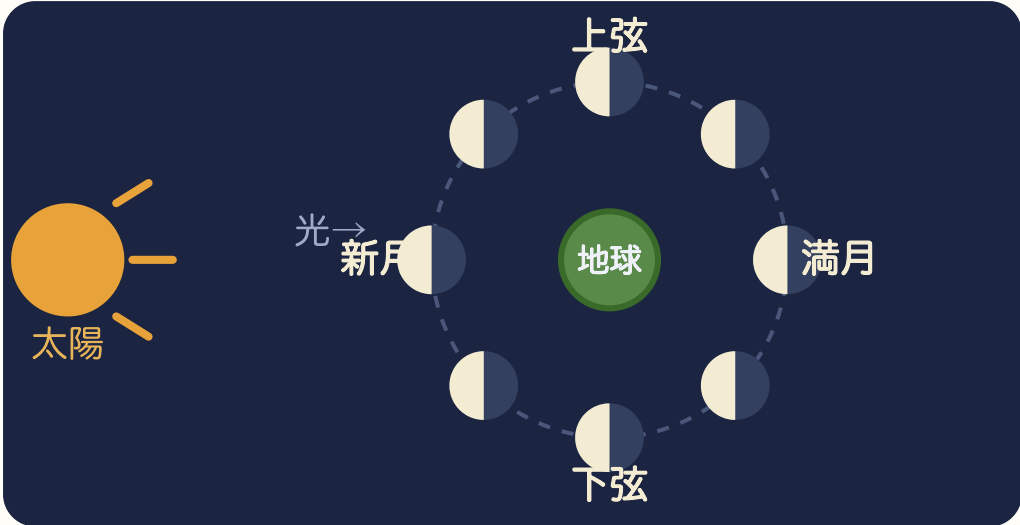


かげつ つき
下弦の月
月齢 22
小潮



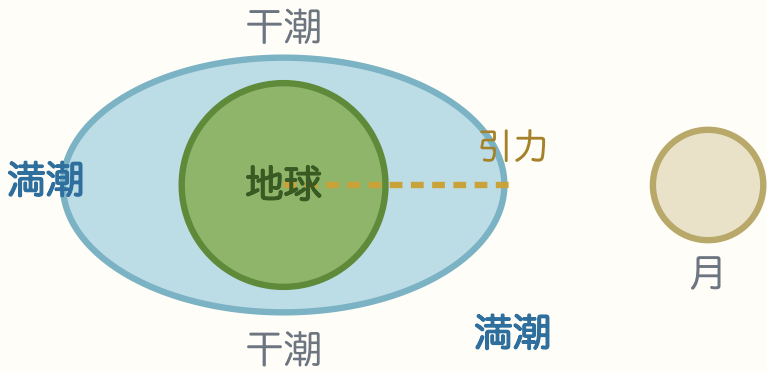
ありあげつ
有明月
月齢 26
満ちる／欠ける

月の形が変わるわけ WHY PHASES



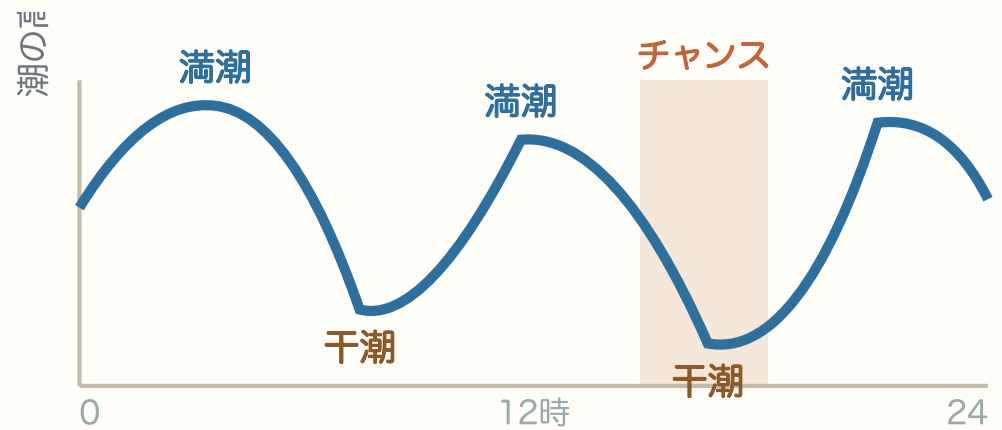
月は自分では光らず**太陽の光を反射**している。月が地球のまわりを回るにつれ、地球から見える"光った部分"の形が変わる = **満ち欠け**。

なぜ潮は満ち引きする？ TIDES



おもに**月の引力**と地球の自転で、海面は1日に**約2回**上がったたり下がったり。月に向いた側と反対側がふくらんで**満潮**、その間が**干潮**。干潮・満潮の時こくは毎日**約50分**ずつおそくなる。

潮見表（タイドグラフ）の読み方 HOW TO READ



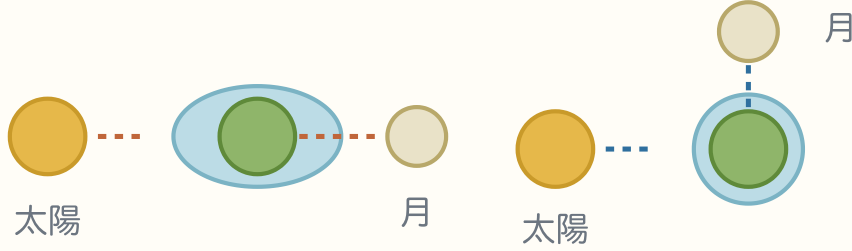
たての線＝潮の高さ、よこ＝時こく。山が**満潮**・谷が**干潮**。**干潮の前後1～2時間**が磯あそびのチャンス。福岡の干潮時こくは**気象庁「潮位表（福岡）」**やタイドアプリで調べよう。

月の豆知識・いつ見える MOON FACTS

- 月は地球のまわりを約**27.3日**で1周（形の変化は約29.5日）
- いつも**同じ面**を地球に向けている（裏側は見えない）
- 月の重力は地球の約**6分の1**（体重も6分の1に）
- 毎年約**3.8cm**ずつ地球から遠ざかっている
- 黒く見える平らな所を「**海**」と呼ぶ（水はない）

いつ見える？ 新月＝昼（見えない）／三日月＝夕方に西の低空／上弦＝夕方に南～真夜中に西へ／満月＝日の入りに東→真夜中に南→明け方に西／下弦＝真夜中に東～明け方に南。**月の出は毎日約50分おそくなる**（だから潮の時刻も毎日ずれる）。

大潮と小潮 SPRING / NEAP



大潮＝よく引く

小潮＝あまり引かない

新月・満月は太陽・地球・月が一直線 → 引力が重なり差が最大＝**大潮**。**半月（上弦・下弦）**は直角 → 打ち消して差が最小＝**小潮**。

潮回り：大潮→中潮→小潮→長潮→若潮→中潮→大潮（約15日でくり返す）

磯あそび ベストの日 BEST DAY

1

大潮

新月・満月の前後

2

昼の干潮

明るく安全

3

春～初夏

昼が大きく引く

- ✓ 大潮の日は潮がいちばん大きく引き、磯が広く現れる
- ✓ **春～初夏（4～6月）**は昼の大潮の干潮がとくに大きい
- ✓ 行く前に潮位表で「昼の干潮の時こく」を確認
- ✓ 干潮の1～2時間前に着いて、引いていく潮を追う

2026年 大潮カレンダー（新月○・満月●＝大潮の目安） 2026 SPRING TIDES

1月

● 満月 3日

○ 新月 19日

寒い季節（潮見表で確認）

2月

● 満月 2日

○ 新月 17日

寒い季節（潮見表で確認）

3月

● 満月 3日

○ 新月 19日

寒い季節（潮見表で確認）

4月

● 満月 2日

○ 新月 17日

◎ 昼の大潮＝磯あそび日和

ベスト

5月

● 満月 2・31日

○ 新月 17日

◎ 昼の大潮＝磯あそび日和

ベスト

6月

● 満月 30日

○ 新月 15日

◎ 昼の大潮＝磯あそび日和

ベスト

7月

● 満月 29日

○ 新月 14日

○ 磯あそびOK

シーズン

8月

● 満月 28日

○ 新月 13日

○ 磯あそびOK

シーズン

9月

● 満月 27日

○ 新月 11日

○ 磯あそびOK

シーズン

10月

● 満月 26日

○ 新月 11日

寒い季節（潮見表で確認）

11月

● 満月 24日

○ 新月 9日

寒い季節（潮見表で確認）

12月

● 満月 24日

○ 新月 9日

寒い季節（潮見表で確認）