



# 2026年7月10日の電力需給

## 全国

△ 全国合計需要ピーク  
**13,570万kW**  
14時、135,702 MW (10  
エリア同時刻合計)

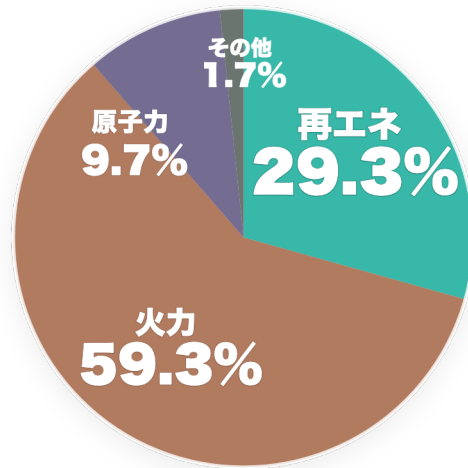
≒ 風力ピーク  
**93万kW**  
23時30分、930 MW

↔ 最大受電エリア  
**東京**  
86.2 GWh

☀ 太陽光ピーク  
**5,251万kW**  
12時、52,506 MW (自  
家消費分除く)

◇ 再エネ最大需要  
比  
**50.7%**  
12時、需要に対する割合

↔ 最大送電エリア  
**東北**  
61.7 GWh



## 概況

再エネ比率トップ

**中部 38.2%**

134 GWh

出力抑制量

**0.0 GWh**

最大: 中部 0.0 GWh

揚水・蓄電の充電

**51.8 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、13:30に4,408万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38.2%でした。
- 出力抑制は中部。

項目	値	補足
再エネ発電量比率	<b>29.3%</b>	発電電力量ベース
再エネ発電量	<b>778 GWh</b>	太陽光・水力・風力・バイオマス・地熱
総発電電力量	<b>2,650 GWh</b>	発電構成比の分母
再エネ最大需要比	<b>50.7%</b>	12時
出力抑制量	<b>0.0 GWh</b>	最大: 中部
揚水・蓄電の充電	<b>51.8 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>38.2%</b>	<b>31.2</b>	<b>0.0</b>	送電 <b>5.1</b>
東北	<b>35.8%</b>	<b>108</b>	<b>0.0</b>	送電 <b>61.7</b>
東京	<b>21.4%</b>	<b>165</b>	<b>0.0</b>	受電 <b>86.2</b>
中部	<b>38.2%</b>	<b>134</b>	<b>0.0</b>	受電 <b>49.2</b>
北陸	<b>36.5%</b>	<b>32.2</b>	<b>0.0</b>	送電 <b>5.1</b>
関西	<b>23.7%</b>	<b>87.3</b>	<b>0.0</b>	受電 <b>65.3</b>
中国	<b>31.3%</b>	<b>65.5</b>	<b>0.0</b>	送電 <b>28.9</b>
四国	<b>32.6%</b>	<b>39.7</b>	<b>0.0</b>	送電 <b>45.7</b>
九州	<b>34.7%</b>	<b>112</b>	<b>0.0</b>	送電 <b>32.2</b>
沖縄	<b>6.9%</b>	<b>2.1</b>	<b>0.0</b>	—



2026年7月10日の供給実績

## 北海道エリア

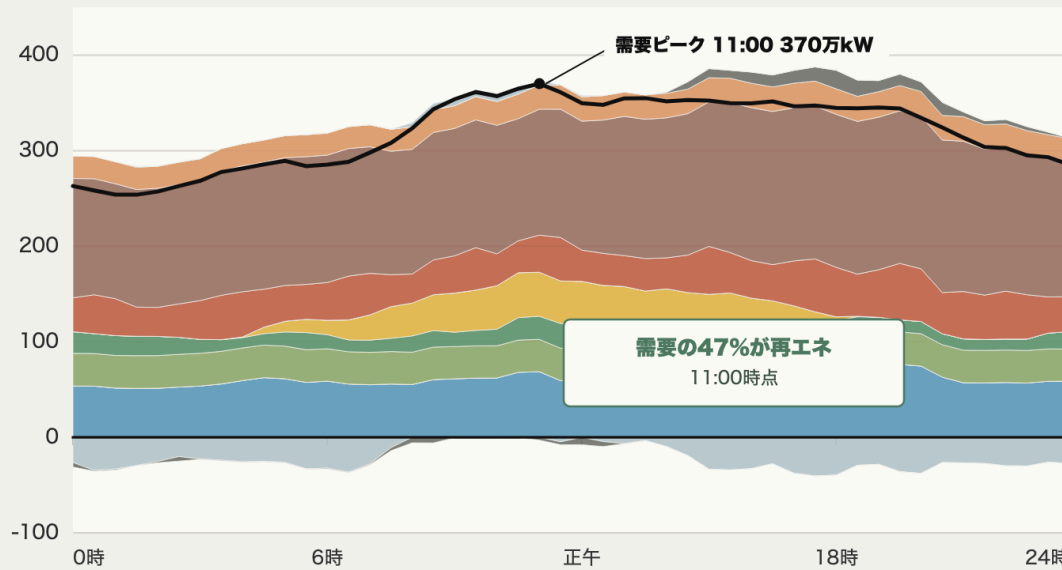
再エネ

31.2GWh

(発電電力量ベース38.2%)

### 北海道エリア 2026年7月10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: 82GWh

(818万kWh)

再エネ	31.2GWh (38.2%)
太陽光	4.3GWh (5.3%)
水力	15.0GWh (18.3%)
風力	3.8GWh (4.6%)
バイオマス	8.1GWh (9.9%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	9.8GWh (12.0%)
石炭火力	33.9GWh (41.4%)
石油等火力	5.9GWh (7.2%)
原子力	0.0GWh (0.0%)
揚水・蓄電	0.9GWh (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: 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

81.8GWh

需要ピーク

11:00、370万kW

連系線・その他

5.3GWhの送電

揚水・蓄電の充電

0.3GWh

出力抑制

0.0GWh

### 概況

北海道は、太陽光ピーク47万kW、風力ピーク26万kWで、時間別の再エネ最大需要比は47.2%だった。



2026年7月10日の供給実績

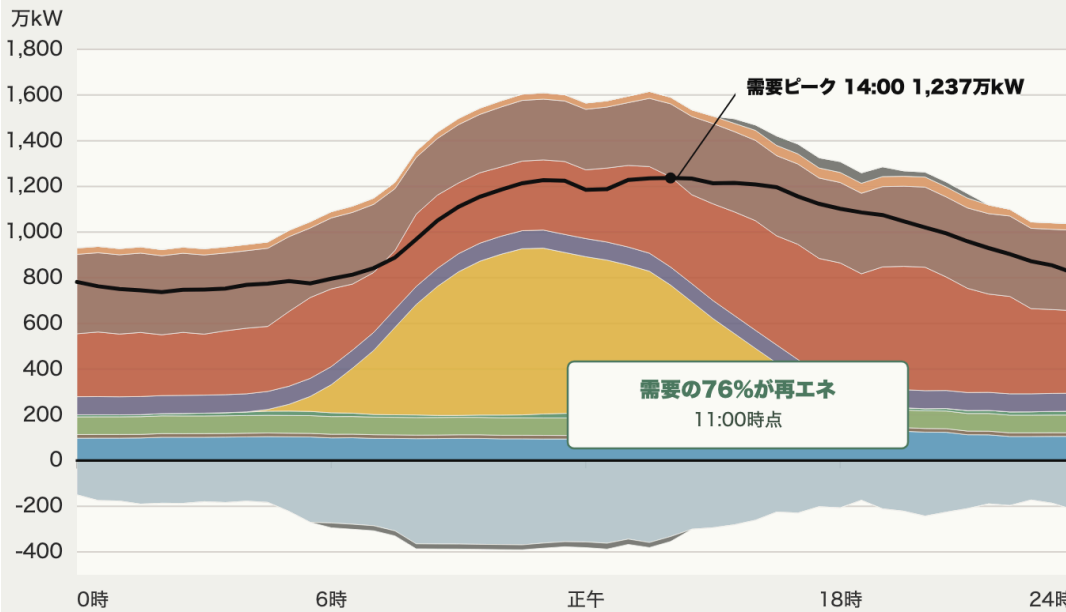
## 東北エリア

再エネ

108.0GWh

(発電電力量ベース35.8%)

### 東北エリア 2026年7月10日の供給実績 (残余需要方式)



#### 発電構成比

総発電電力量: 302GWh  
(3,020万kWh)

再エネ	108.0GWh (35.8%)
太陽光	57.0GWh (18.9%)
水力	25.2GWh (8.3%)
風力	3.6GWh (1.2%)
バイオマス	18.5GWh (6.1%)
地熱	3.8GWh (1.2%)
LNG火力	88.2GWh (29.2%)
石炭火力	77.2GWh (25.6%)
石油等火力	7.7GWh (2.5%)
原子力	19.0GWh (6.3%)
揚水・蓄電	2.0GWh (0.7%)
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	
— 需要	

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-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量

302.0GWh

需要ピーク

14:00、1,237万kW

連系線・その他

61.7GWhの送電

揚水・蓄電の充電

1.9GWh

出力抑制

0.0GWh

### 概況

東北は、太陽光ピーク728万kW、風力ピーク27万kWで、時間別の再エネ最大需要比は76.4%だった。



2026年7月10日の供給実績

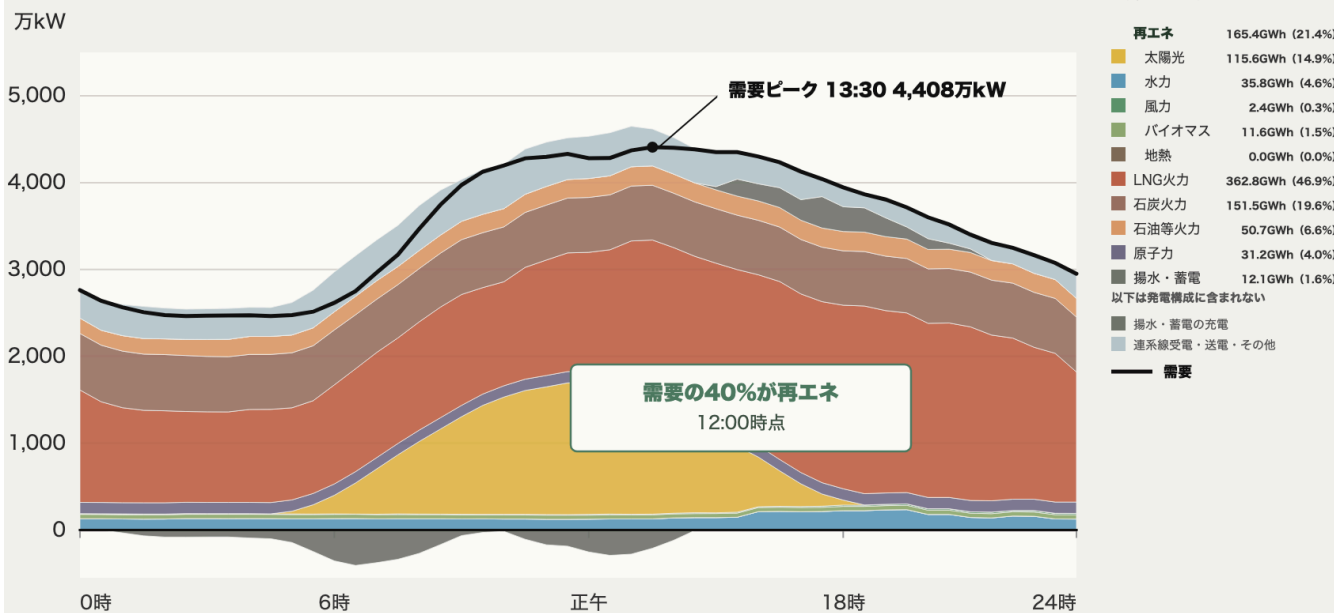
## 東京エリア

再エネ

165.4GWh

(発電電力量ベース21.4%)

### 東京エリア 2026年7月10日の供給実績 (残余需要方式)



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

773.6GWh

需要ピーク

13:30、4,408万kW

連系線・その他

86.2GWhの受電

揚水・蓄電の充電

23.2GWh

出力抑制

0.0GWh

### 概況

東京は、太陽光ピーク1,522万kW、風力ピーク18万kWで、時間別の再エネ最大需要比は39.8%だった。



2026年7月10日の供給実績

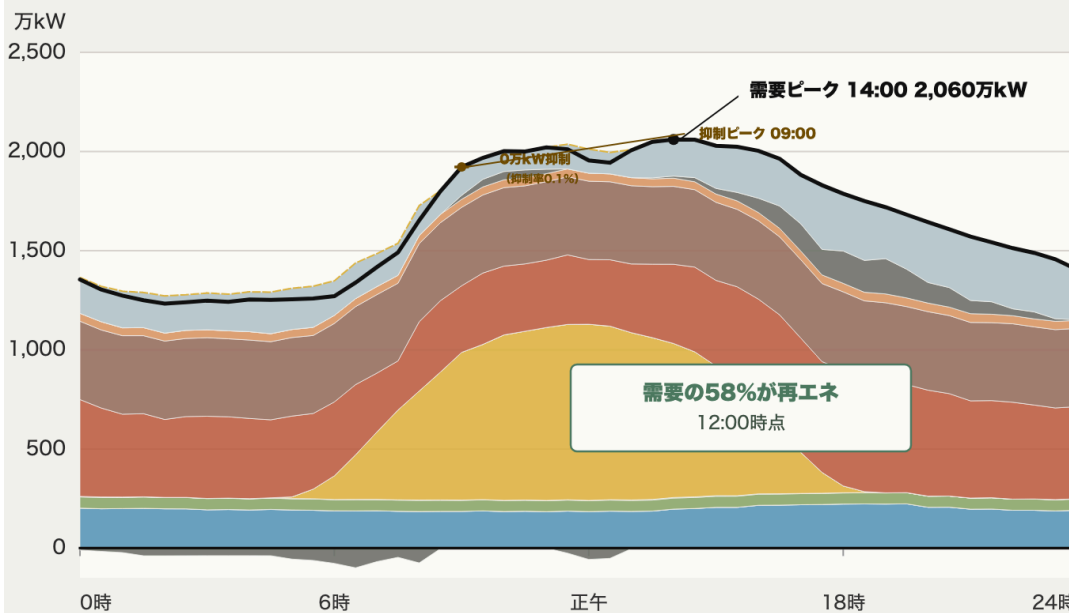
## 中部エリア

再エネ

134.1GWh

(発電電力量ベース38.2%)

### 中部エリア 2026年7月10日の供給実績 (残余需要方式)



#### 発電構成比

総発電電力量: 351GWh  
(3,506万kWh)

再エネ	134.1GWh (38.2%)
太陽光	73.0GWh (20.8%)
水力	47.3GWh (13.5%)
風力	0.4GWh (0.1%)
バイオマス	13.4GWh (3.8%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	103.1GWh (29.4%)
石炭火力	94.6GWh (27.0%)
石油等火力	9.9GWh (2.8%)
原子力	0.0GWh (0.0%)
揚水・蓄電	8.9GWh (2.5%)
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

350.6GWh

#### 需要ピーク

14:00、2,060万kW

#### 連系線・その他

49.2GWhの受電

#### 揚水・蓄電の充電

4.7GWh

#### 出力抑制

0.0GWh

### 概況

中部は、太陽光ピーク888万kW、風力ピーク3万kWで、時間別の再エネ最大需要比は57.7%だった。



2026年7月10日の供給実績

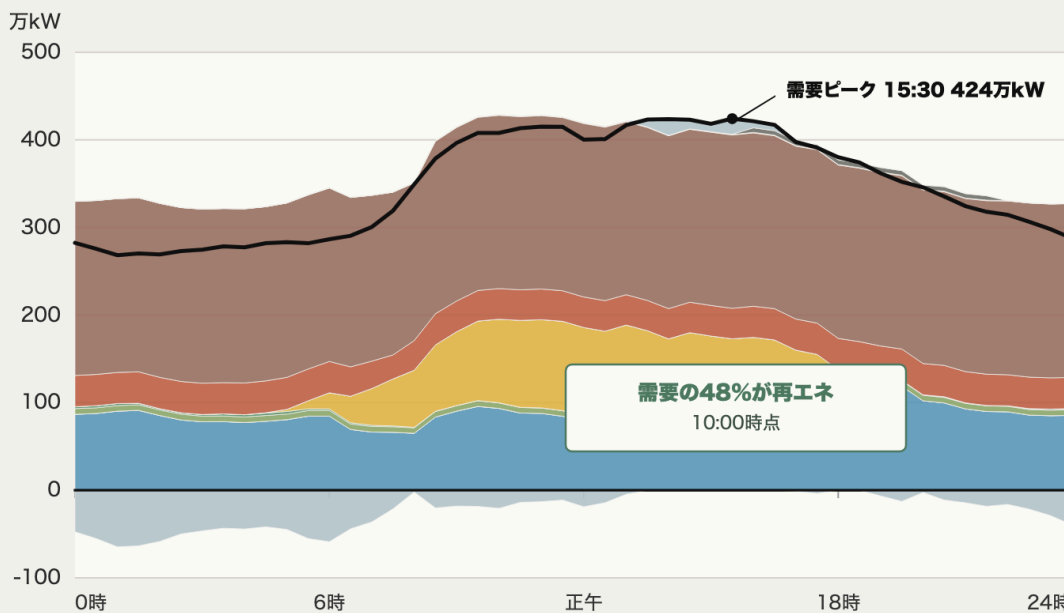
## 北陸エリア

再エネ

32.2GWh

(発電電力量ベース36.5%)

### 北陸エリア 2026年7月10日の供給実績 (残余需要方式)



#### 発電構成比

総発電電力量: 88GWh  
(884万kWh)

再エネ	32.2GWh (36.5%)
太陽光	8.5GWh (9.6%)
水力	22.0GWh (24.9%)
風力	0.2GWh (0.2%)
バイオマス	1.5GWh (1.7%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	8.4GWh (9.5%)
石炭火力	47.3GWh (53.5%)
石油等火力	0.1GWh (0.1%)
原子力	0.0GWh (0.0%)
揚水・蓄電	0.3GWh (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: 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-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量

88.4GWh

需要ピーク

15:30、424万kW

連系線・その他

5.5GWh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102万kW、風力ピーク3万kWで、時間別の再エネ最大需要比は47.9%だった。



2026年7月10日の供給実績

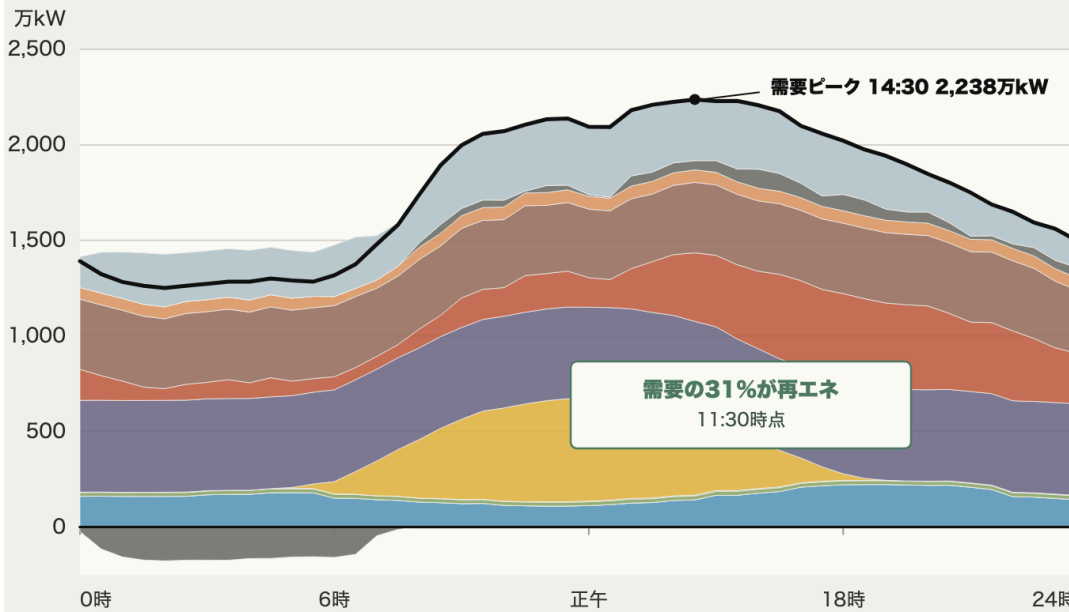
## 関西エリア

再エネ

87.3GWh

(発電電力量ベース23.7%)

### 関西エリア 2026年7月10日の供給実績 (残余需要方式)



#### 発電構成比

総発電電力量: 369GWh  
(3,688万kWh)

再エネ	87.3GWh (23.7%)
太陽光	43.0GWh (11.7%)
水力	38.9GWh (10.5%)
風力	0.6GWh (0.2%)
バイオマス	4.8GWh (1.3%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	56.1GWh (15.2%)
石炭火力	87.6GWh (23.8%)
石油等火力	15.2GWh (4.1%)
原子力	115.1GWh (31.2%)
揚水・蓄電	7.5GWh (2.0%)
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

368.8GWh

#### 需要ピーク

14:30、2,238万kW

#### 連系線・その他

65.3GWhの受電

#### 揚水・蓄電の充電

10.8GWh

#### 出力抑制

0.0GWh

### 概況

関西は、太陽光ピーク539万kW、風力ピーク5万kWで、時間別の再エネ最大需要比は32.0%だった。



2026年7月10日の供給実績

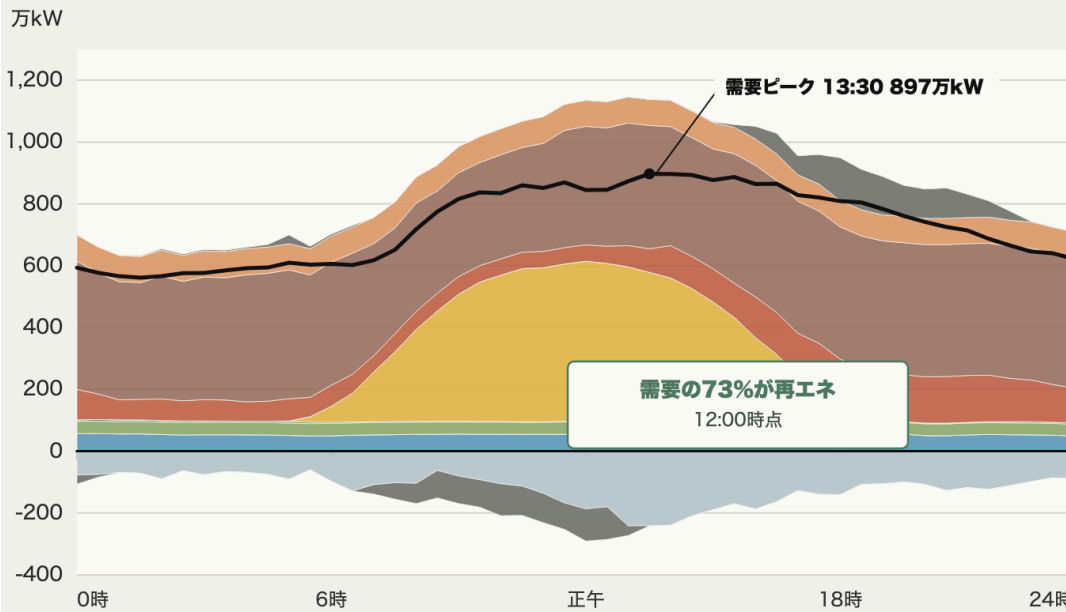
## 中国エリア

再エネ

65.5GWh

(発電電力量ベース31.3%)

### 中国エリア 2026年7月10日の供給実績 (残余需要方式)



#### 発電構成比

総発電電力量: 209GWh  
(2,094万kWh)

再エネ	65.5GWh (31.3%)
太陽光	42.4GWh (20.2%)
水力	13.1GWh (6.2%)
風力	0.7GWh (0.3%)
バイオマス	9.4GWh (4.5%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	22.4GWh (10.7%)
石炭火力	94.9GWh (45.3%)
石油等火力	20.4GWh (9.7%)
原子力	0.0GWh (0.0%)
揚水・蓄電	6.1GWh (2.9%)
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: 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-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量

209.4GWh

需要ピーク

13:30、897万kW

連系線・その他

28.9GWhの送電

揚水・蓄電の充電

5.4GWh

出力抑制

0.0GWh

### 概況

中国は、太陽光ピーク518万kW、風力ピーク6万kWで、時間別の再エネ最大需要比は72.8%だった。



2026年7月10日の供給実績

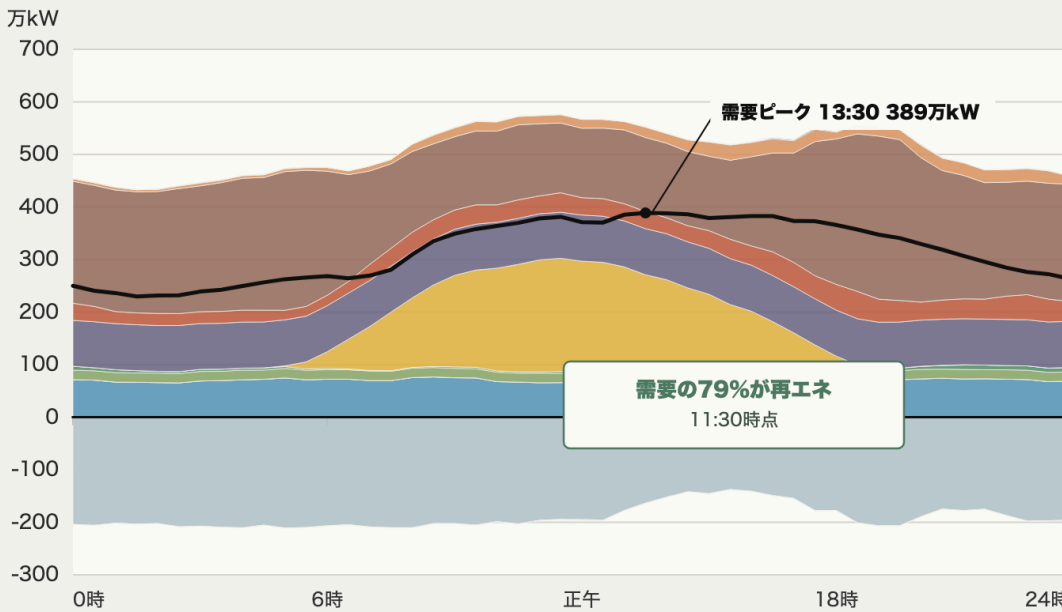
## 四国エリア

再エネ

**39.7GWh**

(発電電力量ベース32.6%)

### 四国エリア 2026年7月10日の供給実績 (残余需要方式)



#### 発電構成比

総発電電力量: 122GWh  
(1,216万kWh)

再エネ	39.7GWh (32.6%)
太陽光	17.4GWh (14.3%)
水力	16.9GWh (13.9%)
風力	1.1GWh (0.9%)
バイオマス	4.3GWh (3.5%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	8.1GWh (6.6%)
石炭火力	49.0GWh (40.3%)
石油等火力	3.7GWh (3.0%)
原子力	21.0GWh (17.3%)
揚水・蓄電	0.2GWh (0.1%)
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: 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

**121.6GWh**

#### 需要ピーク

**13:30、389万kW**

#### 連系線・その他

**45.7GWh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216万kW、風力ピーク9万kWで、時間別の再エネ最大需要比は80.0%だった。



2026年7月10日の供給実績

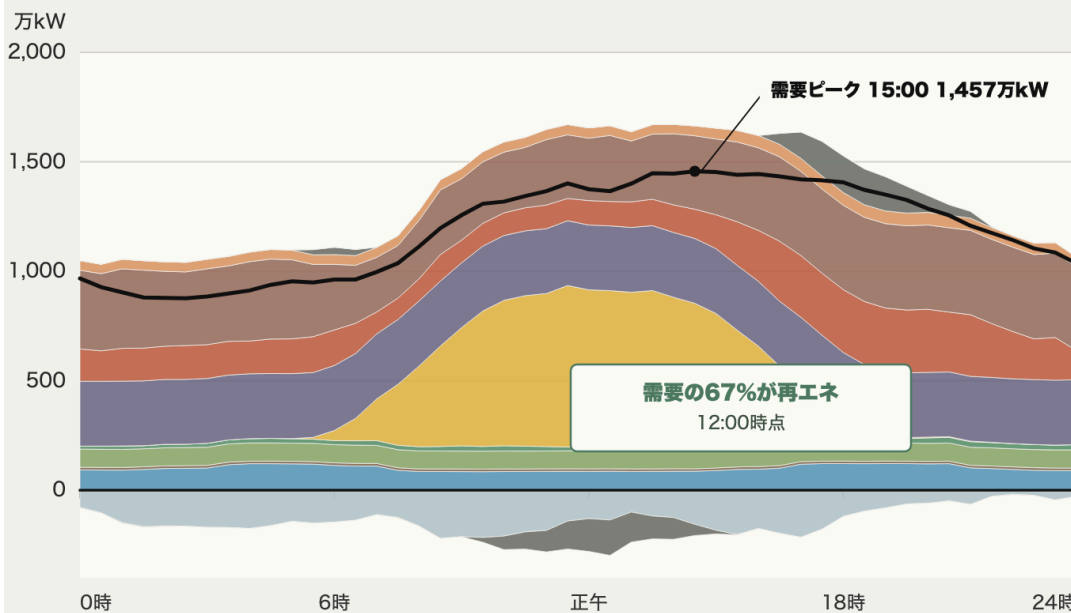
## 九州エリア

再エネ

112.1GWh

(発電電力量ベース34.7%)

### 九州エリア 2026年7月10日の供給実績 (残余需要方式)



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

323.4GWh

需要ピーク

15:00、1,457万kW

連系線・その他

32.2GWhの送電

揚水・蓄電の充電

5.6GWh

出力抑制

0.0GWh

### 概況

九州は、太陽光ピーク737万kW、風力ピーク26万kWで、時間別の再エネ最大需要比は66.8%だった。



2026年7月10日の供給実績

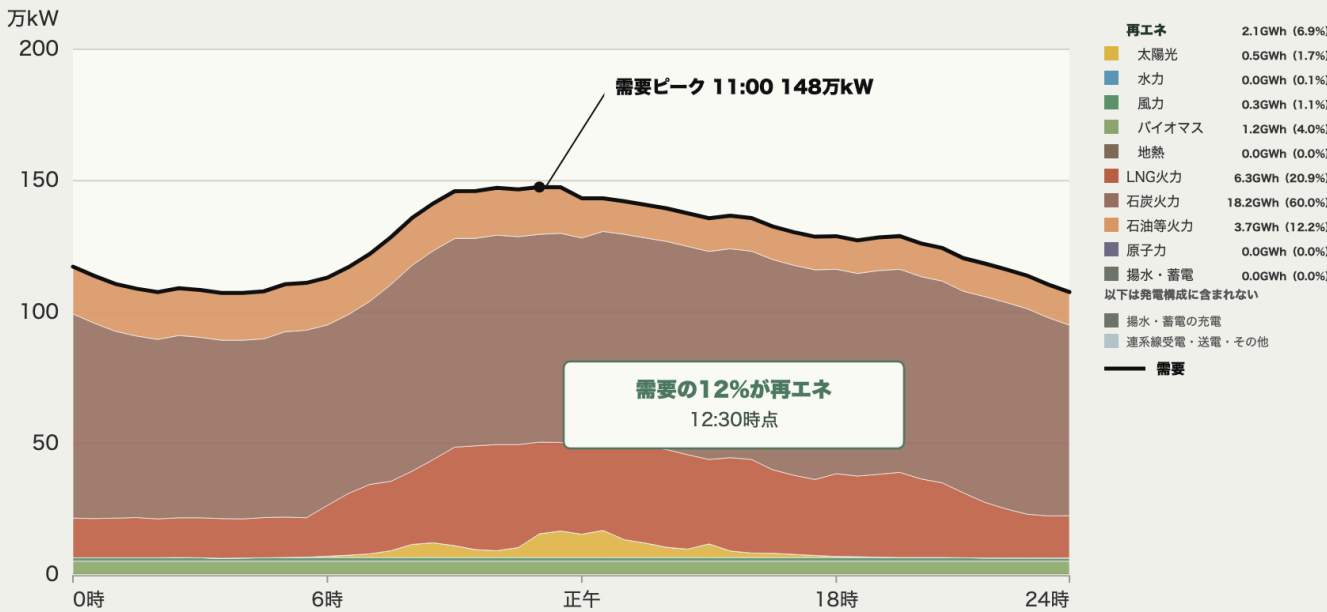
# 沖縄エリア

再エネ

2.1GWh

(発電電力量ベース6.9%)

## 沖縄エリア 2026年7月10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-地熱-バイオマス-太陽光-風力。

総発電電力量

30.3GWh

需要ピーク

11:00、148万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10万kW、風力ピーク1万kWで、時間別の再エネ最大需要比は11.8%だった。