

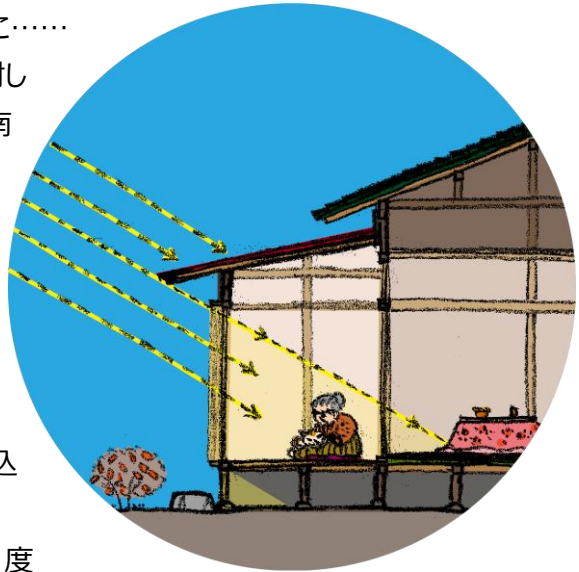
## 冬の日向ぼっこ

冬、日中の陽の当たる縁側では、ぼっかぼかの日向ぼっこ……  
こんな経験はありませんか。冬の陽差しは、縁側の奥まで射し込み、暖かく照らしてくれます。伝統的な日本家屋では、南側に軒を出して縁側をつくり、冬の陽差しを家の中に取り込む工夫がありました。

令和5年12月22日は冬至。一年で最も日の短い日が冬至です。このとき（長野県小諸市・緯度 36.32度）の太陽は、最も高くのぼる南中高度でも30度あまりと一年で最も低くなります。この低くなった太陽の日射は、軒の高さ2mあれば、軒先から3.4mぐらいまで差し込んできます。（高さの約1.7倍）

寒さの厳しい2月初旬・立春の太陽南中高度は約37度（長野県小諸市）ですから、冬至の高度30度から立春の高度37度の暖かい日射を家の中に取り込む工夫をすることで、冬の日中を暖かく過ごすことができます。※太陽高度は、その地域の緯度により違ってきます。

【文責】佐藤 重



日本の冬は、太平洋側では晴れ、日本海側では曇りや雪の天気が続きます。

冬（12月～2月）の日照時間を比較すると、東京は538時間、新潟は195時間。

佐久の冬の日照時間は550時間となっており、天気の良い太平洋側に匹敵しますので、冬の日射しの活用に適しています。

※長野県の気象官署の冬（12月～2月）の日照時間

長野 401Hr 松本 505Hr 飯田 513Hr 軽井沢 546Hr 諏訪 536Hr

冬の長野県は、北部の豪雪地域以外では冬の日照時間が長く、日射しの暖かさを活用できます。

北部の豪雪地域では200時間～250時間と少ないですが、中南部の多くのところは500時間を超え、東京並みです。

【文責】宮澤 信

〈発行〉

長野県地球温暖化防止活動推進員有志

有賀宏道 赤尾興一 宇野親治 太谷優子 佐藤 重 島川清一 中澤博道 中野昭彦  
樋口嘉一 細田恵莉 壬生善夫 宮澤 信 宮原則子 本木修一 山岸恒夫 山本喜昭

2020年11月初版 / 2023年11月4版

 アンケートにご協力をお願いします！

1分程度の簡単な内容です。今後の改訂の参考にいたしますので、よろしくお願いいたします。

