



2026年7月5日の電力需給

全国

△ 全国合計需要ピーク
9,202万kW
18時30分、92,024 MW
(10エリア同時刻合計)

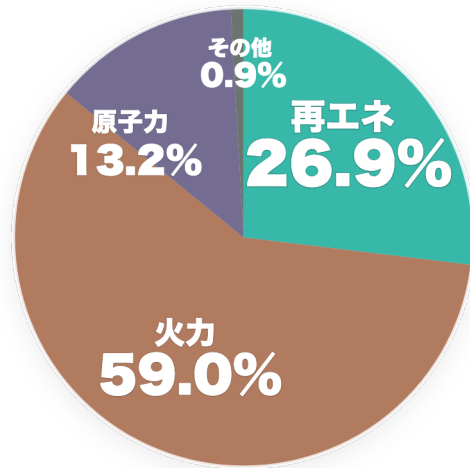
☀️ 太陽光ピーク
1,994万kW
11時、19,943 MW (自家消費分除く)

≈ 風力ピーク
140万kW
20時30分、1,403 MW

◇ 再エネ最大需要比
39.2%
11時、需要に対する割合

↔️ 最大受電エリア
東京
109 GWh

↔️ 最大送電エリア
東北
69.8 GWh



概況

再エネ比率トップ

北海道 52.3%

37.3 GWh

出力抑制量

2.3 GWh

最大: 東北 2.3 GWh

揚水・蓄電の充電

37.6 GWh

発電構成比には含めない

日中の特徴

太陽光と夕方需要の時間差

多くのエリアで18-19時台に需要ピーク



- 需要ピークが最も大きかったのは東京で、19:00に3,030万kWでした。
- 再エネ比率は北海道が最も高く、発電電力量ベースで52.3%でした。
- 出力抑制は東北。

項目	値	補足
再エネ発電量比率	26.9%	発電電力量ベース
再エネ発電量	526 GWh	太陽光・水力・風力・バイオマス・地熱
総発電電力量	1,953 GWh	発電構成比の分母
再エネ最大需要比	39.2%	11時
出力抑制量	2.3 GWh	最大: 東北
揚水・蓄電の充電	37.6 GWh	発電構成比には含めない

エリア	再エネ比率	再エネ発電量 (GWh)	出力抑制 (GWh)	連系線・その他 (GWh)
北海道	52.3%	37.3	0.0	送電 5.1
東北	35.4%	87.8	2.3	送電 69.8
東京	17.5%	93.7	0.0	受電 109
中部	34.1%	82.4	0.0	受電 32.1
北陸	44.4%	28.8	0.0	送電 6.5
関西	19.9%	60.3	0.0	受電 18.8
中国	24.8%	36.2	0.0	送電 17.6
四国	26.8%	25.3	0.0	送電 37.3
九州	31.9%	70.4	0.0	送電 1.8
沖縄	12.2%	3.6	0.0	—



2026年7月5日の供給実績

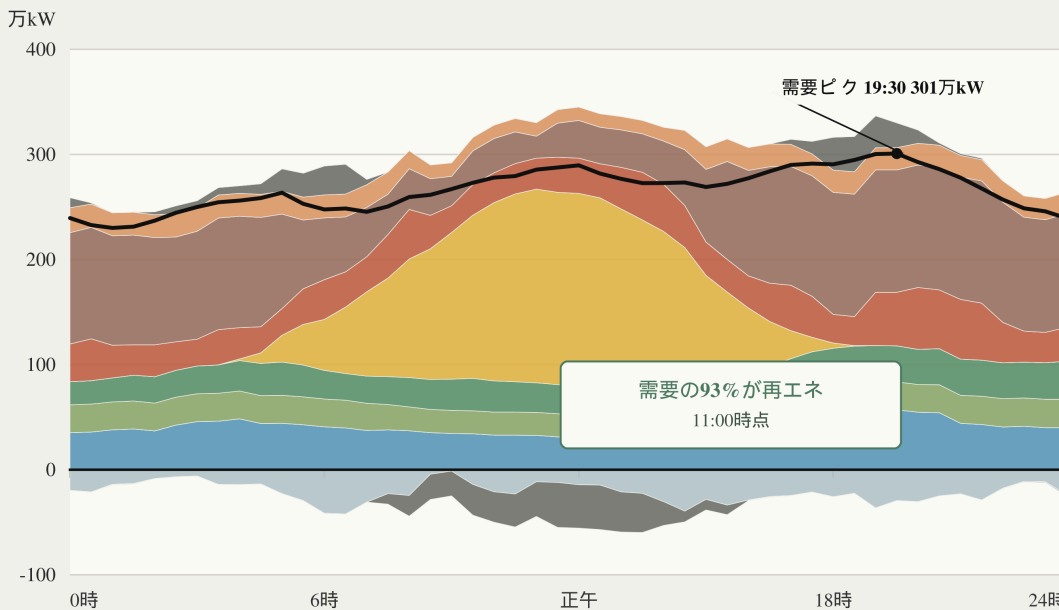
北海道エリア

再エネ

37.3GWh

(発電電力量ベース52.3%)

北海道エリア 2026年7月5日の供給実績 (残余需要方式)



発電構成比

総発電電力量: 71.3GWh
(713万kWh)

再エネ	37.3GWh (52.3%)
太陽光	14.3GWh (20.0%)
水力	9.9GWh (13.9%)
風力	7.1GWh (9.9%)
バイオマス	6.0GWh (8.5%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	8.6GWh (12.1%)
石炭火力	19.2GWh (27.0%)
石油等火力	4.6GWh (6.4%)
原子力	0.0GWh (0.0%)
揚水蓄電	1.6GWh (2.2%)

以下は発電構成に含まれない

- 揚水蓄電の充電
- 連系線受電送電その他
- 需要

出典: 北海道電力ネットワーク公表のエリア需給実績データ (2026年7月CSV)

各値は原則として送電端値であり、所内電力量自家消費分を差し引いたもの。発電構成比は需要連系線出力抑制量を含まない。残余需要=エリア需要-水力-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量

71.3GWh

需要ピーク

19:30、301万kW

連系線・その他

5.1GWhの送電

揚水・蓄電の充電

2.3GWh

出力抑制

0.0GWh

概況

北海道は、太陽光ピーク184万kW、風力ピーク36万kWで、時間別の再エネ最大需要比は93.9%だった。



2026年7月5日の供給実績

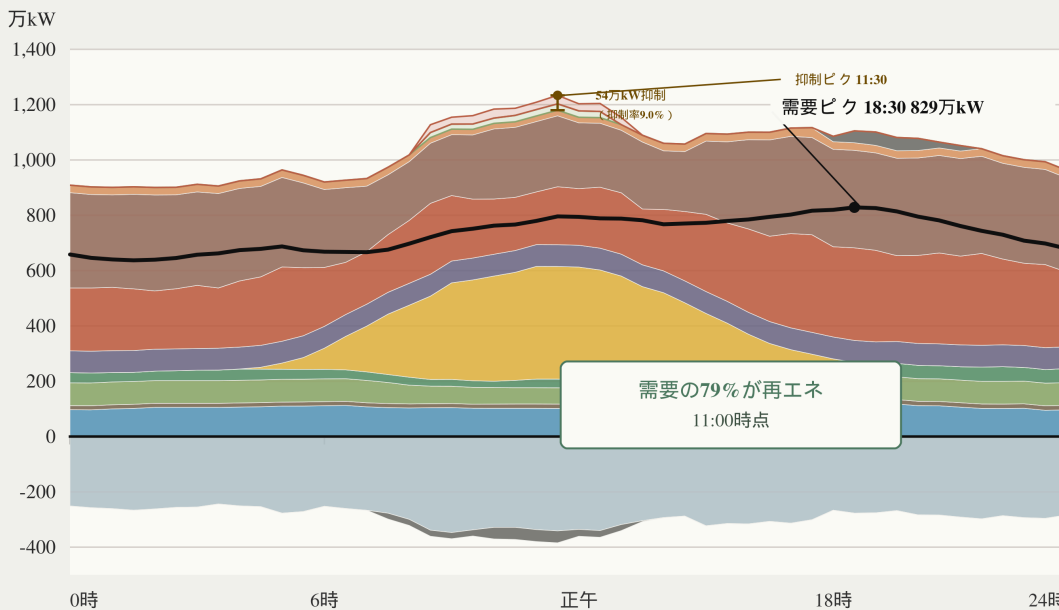
東北エリア

再エネ

87.8GWh

(発電電力量ベース35.4%)

東北エリア 2026年7月5日の供給実績 (残余需要方式)



発電構成比

総発電電力量: 248GWh
(2,476万kWh)

再エネ	87.8GWh (35.4%)
太陽光	31.2GWh (12.6%)
水力	25.4GWh (10.2%)
風力	9.1GWh (3.7%)
バイオマス	18.4GWh (7.4%)
地熱	3.7GWh (1.5%)
LNG火力	61.4GWh (24.8%)
石炭火力	72.1GWh (29.1%)
石油等火力	6.2GWh (2.5%)
原子力	19.0GWh (7.7%)
揚水蓄電	1.2GWh (0.5%)
以下は発電構成に含まれない	
揚水蓄電の充電	
連系線受電送電その他	
需要	

出力抑制量	2.3GWh
バイオマス 本来発電可能量の4.9%	0.9GWh
火力 本来発電可能量の1.0%	1.4GWh
抑制率=出力抑制量/(発電電力量+出力抑制量) 出力抑制量: 出力抑制により発電しなかった量	

出典: 東北電力ネットワーク公表のエリア需給実績データ (2026年7月CSV)

各値は原則として送電端値であり、所内電力量 自家消費分を差し引いたもの。発電構成比は需要 連系線 出力抑制量を含まない。残余需要=エリア需要-水力-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量
247.6GWh

需要ピーク
18:30、829万kW

連系線・その他
69.8GWhの送電

揚水・蓄電の充電
1.8GWh

出力抑制
2.3GWh

概況

東北は、太陽光ピーク408万kW、風力ピーク53万kWで、時間別の再エネ最大需要比は78.9%だった。



2026年7月5日の供給実績

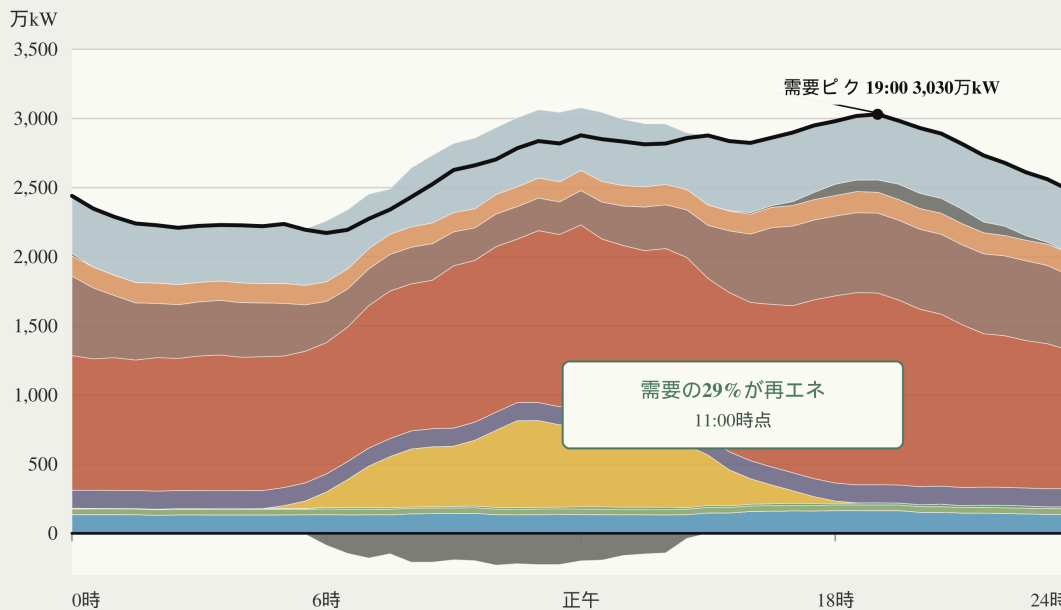
東京エリア

再エネ

93.7GWh

(発電電力量ベース17.5%)

東京エリア 2026年7月5日の供給実績 (残余需要方式)



発電構成比

総発電電力量: 534.3GWh
(5,343万kWh)

再エネ	93.7GWh (17.5%)
太陽光	47.3GWh (8.8%)
水力	34.0GWh (6.4%)
風力	2.6GWh (0.5%)
バイオマス	9.8GWh (1.8%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	270.2GWh (50.6%)
石炭火力	98.8GWh (18.5%)
石油等火力	35.2GWh (6.6%)
原子力	31.4GWh (5.9%)
揚水蓄電	5.1GWh (0.9%)

以下は発電構成に含まれない

揚水蓄電の充電
連系線受電送電その他

— 需要

出典: 東京電力パワーグリッド公表のエリア需給実績データ (2026年7月CSV)

各値は原則として送電端値であり、所内電力量自家消費分を差し引いたもの。発電構成比は需要連系線出力抑制量を含まない。残余需要=エリア需要-水力-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量

534.3GWh

需要ピーク

19:00、3,030kW

連系線・その他

108.9GWhの受電

揚水・蓄電の充電

15.8GWh

出力抑制

0.0GWh

概況

東京は、太陽光ピーク630kW、風力ピーク18万kWで、時間別の再エネ最大需要比は29.3%だった。



2026年7月5日の供給実績

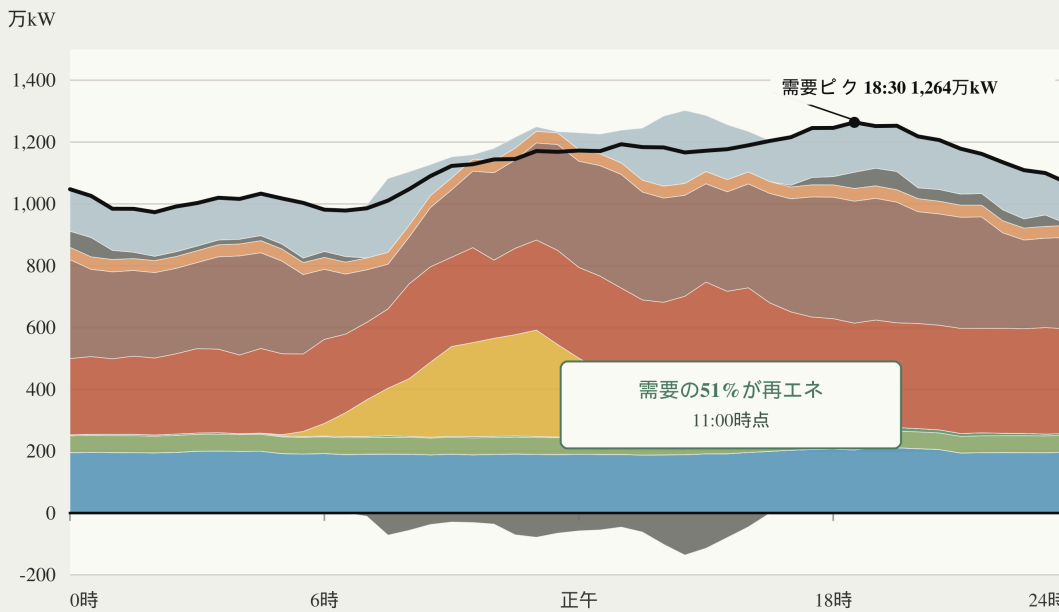
中部エリア

再エネ

82.4GWh

(発電電力量ベース34.1%)

中部エリア 2026年7月5日の供給実績（残余需要方式）



発電構成比

総発電電力量: 241GWh
(2,415万kWh)

再エネ	82.4GWh (34.1%)
太陽光	21.0GWh (8.7%)
水力	46.8GWh (19.4%)
風力	1.4GWh (0.6%)
バイオマス	13.1GWh (5.4%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	72.7GWh (30.1%)
石炭火力	73.0GWh (30.2%)
石油等火力	9.3GWh (3.9%)
原子力	0.0GWh (0.0%)
揚水蓄電	4.0GWh (1.7%)

以下は発電構成に含まれない

- 揚水蓄電の充電
- 連系線受電送電その他

出典: 中部電力パワグリッド公表のエリア需給実績データ (2026年7月CSV)

各値は原則として送電端値であり、所内電力量自家消費分を差し引いたもの。発電構成比は需要連系線出力抑制量を含まない。残余需要=エリア需要-水力-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量

241.5GWh

需要ピーク

18:30、1,264kW

連系線・その他

32.1GWhの受電

揚水・蓄電の充電

5.9GWh

出力抑制

0.0GWh

概況

中部は、太陽光ピーク344万kW、風力ピーク11万kWで、時間別の再エネ最大需要比は50.5%だった。



2026年7月5日の供給実績

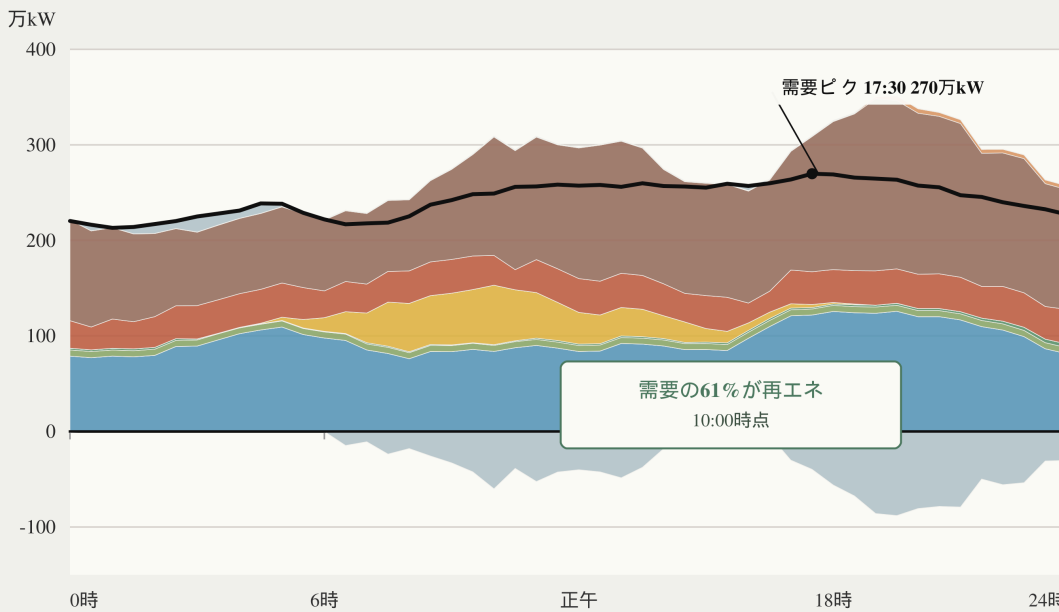
北陸エリア

再エネ

28.8GWh

(発電電力量ベース44.4%)

北陸エリア 2026年7月5日の供給実績 (残余需要方式)



発電構成比

総発電電力量: 65GWh

(648万kWh)

- 再エネ 28.8GWh (44.4%)
 - 太陽光 3.8GWh (5.9%)
 - 水力 23.1GWh (35.6%)
 - 風力 0.4GWh (0.6%)
 - バイオマス 1.5GWh (2.3%)
 - 地熱 0.0GWh (0.0%)
 - LNG火力 7.9GWh (12.2%)
 - 石炭火力 27.8GWh (42.9%)
 - 石油等火力 0.3GWh (0.4%)
 - 原子力 0.0GWh (0.0%)
 - 揚水蓄電 0.0GWh (0.0%)
- 以下は発電構成に含まれない
- 揚水蓄電の充電
- 連系線受電送電その他
- 需要

出典: 北陸電力送配電公表のエリア需給実績データ (2026年7月CSV)

各値は原則として送電端値であり、所内電力量自家消費分を差し引いたもの。発電構成比は需要-連系線出力抑制量を含まない。残余需要=エリア需要-水力-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量

64.8GWh

需要ピーク

17:30、270万kW

連系線・その他

6.9GWhの送電

揚水・蓄電の充電

0.0GWh

出力抑制

0.0GWh

概況

北陸は、太陽光ピーク62万kW、風力ピーク4万kWで、時間別の再エネ最大需要比は61.9%だった。

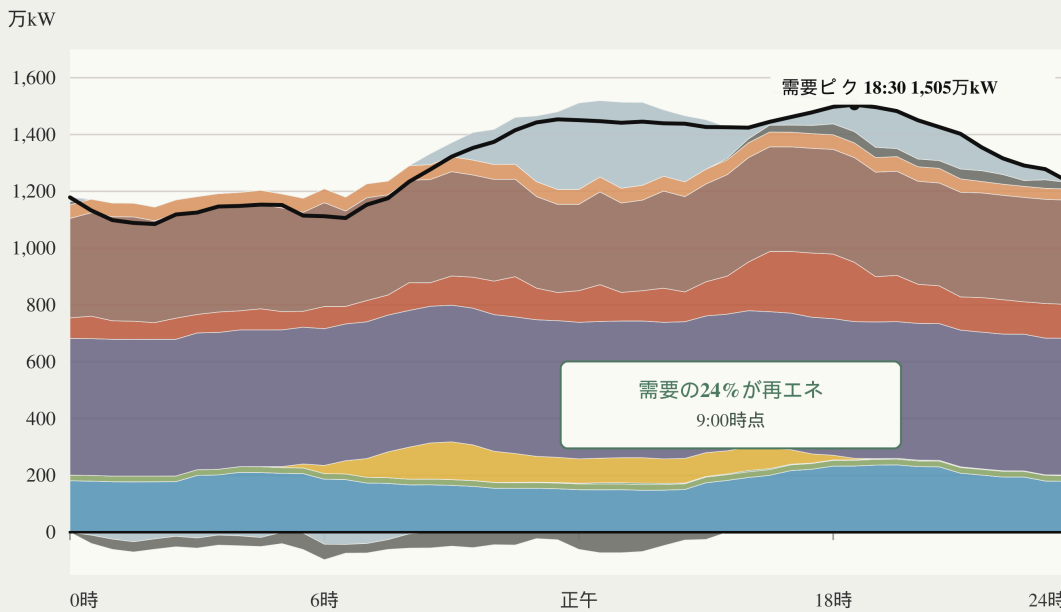


2026年7月5日の供給実績

関西エリア

再エネ
60.3GWh
(発電電力量ベース19.9%)

関西エリア 2026年7月5日の供給実績 (残余需要方式)



発電構成比

総発電電力量: 303GWh
(3,028万kWh)

再エネ	60.3GWh (19.9%)
太陽光	10.4GWh (3.4%)
水力	44.7GWh (14.8%)
風力	0.4GWh (0.1%)
バイオマス	4.8GWh (1.6%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	27.3GWh (9.0%)
石炭火力	85.4GWh (28.2%)
石油等火力	11.9GWh (3.9%)
原子力	115.5GWh (38.1%)
揚水蓄電	2.4GWh (0.8%)
以下は発電構成に含まれない	
揚水蓄電の充電	
連系線受電送電その他	
需要	

出典: 関西電力送配電公表のエリア需給実績データ (2026年7月CSV)

各値は原則として送電端値であり、所内電力量 自家消費分を差し引いたもの。発電構成比は需要 連系線 出力抑制量を含まない。残余需要=エリア需要-水力-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量
302.8GWh

需要ピーク
18:30、1,505万kW

連系線・その他
20.4GWhの受電

揚水・蓄電の充電
6.4GWh

出力抑制
0.0GWh

概況

関西は、太陽光ピーク133万kW、風力ピーク5万kWで、時間別の再エネ最大需要比は24.6%だった。



2026年7月5日の供給実績

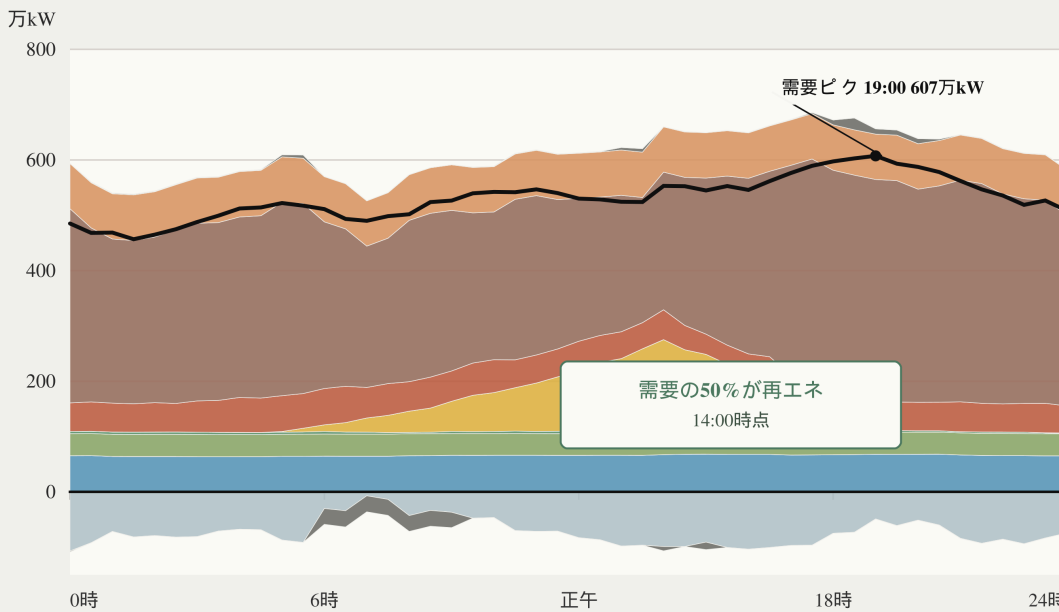
中国エリア

再エネ

36.2GWh

(発電電力量ベース24.8%)

中国エリア 2026年7月5日の供給実績（残余需要方式）



発電構成比

総発電電力量: 146GWh
(1,461万kWh)

再エネ	36.2GWh (24.8%)
太陽光	10.0GWh (6.9%)
水力	15.8GWh (10.8%)
風力	0.9GWh (0.6%)
バイオマス	9.5GWh (6.5%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	12.7GWh (8.7%)
石炭火力	77.0GWh (52.7%)
石油等火力	19.7GWh (13.5%)
原子力	0.0GWh (0.0%)
揚水蓄電	0.5GWh (0.4%)

以下は発電構成に含まれない

- 揚水蓄電の充電
- 連系線受電送電その他

— 需要

出典: 中国電力ネットワーク公表のエリア需給実績データ (2026年7月CSV)

各値は原則として送電端値であり、所内電力量自家消費分を差し引いたもの。発電構成比は需要連系線出力抑制量を含まない。残余需要=エリア需要-水力-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量

146.1GWh

需要ピーク

19:00、607万kW

連系線・その他

17.6GWhの送電

揚水・蓄電の充電

1.1GWh

出力抑制

0.0GWh

概況

中国は、太陽光ピーク164万kW、風力ピーク5万kWで、時間別の再エネ最大需要比は49.7%だった。

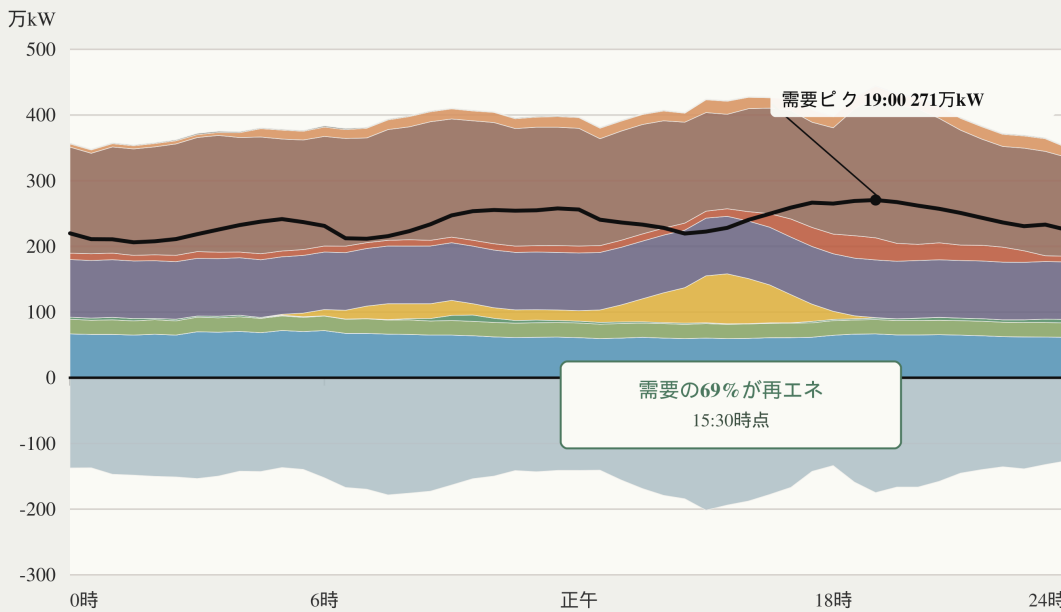


2026年7月5日の供給実績

四国エリア

再エネ
25.3GWh
(発電電力量ベース26.8%)

四国エリア 2026年7月5日の供給実績 (残余需要方式)



出典: 四国電力送配電公表のエリア需給実績データ (2026年7月CSV)

各値は原則として送電端値であり、所内電力量 自家消費分を差し引いたもの。発電構成比は需要 連系線 出力抑制量を含まない。残余需要=エリア需要-水力-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量

94.3GWh

需要ピーク

19:00、271万kW

連系線・その他

37.3GWhの送電

揚水・蓄電の充電

0.0GWh

出力抑制

0.0GWh

概況

四国は、太陽光ピーク76万kW、風力ピーク10万kWで、時間別の再エネ最大需要比は69.7%だった。

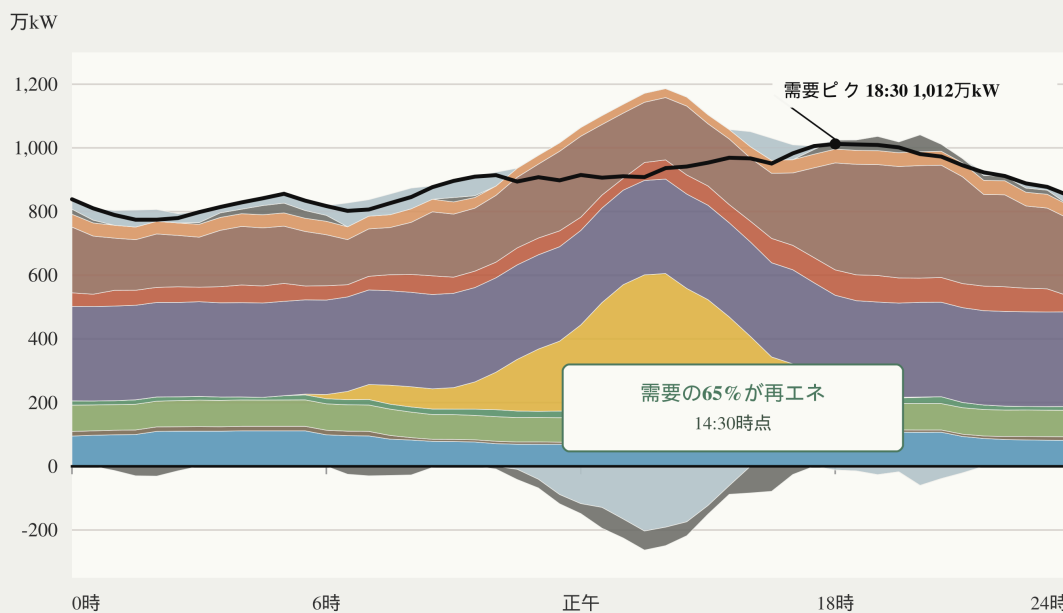


2026年7月5日の供給実績

九州エリア

再エネ
70.4GWh
(発電電力量ベース31.9%)

九州エリア 2026年7月5日の供給実績 (残余需要方式)



発電構成比

総発電電力量: 221GWh
(2,206万kWh)

再エネ	70.4GWh (31.9%)
太陽光	23.1GWh (10.5%)
水力	22.1GWh (10.0%)
風力	3.6GWh (1.7%)
バイオマス	19.3GWh (8.7%)
地熱	2.3GWh (1.1%)
LNG火力	14.0GWh (6.3%)
石炭火力	53.6GWh (24.3%)
石油等火力	9.1GWh (4.1%)
原子力	71.1GWh (32.2%)
揚水蓄電	2.4GWh (1.1%)
以下は発電構成に含まれない	
揚水蓄電の充電	
連系線受電送電その他	
需要	

出典: 九州電力送配電公表のエリア需給実績データ (2026年7月CSV)

各値は原則として送電端値であり、所内電力量自家消費分を差し引いたもの。発電構成比は需要連系線出力抑制量を含まない。残余需要=エリア需要-水力-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量
220.6GWh

需要ピーク
18:30、1,012万kW

連系線・その他
7.4GWhの送電

揚水・蓄電の充電
4.3GWh

出力抑制
0.0GWh

概況

九州は、太陽光ピーク427万kW、風力ピーク22万kWで、時間別の再エネ最大需要比は66.2%だった。



2026年7月5日の供給実績

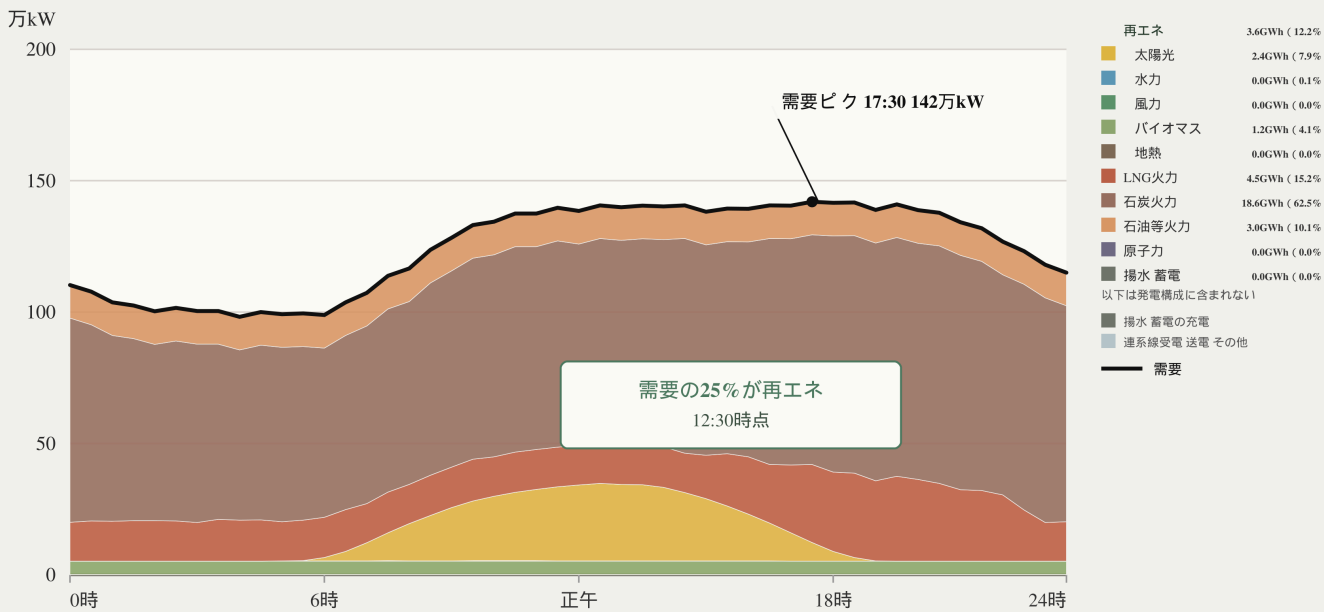
沖縄エリア

再エネ

3.6GWh

(発電電力量ベース12.2%)

沖縄エリア 2026年7月5日の供給実績（残余需要方式）



出典: 沖縄電力公表のエリア需給実績データ (2026年7月CSV)

各値は原則として送電端値であり、所内電力量 自家消費分を差し引いたもの。発電構成比は需要 連系線 出力抑制量を含まない。残余需要=エリア需要-水力-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量

29.8GWh

需要ピーク

17:30、142万kW

連系線・その他

0.0GWh

揚水・蓄電の充電

0.0GWh

出力抑制

0.0GWh

概況

沖縄は、太陽光ピーク30万kW、風力ピーク0万kWで、時間別の再エネ最大需要比は24.8%だった。