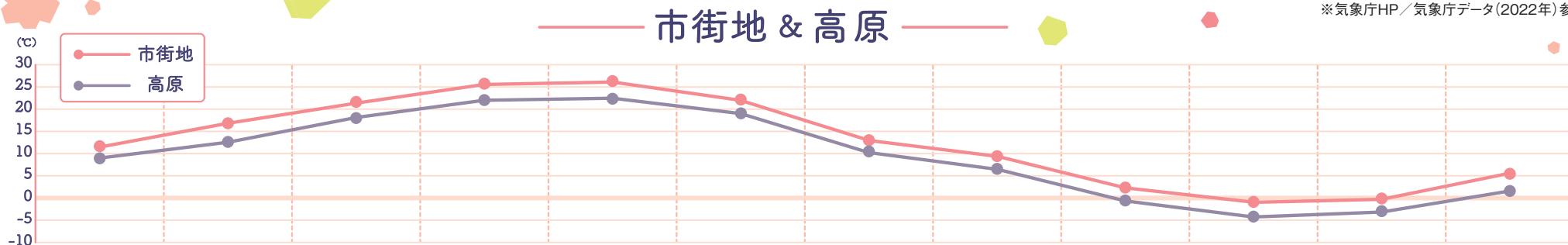


# 長野市の年間平均気温カレンダーによる気温とおすすめの服装

※気象庁HP/気象庁データ(2022年)参考



市街地

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
12.3℃	16.3℃	21.4℃	25.6℃	25.7℃	22.5℃	13.6℃	9.6℃	2.4℃	-1.5℃	-0.7℃	5.6℃



厚めのセーターやトレーナー、薄手のコートが◎  
初旬は降雪もあるため滑りにくい靴がおすすめです。



長袖のシャツやカーディガンが必要です。GWは晴れるとかなり暑くなります。



半袖や長袖のシャツが必要です。薄手のカーディガン等があると便利です。



半袖で十分です。日差しよけの帽子が必要。  
7月、8月は猛暑日になることもあり、最高気温が35度を超える日もあります。



半袖や長袖のシャツが必要です。カーディガン等があると便利です。



セーターやカーディガン、ジャケットなどで重ね着した方がいいです。



厚手のジャケットやコートが必要です。また、マフラーや手袋が必要な日もあります。



ダウンジャケットや厚手のコート、マフラーや手袋が必要です。中旬から積雪する場合、滑りにくい靴をおすすめします。



ダウンジャケットや厚手のコートが必要。マフラーや手袋で防寒対策を。歩道が凍結する場合がありますので、滑りにくい靴がおすすめです。

高原散策

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
9.0℃	13.5℃	18.5℃	22.6℃	22.8℃	19.7℃	10.8℃	7.2℃	-0.2℃	-3.9℃	-3.5℃	2.1℃



4月中旬まで雪が残ります。コートに加え、パーカーやフリースなどで調整を。マフラーや手袋も必要。



日中はカーディガンやウィンドブレーカー等羽織るものを用意して下さい。朝晩は、軽めのアウターが必要です。



日中は半袖で過ごせます。朝晩は、肌寒いのでカーディガンやウィンドブレーカー等も必要です。



軽めのアウターにフリースやトレーナーで調節を。下旬は気温が下がるため、マフラーも必要。



降雪が始まります。厚手のコートの他、マフラーや手袋も用意を。



ダウンジャケット、ニット帽や手袋などでとにかく暖かく。滑りにくいスノーブーツで積雪に注意。ウインタースポーツをするときは、汗冷え対策インナー(ウール・アクリル等)が良いです。

