NEWS RELEASE

2026 年 11 月 4 日

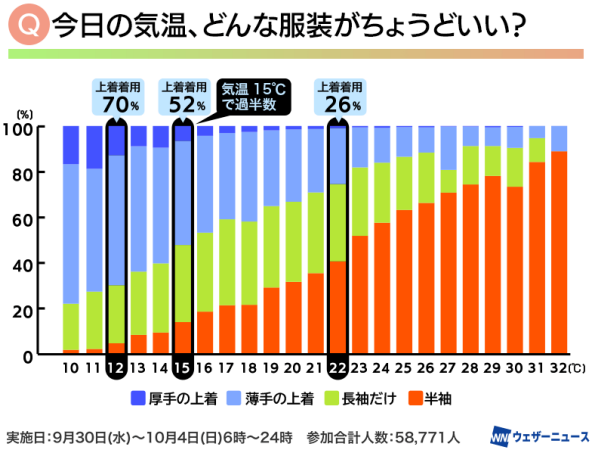
ウェザーニューズ、秋の服装調査 2026 の結果を発表
アウター着用は 15℃で過半数に　20℃前後は半袖・長袖・上着で意見拮抗
～服装選びの基準に地域差　北・東日本は「気温」、西日本は「体感」を重視～

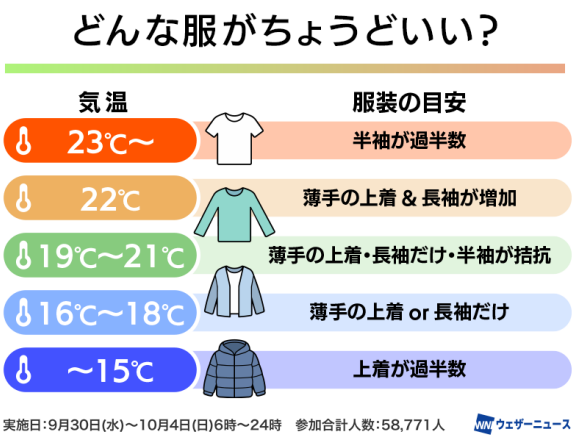
株式会社ウェザーニューズ（本社：千葉市美浜区、代表取締役社長：石橋　知博）は、利用者数 No.1(※1)お天気アプリ「ウェザーニュース」において「秋の服装調査 2026」を実施し、結果を発表いたしました。朝晩と日中の寒暖差が広がる秋は、日々のコーディネート選びに悩む方が増える時期です。今回の調査では、気温が15℃まで下がると上着を着用する人が半数を超えることや、20℃前後では「半袖」「長袖」「薄手の上着」を選ぶ割合が拮抗することがわかりました。また、服装選びの基準において、北・東日本は「気温」、西日本は「体感」を重視するという地域差が見られたほか、都市部の寒さ対策は「インナーよりアウター先行」で行う傾向がありました。

✔ポイント
①気温 15℃で過半数がアウター着用、19～21℃は半袖・長袖・上着派で分かれる
②服装選びは北日本や東日本で「気温」、西日本で「体感」を重視
③秋の服装選びで一番のお悩みは昼夜の気温差
④寒さ対策は約 7 割がインナーよりアウター先行　東京など都市部では「アウター先行」が多い傾向
⑤秋服購入のきっかけは 4 人に 1 人が「寒さ」

ウェブ版プレスリリース（画像のダウンロードはこちら）
https://jp.weathernews.com/news/57964/

◆気温 15℃で過半数がアウター着用、19～21℃は半袖・長袖・上着派で分かれる





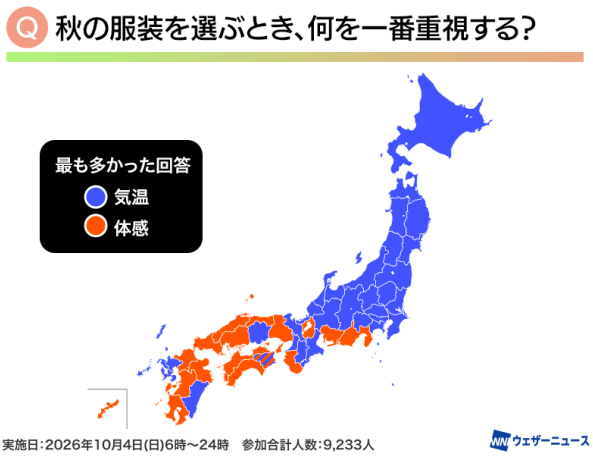
9 月 30 日から 10 月 4 日まで、毎日「今日の気温、どんな服装がちょうどいい？」と伺いました。気温が下がるにつれて「半袖」の割合が減少し、「長袖だけ」「薄手の上着」の割合が増えていることがわかります。
気温ごとに詳しく見てみると、23℃までは「半袖」が過半数を占めるものの、22℃から「長袖だけ」や「薄手の上着」の割合が増え始めます。19℃～21℃になると「半袖」「長袖だけ」「薄手の上着」がそれぞれ約 3 割で拮抗し、個人

差が出やすい温度帯であることがわかります。さらに 18℃になると、「半袖」の割合が 21%まで減少し、4 つの選択肢の中で「薄手の上着」が最も多くなります。15℃まで下がると「薄手の上着」と「厚手の上着」を合わせたアウター着用派が過半数に達しました。秋の服装に迷ったら、19～22℃を一つの目安に、薄手の上着を用意しておくとよさそうです。

◆服装選びは北日本や東日本で「気温」、西日本で「体感」を重視

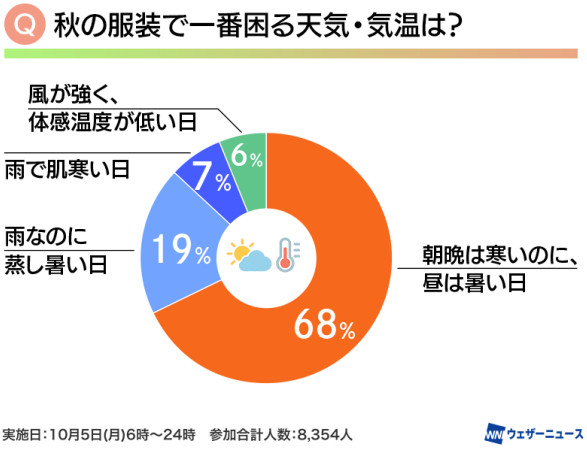
10 月 4 日に「秋の服装を選ぶとき、何を一番重視する？」と伺いました。全国では「気温」が 46%で最も多く、「体感」が 43%、「天気」が 6%、「季節感や見た目」が 5%と続きました。ここでいう「体感」は、風や湿度なども含めて、実際に感じる暑さ・寒さのことを意味しています。

都道府県別に最も多かった回答を見てみると、北日本や関東、北陸では「気温」、東海や西日本では「体感」が最も多い結果となり、東西で傾向が異なっていることがわかりました。（徳島は「気温」と「体感」の回答が同じ割合）



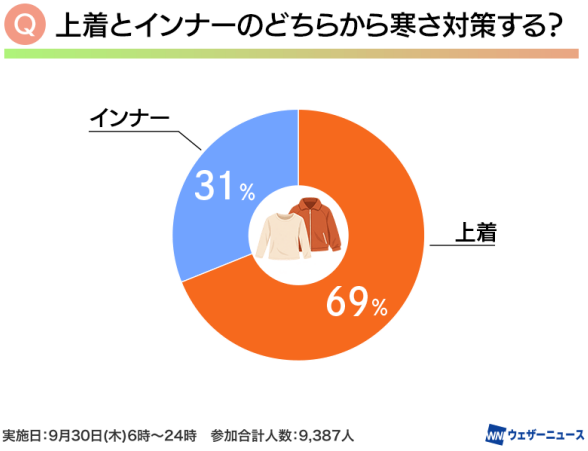
◆秋の服装選びで一番のお悩みは昼夜の気温差

10 月 5 日に「秋の服装で一番困る天気・気温は？」と伺ったところ、最も多かったのは「朝晩は寒いのに、昼は暑い日」で 68%でした。次いで「雨なのに蒸し暑い日」が 19%、「雨で肌寒い日」が 7%、「風が強く、体感温度が低い日」が 6%となりました。秋は朝晩と昼間の気温差が大きくなりやすく、寒暖差のある日の服装選びに悩む人が多いようです。実際に 10 月 3 日に「寒暖差が大きい日の服装は？」と尋ねたところ、「脱ぎ着できる上着で調整」が 75%で最も多くなりました。「最初から昼に合わせて薄着にする」は 15%、「朝と昼で服装を変える」は 6%、「最初から朝に合わせて暖かくする」は 4%でした。



◆寒さ対策は約 7 割がインナーよりアウター先行　東京など都市部では「アウター先行」が多い傾向

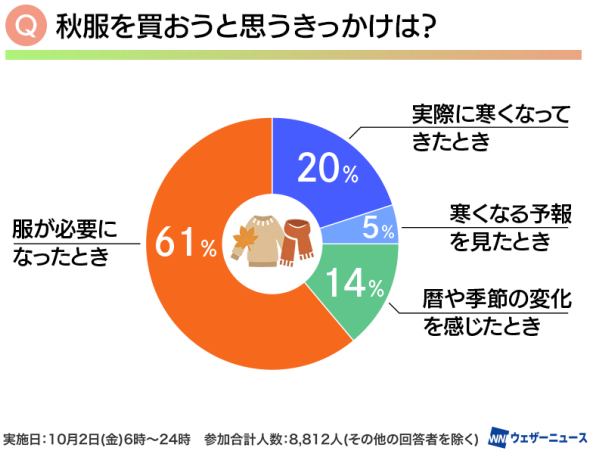
9 月 30 日には「上着とインナーのどちらから寒さ対策する？」と、寒さ対策を始める順番についても伺いました。その結果、「上着」から始める人が 69%で、「インナー」から始める人の 31%を大きく上回りました。秋の寒暖差には、インナーを厚くするよりも、まずは上着を足して調整する人が多いようです。上着を先に足す人の都道府県別の割合を見てみると、最も多かったのは東京で 75%、次いで愛知、宮崎が 74%、石川、京都、大阪が 73%、青森、神奈川が 72%と続きました。東京、神奈川、大阪、愛知など都市部が上位にランクインする結果となりました。都市部では屋内と屋外を頻繁に行き来するケースが多く、脱ぎ着しやすい「上着」を先に選ぶことが多いのかもしれません。



◆秋服購入のきっかけは 4 人に 1 人が「寒さ」

10 月 2 日に「秋服を買おうと思うきっかけは？」と質問したところ、その他を除いて全国で最も多かったのは「服が必要になったとき」で 61%でした。いただいたコメントを見てみると、「人と会う時」や「イベントがある時」、「着ている服が傷んできた時」などの回答が多くなっていました。都道府県別に見てみると、高知が 73%で最も高く、次いで鳥取が 72%で、この 2 県のみが 7 割を超える結果となりました。

一方、「実際に寒くなってきたとき」が 20%、「寒くなる予報を見たとき」が 5%で、合わせて 25%が「寒さ」をきっかけに秋服を購入しようと思うことがわかりました。



◇お天気アプリ「ウェザーニュース」の「服装予報」について

利用者数 No.1 のお天気アプリ「ウェザーニュース」では、日々の気象データや気温だけでなく、風・湿度・雨の有無なども考慮した独自の予測に基づき、その日に最適な服装の目安を提案する「服装予報」を提供しています。秋は朝晩と昼間の気温差が大きく、毎日のコーディネート選びに迷いやすい季節です。本機能では、1 日の寒暖差に対応できるよう「昼間」と「朝晩」に分けたおすすめの服装をアイコンとともにわかりやすく表示し、解説コメントも確認できます。朝の通勤・通学時の羽織ものが必要か否かや、日中の過ごしやすさに合わせた脱ぎ着の工夫を事前に把握することが可能です。

また、当日・翌日だけでなく10 日先までの予報にも対応しているため、季節の変わり目における衣替えのタイミング判断や、秋の行楽シーズンにおける旅行・出張の荷造りにも役立ちます。気温の変化で体調を崩しやすい秋の生活を、日々の洋服選びからサポートします。



ウェザーニュースアプリ「服装予報」

◇参考情報

都道府県	秋服を買おうと思うきっかけは？				一番困る天気・気温は？			
	実際に寒くなってきたとき（%）	寒くなる予報を見たとき（%）	暦や季節の変化を感じたとき（%）	服が必要になったとき（%）	朝晩は寒いのに、昼は暑い日（%）	雨で肌寒い日（%）	風が強く、体感温度が低い日（%）	雨なのに蒸し暑い日（%）
北海道	19	7	14	60	68	8	13	11
青森	32	2	4	62	77	9	6	8
岩手	24	8	7	60	83	7	4	6
宮城	15	5	13	67	71	9	5	15
秋田	17	6	11	66	81	8	3	8
山形	17	4	14	65	68	8	5	19
福島	17	5	11	66	63	8	11	18
茨城	19	5	17	59	71	7	3	19

栃木	17	5	12	66	70	5	7	18
群馬	19	5	9	66	75	3	5	17
埼玉	18	5	15	61	69	4	4	23
千葉	19	6	14	61	64	8	4	24
東京	17	6	14	63	62	8	6	24
神奈川	18	3	15	63	64	6	8	22
新潟	16	7	13	64	78	5	3	14
富山	13	8	18	61	71	10	4	15
石川	17	5	13	65	66	9	2	23
福井	25	2	23	50	86	3	0	11
山梨	25	4	14	57	65	10	0	25
長野	18	6	15	61	79	6	6	9
岐阜	17	11	14	58	79	5	5	11
静岡	16	5	14	65	69	7	7	17
愛知	17	7	14	63	65	7	6	22
三重	22	5	10	63	72	6	6	16
滋賀	15	7	12	66	59	15	7	19
京都	15	5	15	65	70	10	5	15
大阪	16	5	17	62	68	8	6	18
兵庫	18	6	19	57	67	12	4	17
奈良	13	10	19	58	71	7	3	19
和歌山	15	14	9	62	67	11	2	20
鳥取	14	0	13	72	78	7	4	11
島根	19	2	14	65	71	8	3	18
岡山	19	3	16	61	81	5	4	11
広島	13	4	19	63	62	13	6	19
山口	20	3	11	66	76	7	4	13
徳島	23	10	7	60	71	11	2	16
香川	13	9	14	63	59	26	4	11
愛媛	11	8	13	68	65	11	5	19
高知	22	0	5	73	75	3	3	19
福岡	20	6	15	58	74	7	5	14
佐賀	21	7	10	62	58	16	0	26
長崎	16	7	10	67	69	3	9	19

熊本	16	5	15	63	76	6	5	13
大分	21	6	16	58	68	9	2	21
宮崎	26	5	11	58	65	6	10	20
鹿児島	23	0	14	63	75	2	8	15
沖縄	31	2	11	56	58	2	7	33

都道府県	秋の服装を選ぶとき、何を一番重視する？				上着とインナーのどちらから寒さ対策する？	
	天気（%）	気温（%）	体感（%）	季節感や見た目（%）	上着（%）	インナー（%）
北海道	6	54	36	4	69	31
青森	7	51	42	0	72	28
岩手	3	52	38	7	63	37
宮城	8	51	39	2	68	32
秋田	8	61	27	4	68	32
山形	9	52	36	3	71	29
福島	5	56	37	2	68	32
茨城	7	50	40	3	63	37
栃木	6	49	42	3	67	33
群馬	7	51	39	3	67	33
埼玉	7	52	36	5	67	33
千葉	8	48	40	4	71	29
東京	6	48	41	5	75	25
神奈川	8	51	36	5	72	28
新潟	6	48	41	5	68	32
富山	6	47	44	3	71	29
石川	4	50	43	3	73	27
福井	0	62	36	2	63	37
山梨	10	45	43	2	57	43
長野	8	53	36	3	71	29
岐阜	5	52	41	2	63	37
静岡	8	37	50	5	65	35
愛知	5	44	46	5	74	26
三重	4	48	43	5	62	38

滋賀	9	37	46	8	61	39
京都	4	46	44	6	73	27
大阪	4	47	44	5	73	27
兵庫	6	41	48	5	70	30
奈良	5	49	42	4	71	29
和歌山	3	40	49	8	53	47
鳥取	6	37	53	4	63	37
島根	12	42	44	2	53	47
岡山	3	50	43	4	59	41
広島	7	35	51	7	67	33
山口	7	40	48	5	57	43
徳島	4	47	47	2	63	37
香川	7	35	51	7	66	34
愛媛	5	44	48	3	67	33
高知	7	36	43	14	70	30
福岡	6	43	47	4	64	36
佐賀	15	54	31	0	67	33
長崎	7	48	35	10	67	33
熊本	5	37	51	7	65	35
大分	4	38	53	5	61	39
宮崎	5	58	32	5	74	26
鹿児島	0	27	68	5	59	41
沖縄	14	40	46	0	71	29

※1 Sensor Tower 調べ（2026 年 4 月時点、日本国内 App Store および Google Play の天気カテゴリにおけるアクティブユーザー数）