



2026年3月 潮汐表



～自己救命策3つの基本～

1. ライフジャケットの常時着用

2. 防水パック入り携帯電話等の連絡手段の確保

3. 「118番」及び「NET118」の活用

(海へ行く時は、家族や友人・関係者に目的地や帰宅時間などを伝えておきましょう)

作成:小笠原海上保安署

日(曜)	日出 日没	月出 月没	潮 汐 [時刻(潮高)]		月 齢	備考
			高潮	低潮		
1 日	5:55	15:18	10:58(53)	23:04(-4)	11.6	先勝 中潮
	17:32	4:21	05:29(98)	16:17(96)		
2 月	5:55	16:22	11:30(43)	23:42(-3)	12.6	友引 大潮
	17:33	5:00	05:55(102)	17:06(102)		
3 火 出港	5:54	17:22	12:01(34)		13.6	先負 ○ 大潮
	17:33	5:35	06:19(104)	17:49(105)		
4 水	5:53	18:20	00:15(2)	12:31(27)	14.6	仏滅 大潮
	17:34	6:07	06:41(105)	18:29(105)		
5 木	5:51	19:17	00:44(9)	13:01(22)	15.6	大安 大潮
	17:34	6:37	07:02(105)	19:07(102)		
6 金	5:50	20:12	01:11(19)	13:31(18)	16.6	赤口 中潮
	17:35	7:07	07:21(104)	19:43(97)		
7 土 入港	5:49	21:08	01:35(28)	14:01(16)	17.6	先勝 中潮
	17:36	7:38	07:38(102)	20:20(91)		
8 日	5:48	22:04	01:57(38)	14:34(17)	18.6	友引 中潮
	17:36	8:11	07:56(100)	21:00(84)		
9 月	5:47	23:01	02:18(47)	15:11(19)	19.6	先負 中潮
	17:37	8:47	08:14(97)	21:47(77)		
10 火 出港	5:46	23:57	02:37(55)	15:56(23)	20.6	仏滅 小潮
	17:37	9:27	08:33(92)	22:59(70)		
11 水	5:45	**:**	02:54(62)	17:01(28)	21.6	大安 ● 小潮
	17:38	10:13	08:52(87)			
12 木	5:44	0:51		18:42(30)	22.6	赤口 小潮
	17:38	11:03	09:12(81)			
13 金 入港	5:43	1:42		20:22(26)	23.6	先勝 長潮
	17:39	11:58	04:33(76)			
14 土	5:42	2:28	09:51(67)	21:23(19)	24.6	友引 若潮
	17:39	12:56	04:28(83)	13:54(76)		
15 日	5:41	3:11	10:14(60)	22:07(13)	25.6	先負 中潮
	17:40	13:55	04:45(89)	15:10(83)		

:は、その日に出没がない事をあらわします。

○ ● 満月・新月 潮の干満の差が大きい時期
 ◎ ◐ 上弦・下弦 潮の干満の差が小さい時期

裏面に続く...

2026年3月 潮汐表

:は、その日に出没がない事をあらわします。

日(曜)	日出 日没	月出 月没	潮 汐		月 齢	備 考
			[時刻(潮高)]			
16 	月 出港	5:40 17:41	3:49 14:55	10:38(51) 05:04(95)	22:43(9) 16:02(91)	26.6 仏減 中潮
17	火	5:39 17:41	4:23 15:55	11:05(41) 05:25(100)	23:17(7) 16:48(99)	27.6 大安 大潮
18	水	5:38 17:42	4:56 16:55	11:35(30) 05:47(104)	23:51(9) 17:31(105)	28.6 赤口 大潮
19 	木 入港	5:37 17:42	5:28 17:57	12:07(20) 06:10(107)	18:14(109)	0.1 ● 友引 大潮
20	金	5:35 17:43	6:01 19:00	00:24(15) 06:33(109)	12:41(11) 18:58(110)	1.1 先負 大潮
21	土	5:34 17:43	6:37 20:05	00:57(24) 06:57(109)	13:17(4) 19:44(107)	2.1 仏減 中潮
22 	日 出港	5:33 17:44	7:16 21:14	01:29(35) 07:21(108)	13:56(1) 20:33(100)	3.1 大安 中潮
23	月	5:32 17:44	8:01 22:23	02:01(47) 07:45(105)	14:40(2) 21:29(92)	4.1 赤口 中潮
24	火	5:31 17:45	8:53 23:32	02:32(58) 08:11(101)	15:31(7) 22:45(83)	5.1 先勝 中潮
25	水	5:30 17:45	9:52 **:**	03:06(69) 08:39(95)	16:38(14)	6.1 友引 小潮
26 	木 入港	5:29 17:46	10:57 0:35	04:03(77) 01:02(79)	18:12(19) 09:17(87)	7.1 ● 先負 小潮
27	金	5:28 17:46	12:03 1:31	08:23(76) 03:14(84)	19:53(20) 11:28(79)	8.1 仏減 小潮
28	土	5:27 17:47	13:09 2:19	09:30(66) 03:53(90)	21:06(17) 13:59(81)	9.1 大安 長潮
29 	日 出港	5:26 17:47	14:12 3:00	10:05(54) 04:21(95)	21:57(15) 15:20(88)	10.1 赤口 若潮
30	月	5:24 17:48	15:12 3:35	10:36(43) 04:46(99)	22:38(16) 16:16(95)	11.1 先勝 中潮
31	火	5:23 17:48	16:10 4:07	11:06(32) 05:09(102)	23:13(19) 17:02(100)	12.1 友引 中潮

小笠原海上保安署
04998-2-7118



作成:小笠原海上保安署