



2026年7月19日の電力需給

全国

△ 全国合計需要ピーク

11,713万kW

17時30分、117,126 MW
(10エリア同時刻合計)

☀ 太陽光ピーク

4,485万kW

12時30分、44,846 MW
(自家消費分除く)

≈ 風力ピーク

149万kW

0時30分、1,491 MW

◇ 再エネ最大需要比

49.1%

12時30分、需要に対する割合

↔ 最大受電エリア

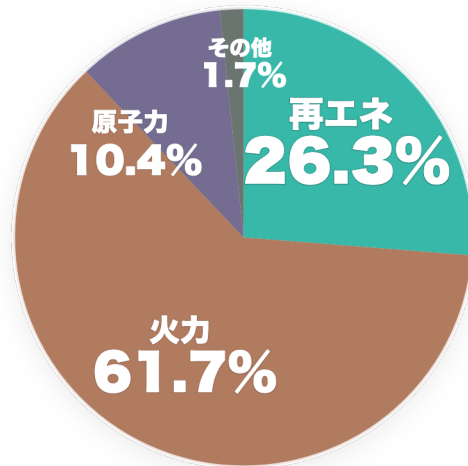
東京

122 GWh

↔ 最大送電エリア

東北

94.0 GWh



概況

再エネ比率トップ

北海道 46.7%

35.7 GWh

出力抑制量

0.0 GWh

最大: 北海道 0.0 GWh

揚水・蓄電の充電

69.3 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、16:30に3,920万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46.7%でした。
- 出力抑制は確認されませんでした。

項目	値	補足
再エネ発電 量比率	26.3%	発電電力量ベース
再エネ発電 量	645 GWh	太陽光・水力・風力・バイオマス・地熱
総発電電力 量	2,458 GWh	発電構成比の分母
再エネ最大 需要比	49.1%	12時30分
出力抑制量	0.0 GWh	最大: 北海道
揚水・蓄電 の充電	69.3 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	46.7%	35.7	0.0	送電 7.7
東北	33.3%	98.9	0.0	送電 94.0
東京	20.0%	140	0.0	受電 122
中部	31.8%	97.2	0.0	受電 29.4
北陸	33.4%	27.9	0.0	送電 10.0
関西	19.0%	71.5	0.0	受電 51.5
中国	32.5%	55.0	0.0	受電 3.4
四国	24.1%	29.5	0.0	送電 47.7
九州	28.9%	87.1	0.0	送電 27.6
沖縄	10.5%	3.2	0.0	—



2026年7月19日の供給実績

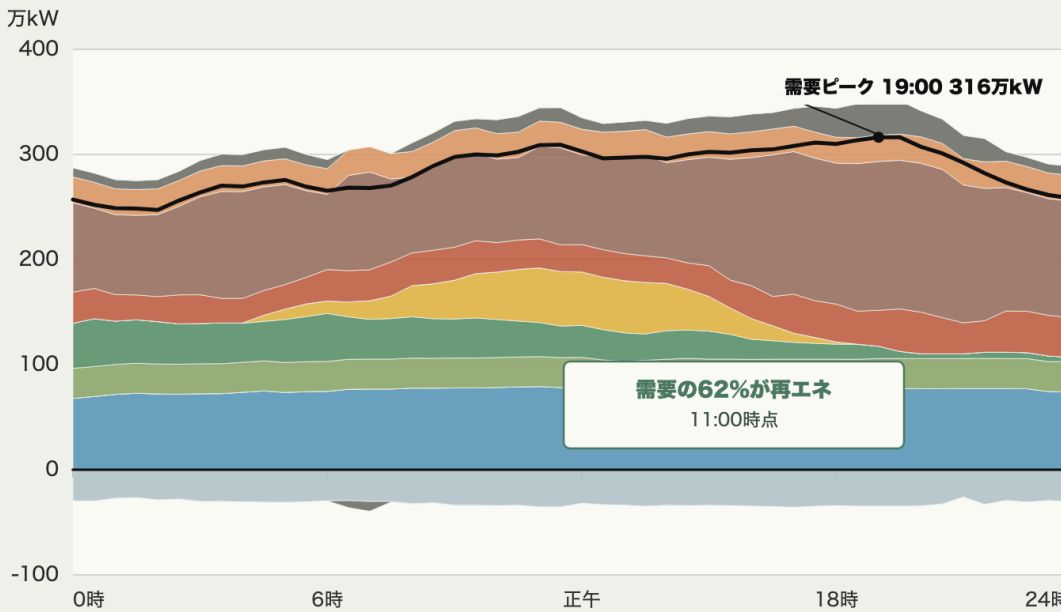
北海道エリア

再エネ

35.7GWh

(発電電力量ベース46.7%)

北海道エリア 2026年7月19日の供給実績（残余需要方式）



発電構成比

総発電電力量: 76.3GWh

(763万kW)

再エネ	35.7GWh (46.7%)
太陽光	4.1GWh (5.4%)
水力	18.2GWh (23.8%)
風力	6.5GWh (8.5%)
バイオマス	6.8GWh (8.9%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	7.2GWh (9.4%)
石炭火力	24.4GWh (32.0%)
石油等火力	5.9GWh (7.7%)
原子力	0.0GWh (0.0%)
揚水・蓄電	3.2GWh (4.2%)

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

76.3GWh

需要ピーク

19:00、316万kW

連系線・その他

7.7GWhの送電

揚水・蓄電の充電

0.1GWh

出力抑制

0.0GWh

概況

北海道は、太陽光ピーク52万kW、風力ピーク46万kWで、時間別の再エネ最大需要比は63.0%だった。



2026年7月19日の供給実績

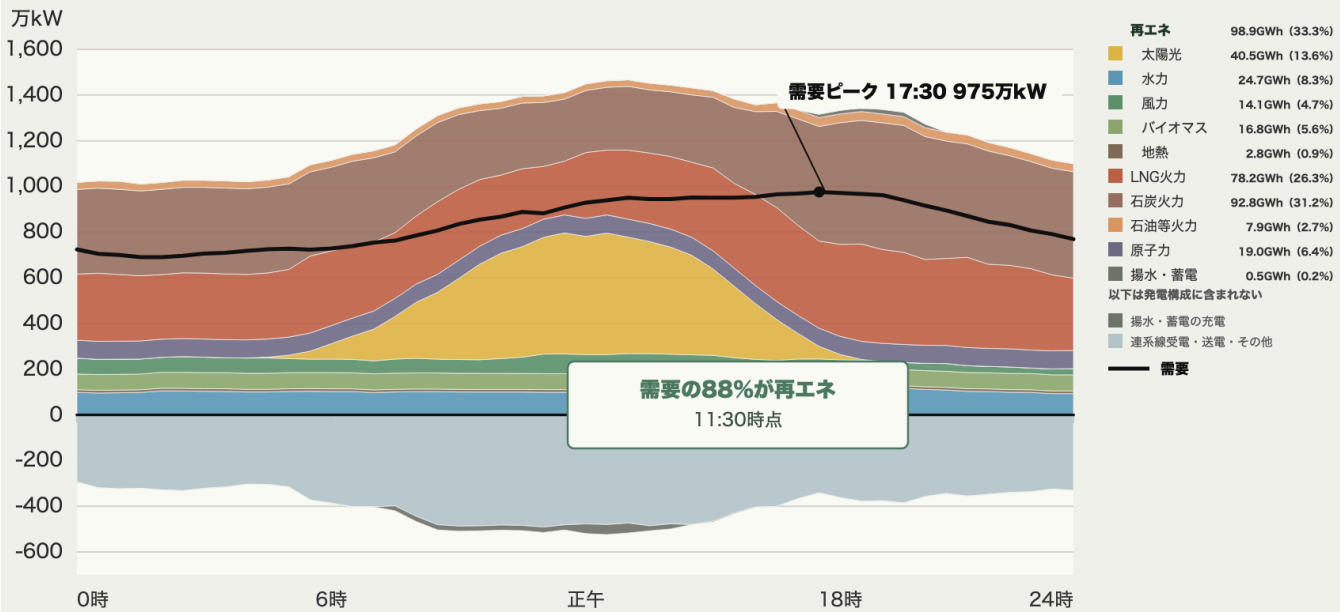
東北エリア

再エネ

98.9GWh

(発電電力量ベース33.3%)

東北エリア 2026年7月19日の供給実績（残余需要方式）



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

297.4GWh

需要ピーク

17:30、975万kW

連系線・その他

94.0GWh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532万kW、風力ピーク89万kWで、時間別の再エネ最大需要比は88.1%だった。



2026年7月19日の供給実績

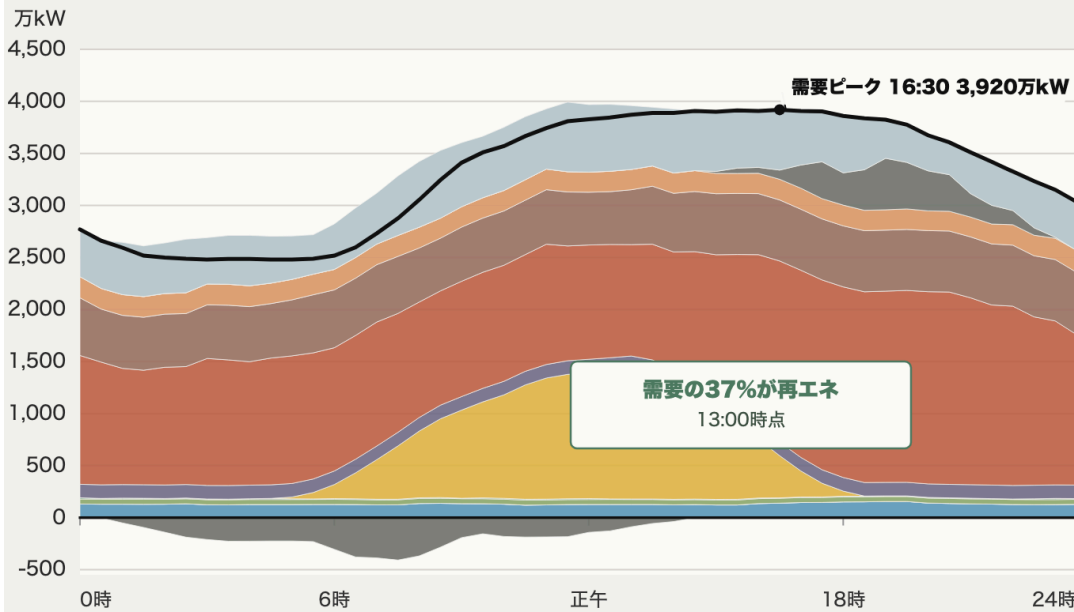
東京エリア

再エネ

139.5GWh

(発電電力量ベース20.0%)

東京エリア 2026年7月19日の供給実績（残余需要方式）



発電構成比

総発電電力量: 696GWh
(6,960万kWh)

再エネ	139.5GWh (20.0%)
太陽光	95.0GWh (13.6%)
水力	31.4GWh (4.5%)
風力	1.7GWh (0.2%)
バイオマス	11.5GWh (1.6%)
地熱	0.0GWh (0.0%)
LNG火力	326.6GWh (46.9%)
石炭火力	132.3GWh (19.0%)
石油等火力	47.3GWh (6.8%)
原子力	31.2GWh (4.5%)
揚水・蓄電	18.9GWh (2.7%)
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: 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

696.0GWh

需要ピーク

16:30、3,920万kW

連系線・その他

121.9GWhの受電

揚水・蓄電の充電

27.4GWh

出力抑制

0.0GWh

概況

東京は、太陽光ピーク1,243万kW、風力ピーク13万kWで、時間別の再エネ最大需要比は36.7%だった。



2026年7月19日の供給実績

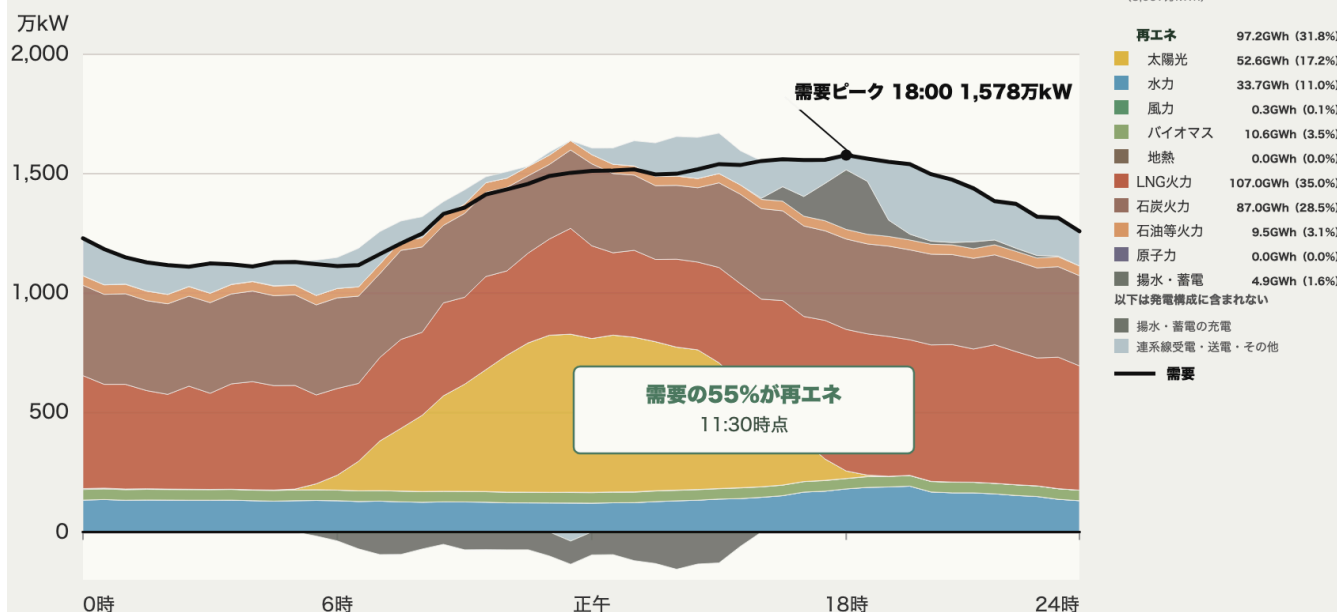
中部エリア

再エネ

97.2GWh

(発電電力量ベース31.8%)

中部エリア 2026年7月19日の供給実績（残余需要方式）



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

305.6GWh

需要ピーク

18:00、1,578万kW

連系線・その他

29.6GWhの受電

揚水・蓄電の充電

9.2GWh

出力抑制

0.0GWh

概況

中部は、太陽光ピーク662万kW、風力ピーク4万kWで、時間別の再エネ最大需要比は55.3%だった。



2026年7月19日の供給実績

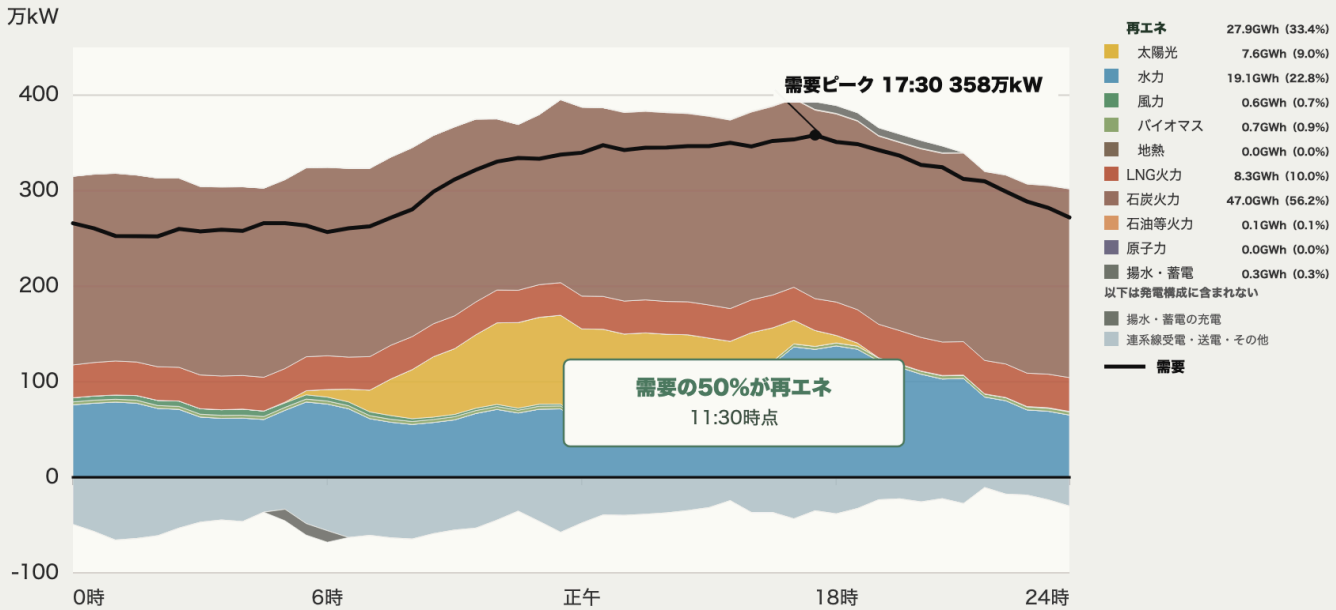
北陸エリア

再エネ

27.9GWh

(発電電力量ベース33.4%)

北陸エリア 2026年7月19日の供給実績（残余需要方式）



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

83.6GWh

需要ピーク

17:30、358万kW

連系線・その他

10.0GWhの送電

揚水・蓄電の充電

0.2GWh

出力抑制

0.0GWh

概況

北陸は、太陽光ピーク98万kW、風力ピーク6万kWで、時間別の再エネ最大需要比は50.2%だった。



2026年7月19日の供給実績

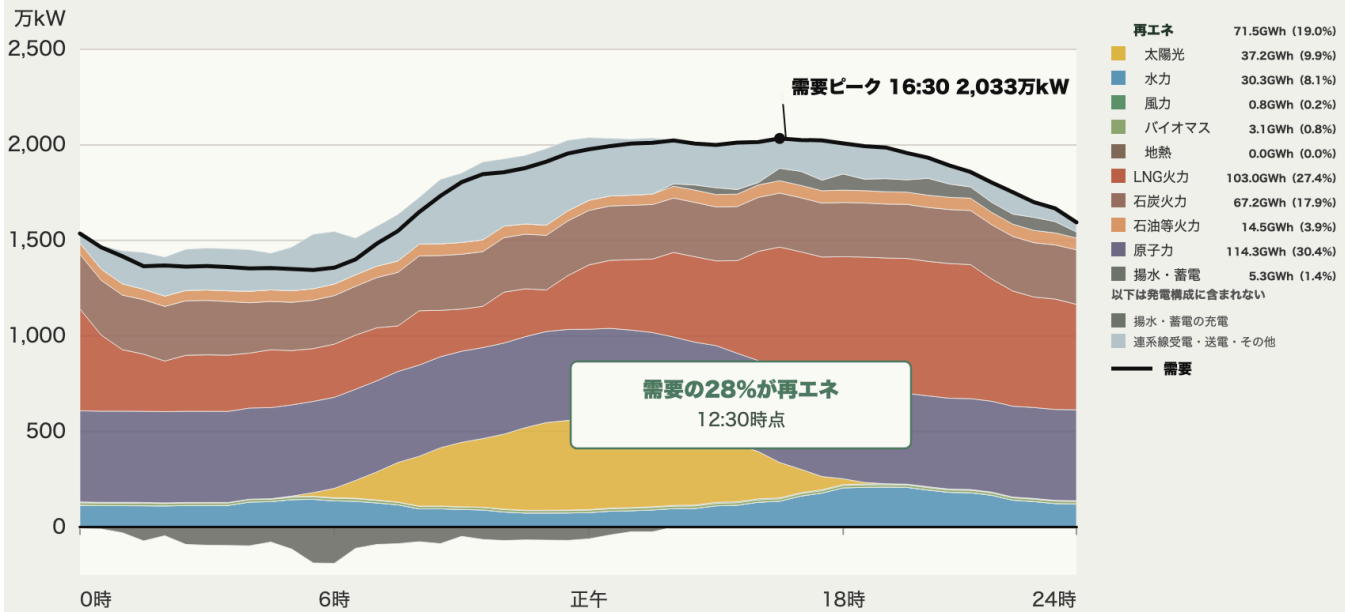
関西エリア

再エネ

71.5GWh

(発電電力量ベース19.0%)

関西エリア 2026年7月19日の供給実績（残余需要方式）



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

375.8GWh

需要ピーク

16:30、2,033万kW

連系線・その他

51.5GWhの受電

揚水・蓄電の充電

10.5GWh

出力抑制

0.0GWh

概況

関西は、太陽光ピーク469万kW、風力ピーク5万kWで、時間別の再エネ最大需要比は28.6%だった。



2026年7月19日の供給実績

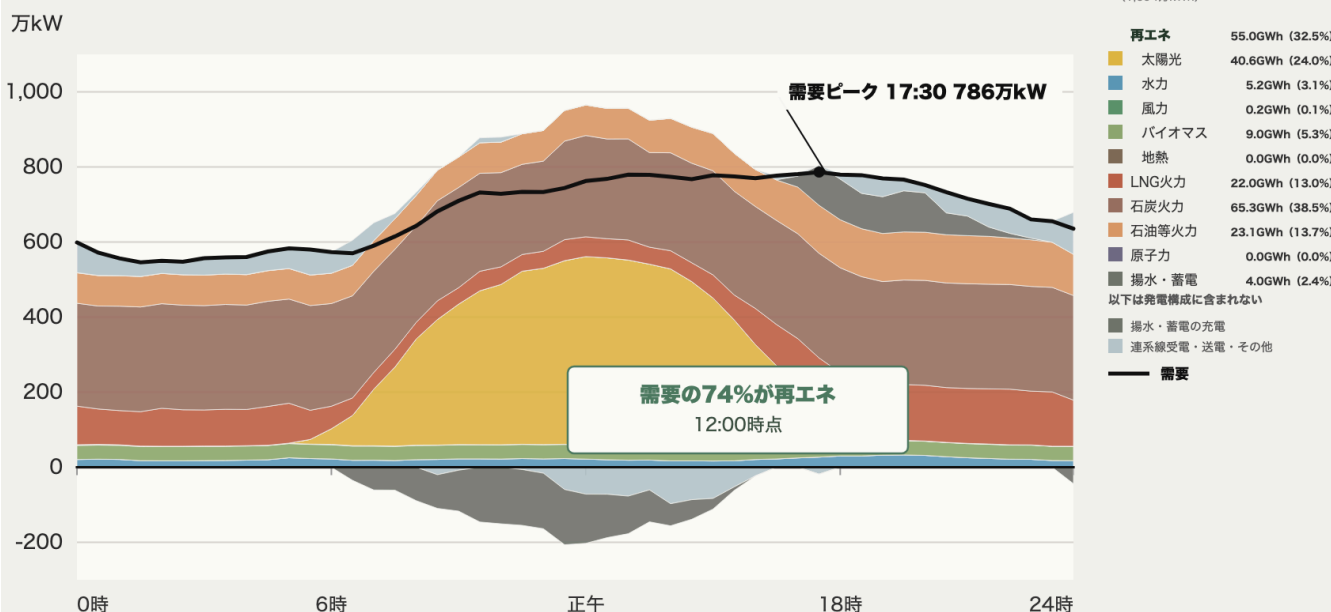
中国エリア

再エネ

55.0GWh

(発電電力量ベース32.5%)

中国エリア 2026年7月19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

169.4GWh

需要ピーク

17:30、786万kW

連系線・その他

7.2GWhの受電

揚水・蓄電の充電

9.0GWh

出力抑制

0.0GWh

概況

中国は、太陽光ピーク501万kW、風力ピーク2万kWで、時間別の再エネ最大需要比は74.0%だった。



2026年7月19日の供給実績

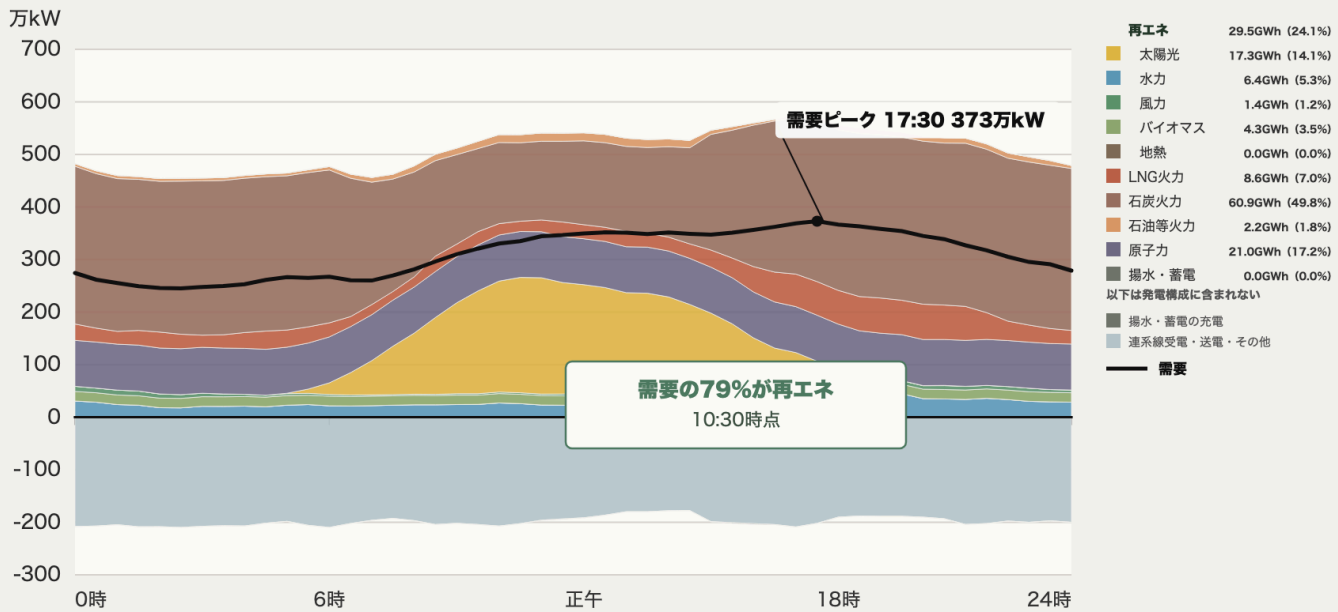
四国エリア

再エネ

29.5GWh

(発電電力量ベース24.1%)

四国エリア 2026年7月19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

122.2GWh

需要ピーク

17:30、373万kW

連系線・その他

47.7GWh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221万kW、風力ピーク10万kWで、時間別の再エネ最大需要比は79.4%だった。



2026年7月19日の供給実績

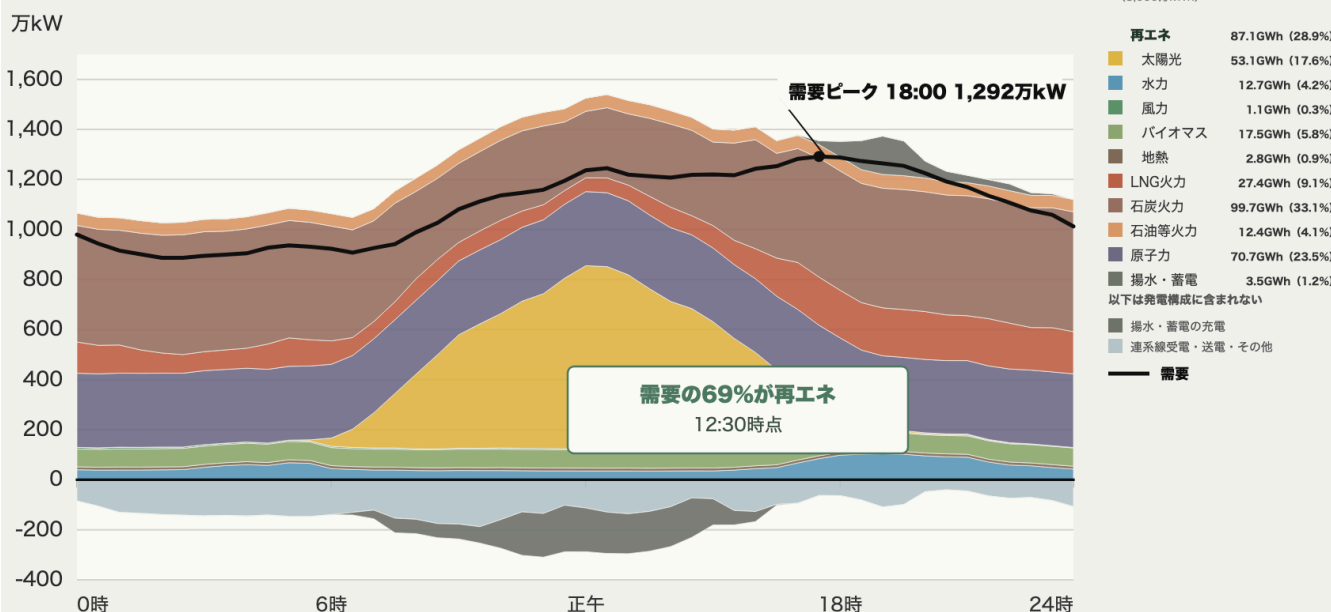
九州エリア

再エネ

87.1GWh

(発電電力量ベース28.9%)

九州エリア 2026年7月19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

300.9GWh

需要ピーク

18:00、1,292万kW

連系線・その他

27.6GWhの送電

揚水・蓄電の充電

10.9GWh

出力抑制

0.0GWh

概況

九州は、太陽光ピーク731万kW、風力ピーク7万kWで、時間別の再エネ最大需要比は69.2%だった。



2026年7月19日の供給実績

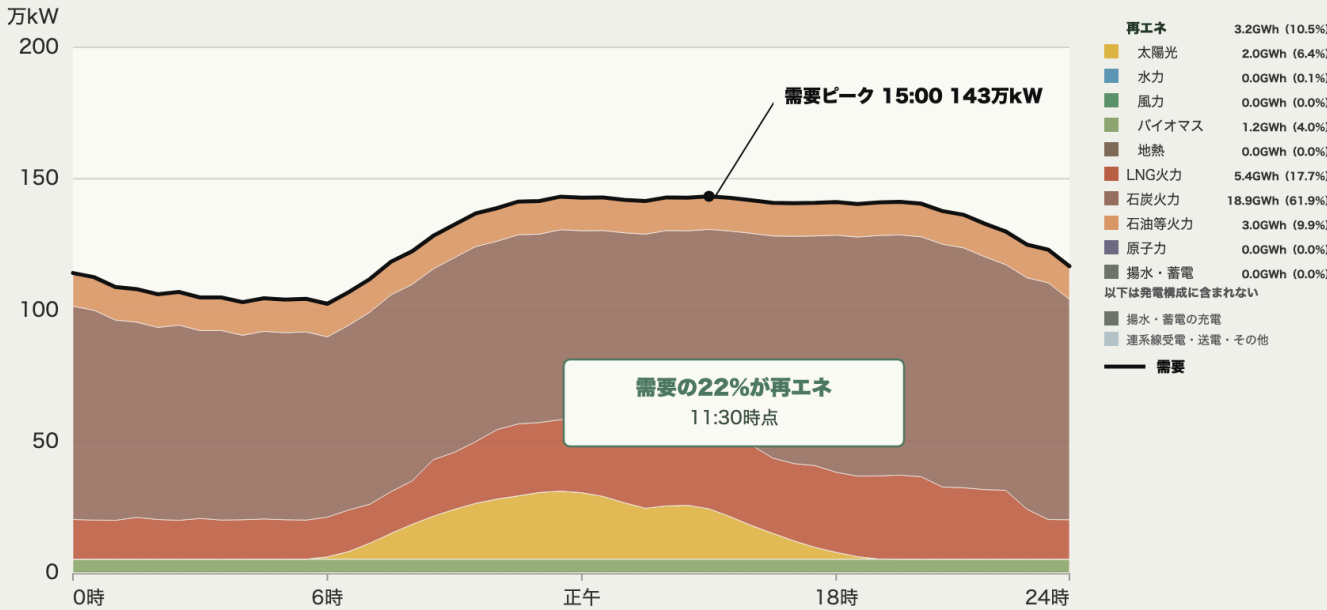
沖縄エリア

再エネ

3.2GWh

(発電電力量ベース10.5%)

沖縄エリア 2026年7月19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

30.6GWh

需要ピーク

15:00、143万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26万kW、風力ピーク0万kWで、時間別の再エネ最大需要比は21.7%だった。