



# 2026年7月7日の電力需給

## 全国

△ 全国合計需要ピーク  
**11,559万kW**  
16時、115,587 MW (10  
エリア同時刻合計)

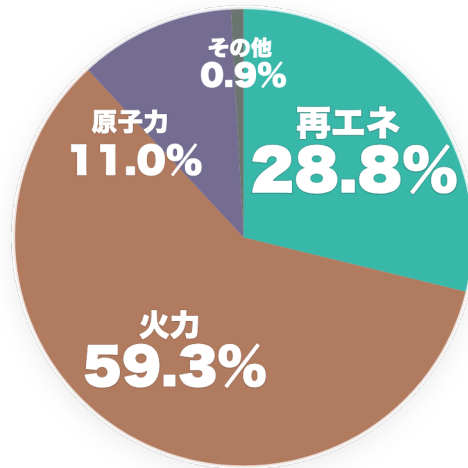
≒ 風力ピーク  
**105万kW**  
1時、1,047 MW

↔ 最大受電エリア  
**東京**  
93.0 GWh

☀ 太陽光ピーク  
**3,845万kW**  
11時30分、38,453  
MW (自家消費分除く)

◇ 再エネ最大需要  
比  
**47.0%**  
12時、需要に対する割合

↔ 最大送電エリア  
**東北**  
62.5 GWh



## 概況

### 再エネ比率トップ

**北海道 46.8%**  
36.1 GWh

### 揚水・蓄電の充電

**18.2 GWh**  
発電構成比には含めない

### 出力抑制量

**4.5 GWh**  
最大: 東北 4.5 GWh

### 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、11:00に3,484万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46.8%でした。
- 出力抑制は東北、中部。

項目	値	補足
再エネ発電量比率	<b>28.8%</b>	発電電力量ベース
再エネ発電量	<b>675 GWh</b>	太陽光・水力・風力・バイオマス・地熱
総発電電力量	<b>2,341 GWh</b>	発電構成比の分母
再エネ最大需要比	<b>47.0%</b>	12時
出力抑制量	<b>4.5 GWh</b>	最大: 東北
揚水・蓄電の充電	<b>18.2 GWh</b>	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	<b>46.8%</b>	<b>36.1</b>	<b>0.0</b>	送電 <b>4.1</b>
東北	<b>40.2%</b>	<b>111</b>	<b>4.5</b>	送電 <b>62.5</b>
東京	<b>18.9%</b>	<b>117</b>	<b>0.0</b>	受電 <b>93.0</b>
中部	<b>37.3%</b>	<b>118</b>	<b>0.0</b>	受電 <b>48.1</b>
北陸	<b>37.7%</b>	<b>33.4</b>	<b>0.0</b>	送電 <b>10.9</b>
関西	<b>21.6%</b>	<b>73.8</b>	<b>0.0</b>	受電 <b>44.3</b>
中国	<b>27.6%</b>	<b>50.6</b>	<b>0.0</b>	送電 <b>17.0</b>
四国	<b>27.5%</b>	<b>32.1</b>	<b>0.0</b>	送電 <b>45.0</b>
九州	<b>34.0%</b>	<b>100.0</b>	<b>0.0</b>	送電 <b>24.1</b>
沖縄	<b>11.6%</b>	<b>3.7</b>	<b>0.0</b>	—



2026年7月7日の供給実績

## 北海道エリア

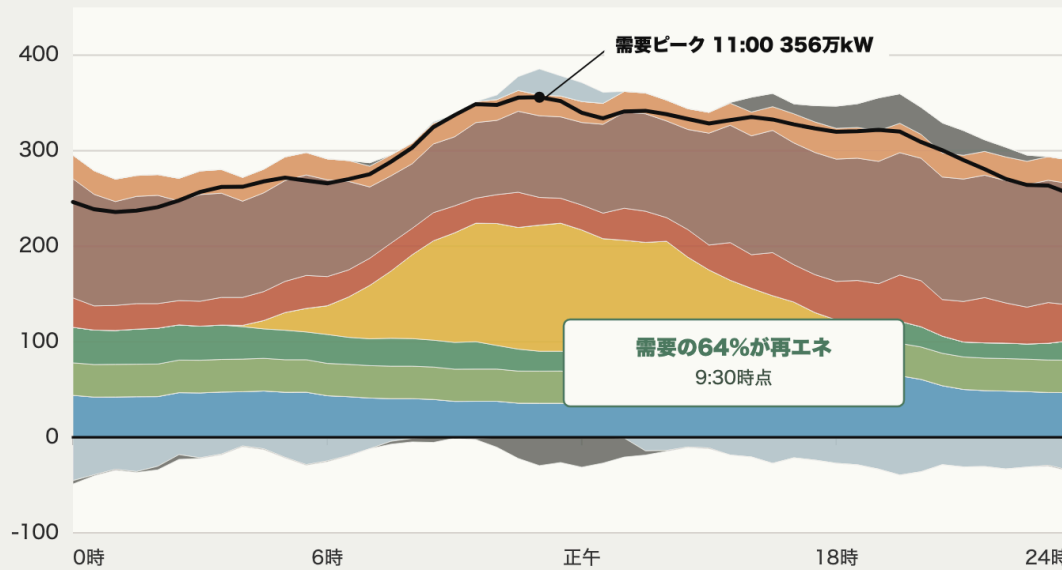
再エネ

36.1GWh

(発電電力量ベース46.8%)

### 北海道エリア 2026年7月7日の供給実績 (残余需要方式)

万kW



#### 発電構成比

総発電電力量: 77.1GWh

(771万kWh)

再エネ	36.1GWh (46.8%)
太陽光	10.8GWh (14.0%)
水力	11.1GWh (14.4%)
風力	6.0GWh (7.8%)
バイオマス	8.1GWh (10.5%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	8.0GWh (10.3%)
石炭火力	25.7GWh (33.4%)
石油等火力	5.8GWh (7.6%)
原子力	0.0GWh (0.0%)
揚水・蓄電	1.4GWh (1.9%)
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: 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-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量

77.1GWh

需要ピーク

11:00、356万kW

連系線・その他

4.6GWhの送電

揚水・蓄電の充電

1.1GWh

出力抑制

0.0GWh

### 概況

北海道は、太陽光ピーク134万kW、風力ピーク38万kWで、時間別の再エネ最大需要比は64.3%だった。



2026年7月7日の供給実績

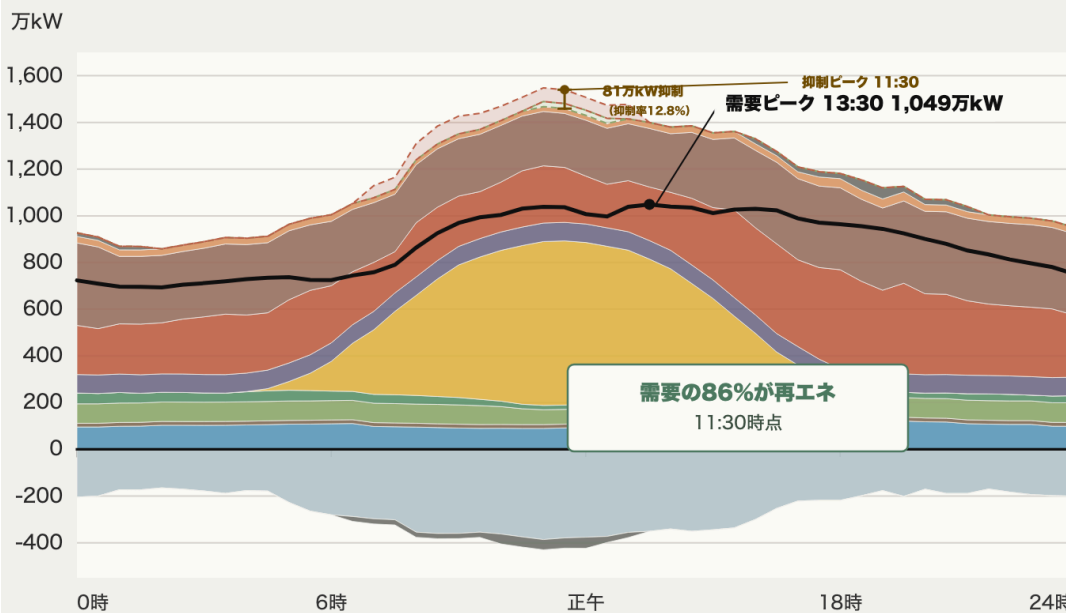
## 東北エリア

再エネ

110.5GWh

(発電電力量ベース40.2%)

### 東北エリア 2026年7月7日の供給実績 (残余需要方式)



#### 発電構成比

総発電電力量: 275GWh  
(2,749万kWh)

再エネ	110.5GWh (40.2%)
太陽光	55.0GWh (20.0%)
水力	24.8GWh (9.0%)
風力	7.5GWh (2.7%)
バイオマス	19.3GWh (7.0%)
地熱	3.9GWh (1.4%)
LNG火力	65.6GWh (23.9%)
石炭火力	71.6GWh (26.0%)
石油等火力	6.5GWh (2.4%)
原子力	19.0GWh (6.9%)
揚水・蓄電	1.7GWh (0.6%)
揚水・蓄電の充電	以下は発電構成に含まれない
連系線受電・送電・その他	以下は発電構成に含まれない
需要	黒線

出力抑制量	4.5GWh
バイオマス	0.4GWh
火力	4.0GWh

抑制率=出力抑制量/(発電量+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  
274.9GWh

需要ピーク  
13:30、1,049万kW

連系線・その他  
62.5GWhの送電

揚水・蓄電の充電  
2.1GWh

出力抑制  
4.5GWh

### 概況

東北は、太陽光ピーク703万kW、風力ピーク47万kWで、時間別の再エネ最大需要比は88.0%だった。



2026年7月7日の供給実績

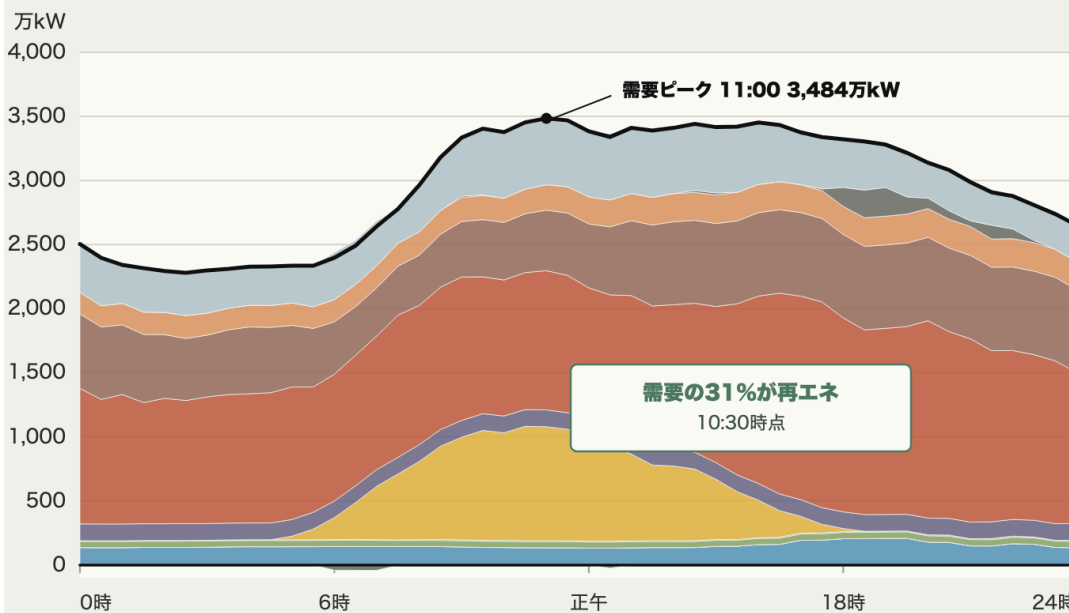
## 東京エリア

再エネ

117.1GWh

(発電電力量ベース18.9%)

### 東京エリア 2026年7月7日の供給実績 (残余需要方式)



#### 発電構成比

総発電電力量: 619GWh  
(6,187万kWh)

再エネ	117.1GWh (18.9%)
太陽光	67.7GWh (10.9%)
水力	36.2GWh (5.9%)
風力	1.6GWh (0.3%)
バイオマス	11.7GWh (1.9%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	284.1GWh (45.9%)
石炭火力	132.5GWh (21.4%)
石油等火力	47.7GWh (7.7%)
原子力	31.3GWh (5.1%)
揚水・蓄電	5.9GWh (1.0%)
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: 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-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量

618.7GWh

需要ピーク

11:00、3,484万kW

連系線・その他

93.0GWhの受電

揚水・蓄電の充電

0.8GWh

出力抑制

0.0GWh

### 概況

東京は、太陽光ピーク892万kW、風力ピーク10万kWで、時間別の再エネ最大需要比は31.3%だった。



2026年7月7日の供給実績

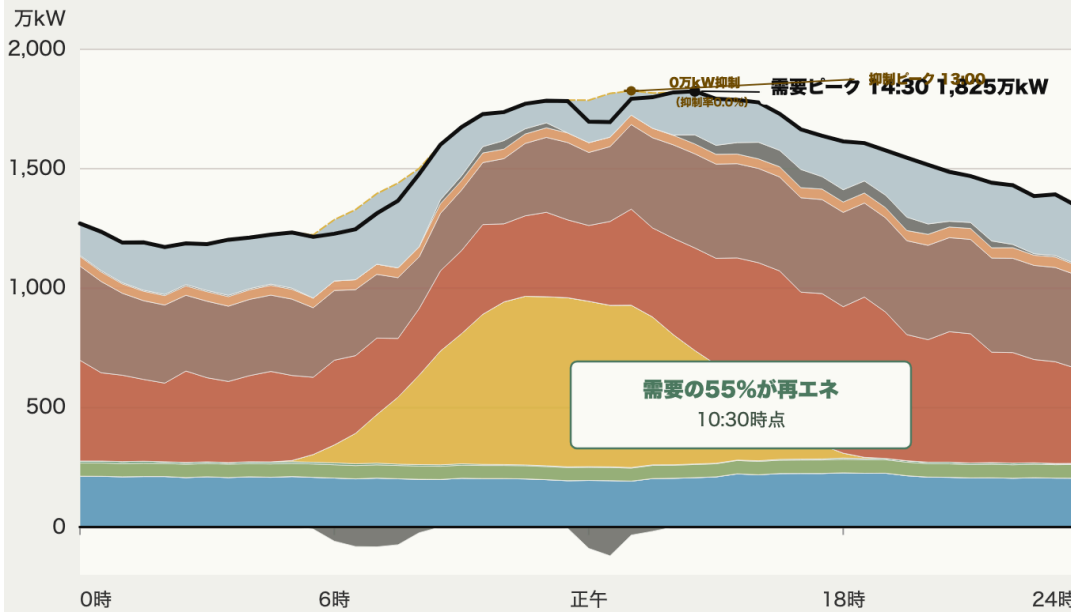
## 中部エリア

再エネ

117.7GWh

(発電電力量ベース37.3%)

### 中部エリア 2026年7月7日の供給実績 (残余需要方式)



#### 発電構成比

総発電電力量: 315GWh

(3,153万kWh)

再エネ	117.7GWh (37.3%)
太陽光	53.1GWh (16.8%)
水力	50.0GWh (15.9%)
風力	1.3GWh (0.4%)
バイオマス	13.4GWh (4.2%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	100.5GWh (31.9%)
石炭火力	82.4GWh (26.1%)
石油等火力	9.9GWh (3.1%)
原子力	0.0GWh (0.0%)
揚水・蓄電	4.7GWh (1.5%)
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 0.0GWh

抑制率=出力抑制量/(発電量+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: 中部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

315.2GWh

#### 需要ピーク

14:30、1,825万kW

#### 連系線・その他

48.1GWhの受電

#### 揚水・蓄電の充電

3.0GWh

#### 出力抑制

0.0GWh

### 概況

中部は、太陽光ピーク708万kW、風力ピーク8万kWで、時間別の再エネ最大需要比は55.7%だった。



2026年7月7日の供給実績

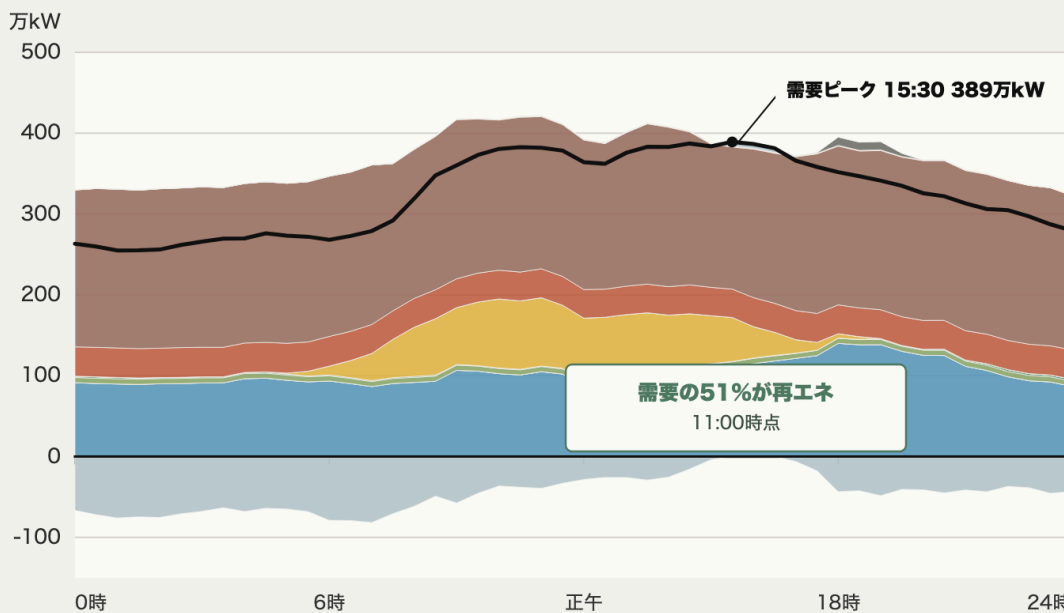
## 北陸エリア

再エネ

**33.4GWh**

(発電電力量ベース37.7%)

### 北陸エリア 2026年7月7日の供給実績 (残余需要方式)



#### 発電構成比

総発電電力量: 89GWh  
(886万kWh)

再エネ	33.4GWh (37.7%)
太陽光	6.9GWh (7.8%)
水力	24.7GWh (27.9%)
風力	0.3GWh (0.3%)
バイオマス	1.5GWh (1.7%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	8.6GWh (9.7%)
石炭火力	46.3GWh (52.3%)
石油等火力	0.1GWh (0.2%)
原子力	0.0GWh (0.0%)
揚水・蓄電	0.2GWh (0.2%)
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

**88.6GWh**

需要ピーク

**15:30、389万kW**

連系線・その他

**10.9GWh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85万kW、風力ピーク3万kWで、時間別の再エネ最大需要比は51.4%だった。



2026年7月7日の供給実績

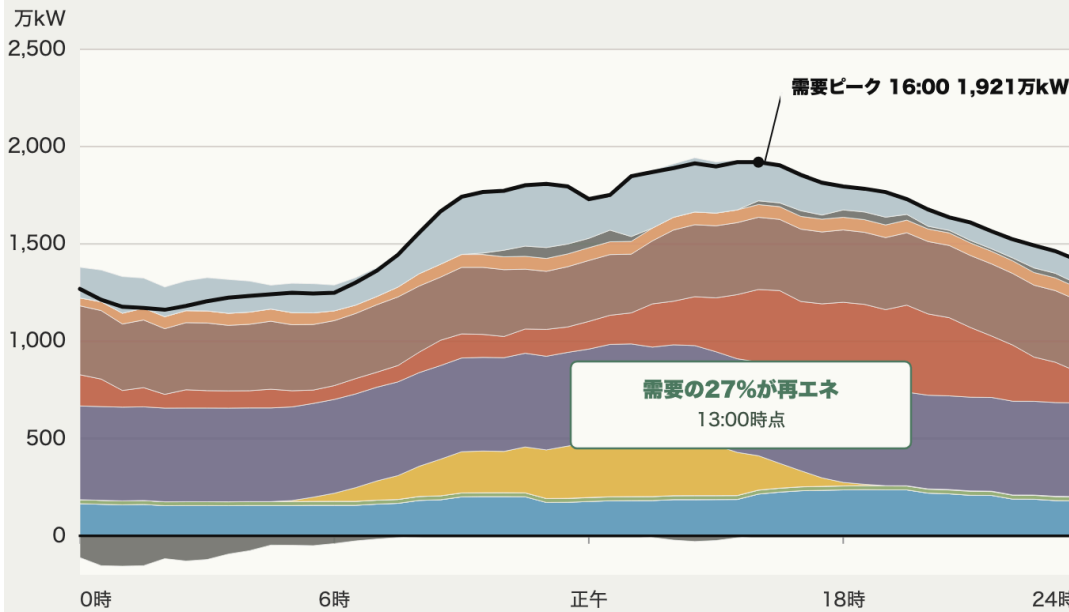
## 関西エリア

再エネ

73.8GWh

(発電電力量ベース21.6%)

### 関西エリア 2026年7月7日の供給実績 (残余需要方式)



#### 発電構成比

総発電電力量: 341GWh  
(3,410万kWh)

再エネ	73.8GWh (21.6%)
太陽光	23.9GWh (7.0%)
水力	44.9GWh (13.2%)
風力	0.2GWh (0.0%)
バイオマス	4.8GWh (1.4%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	49.6GWh (14.6%)
石炭火力	83.7GWh (24.6%)
石油等火力	14.9GWh (4.4%)
原子力	115.5GWh (33.9%)
揚水・蓄電	3.5GWh (1.0%)
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: 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

341.0GWh

需要ピーク

16:00、1,921万kW

連系線・その他

44.3GWhの受電

揚水・蓄電の充電

7.2GWh

出力抑制

0.0GWh

### 概況

関西は、太陽光ピーク303万kW、風力ピーク2万kWで、時間別の再エネ最大需要比は28.7%だった。



2026年7月7日の供給実績

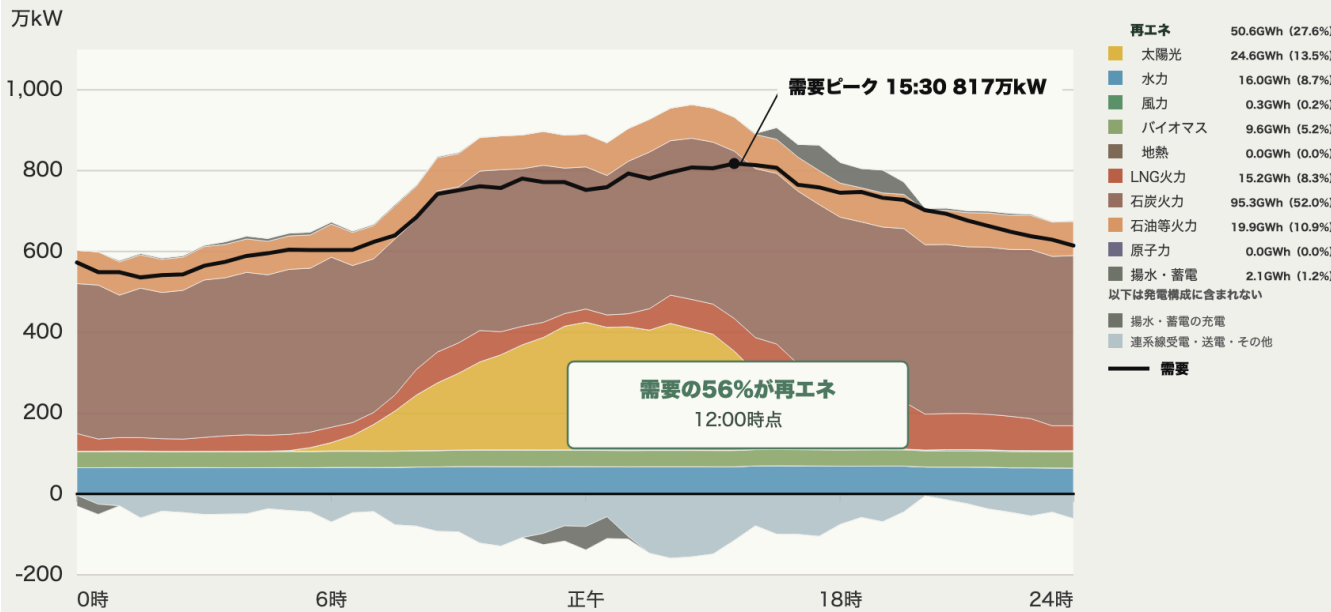
## 中国エリア

再エネ

50.5GWh

(発電電力量ベース27.6%)

### 中国エリア 2026年7月7日の供給実績 (残余需要方式)



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

183.1GWh

需要ピーク

15:30、817万kW

連系線・その他

17.0GWhの送電

揚水・蓄電の充電

1.2GWh

出力抑制

0.0GWh

### 概況

中国は、太陽光ピーク316万kW、風力ピーク3万kWで、時間別の再エネ最大需要比は56.5%だった。



2026年7月7日の供給実績

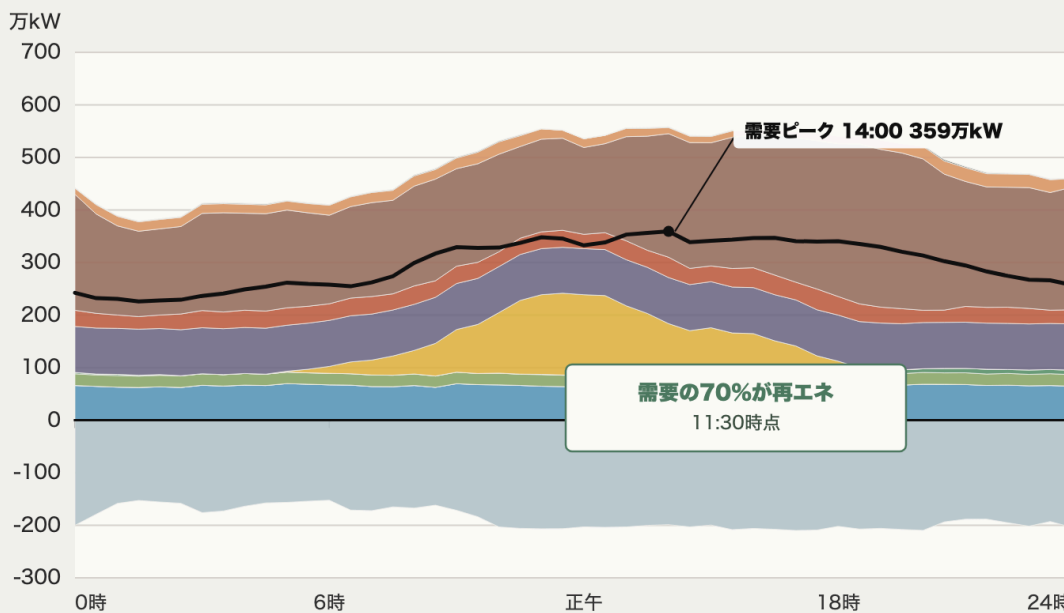
## 四国エリア

再エネ

32.1GWh

(発電電力量ベース27.5%)

### 四国エリア 2026年7月7日の供給実績 (残余需要方式)



#### 発電構成比

総発電電力量: 116GWh  
(1,165万kWh)

再エネ	32.1GWh (27.5%)
太陽光	10.5GWh (9.0%)
水力	15.7GWh (13.5%)
風力	0.7GWh (0.6%)
バイオマス	5.3GWh (4.5%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	7.5GWh (6.4%)
石炭火力	51.3GWh (44.0%)
石油等火力	4.3GWh (3.7%)
原子力	21.0GWh (18.1%)
揚水・蓄電	0.3GWh (0.3%)
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: 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

116.5GWh

#### 需要ピーク

14:00、359万kW

#### 連系線・その他

45.0GWh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156万kW、風力ピーク9万kWで、時間別の再エネ最大需要比は71.8%だった。



2026年7月7日の供給実績

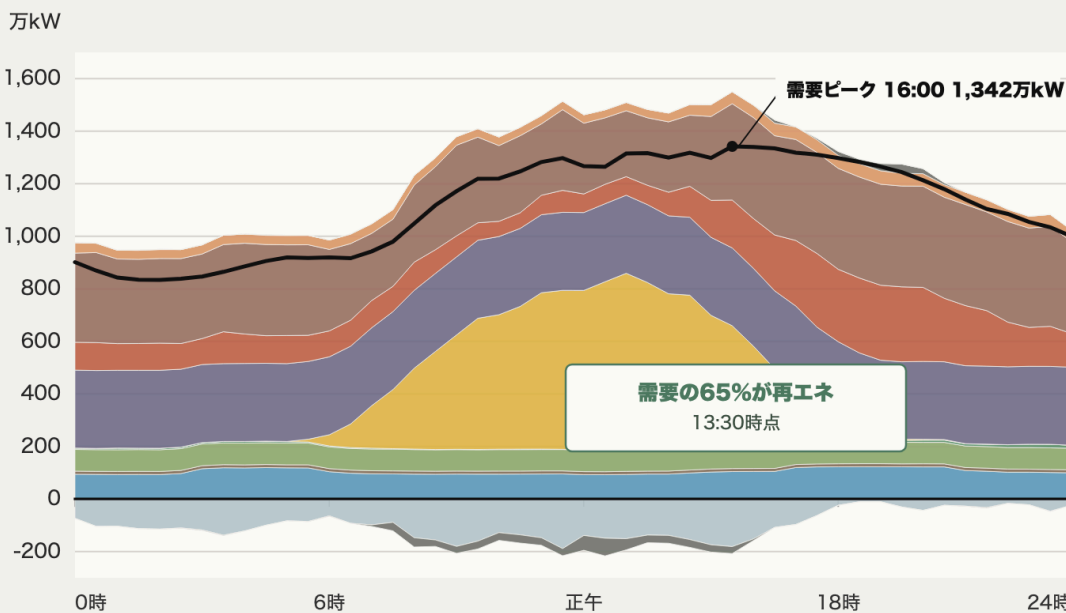
## 九州エリア

再エネ

100.0GWh

(発電電力量ベース34.0%)

### 九州エリア 2026年7月7日の供給実績 (残余需要方式)



#### 発電構成比

総発電電力量: 294GWh  
(2,944万kWh)

再エネ	100.0GWh (34.0%)
太陽光	51.4GWh (17.5%)
水力	25.0GWh (8.5%)
風力	1.1GWh (0.4%)
バイオマス	19.7GWh (6.7%)
地熱	2.8GWh (0.9%)
LNG火力	33.6GWh (11.4%)
石炭火力	79.5GWh (27.0%)
石油等火力	9.4GWh (3.2%)
原子力	71.1GWh (24.2%)
揚水・蓄電	0.7GWh (0.3%)
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-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量

294.4GWh

需要ピーク

16:00、1,342万kW

連系線・その他

24.1GWhの送電

揚水・蓄電の充電

3.0GWh

出力抑制

0.0GWh

### 概況

九州は、太陽光ピーク671万kW、風力ピーク14万kWで、時間別の再エネ最大需要比は65.4%だった。



2026年7月7日の供給実績

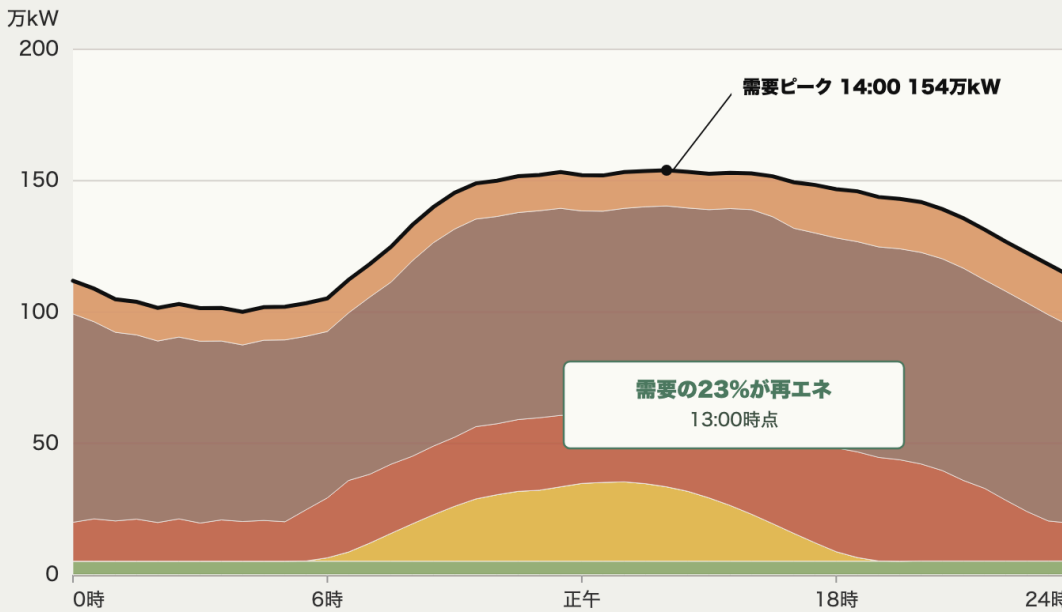
## 沖縄エリア

再エネ

3.6GWh

(発電電力量ベース11.6%)

### 沖縄エリア 2026年7月7日の供給実績 (残余需要方式)



#### 発電構成比

総発電電力量: 32GWh

(316万kWh)

再エネ	3.7GWh (11.6%)
太陽光	2.4GWh (7.6%)
水力	0.0GWh (0.1%)
風力	0.0GWh (0.0%)
バイオマス	1.2GWh (3.9%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	6.2GWh (19.6%)
石炭火力	18.2GWh (57.5%)
石油等火力	3.6GWh (11.3%)
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: 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-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量

31.6GWh

需要ピーク

14:00、154万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23.2%だった。