

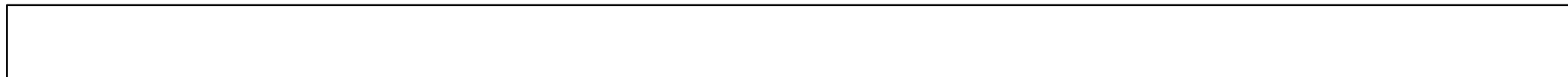
全般季節予報支援資料 1か月予報

2025年11月20日

予報期間：11月22日～12月21日

この資料は、気象事業者等が、気象庁の提供する季節予報の根拠を理解するための補助資料であり、そのままの形で一般に提供することを想定して作成したものではありません。

特に注意を要する事項



出現の可能性が最も大きい天候

北日本日本海側では、平年に比べ曇りや雪または雨の日が少ないでしょう。
東・西日本日本海側では、平年に比べ曇りや雨または雪の日が少ないでしょう。
北・東日本太平洋側では、平年に比べ晴れの日が多いでしょう。
西日本太平洋側では、天気は数日の周期で変わりますが、平年に比べ晴れの日が多いでしょう。
沖縄・奄美では、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。

全般1か月予報(確率)

1か月		気温(%)	降水量(%)	日照時間(%)	降雪量(%)
		低 並 高	少 並 多	少 並 多	少 並 多
北日本	日本海側 太平洋側	20:30:50	30:30:40 30:40:30	20:40:40 20:40:40	50:30:20
東日本	日本海側 太平洋側	20:40:40	40:40:20 50:40:10	20:40:40 10:30:60	50:40:10
西日本	日本海側 太平洋側	30:30:40	60:30:10 60:30:10	20:30:50 10:20:70	
沖縄・奄美		30:40:30	50:30:20	30:30:40	

気温	1週目(%)	2週目(%)	3～4週目(%)
	低 並 高	低 並 高	低 並 高
北日本	10:20:70	20:50:30	20:40:40
東日本	20:40:40	20:50:30	20:40:40
西日本	20:50:30	20:50:30	30:40:30
沖縄・奄美	20:50:30	30:50:20	30:40:30

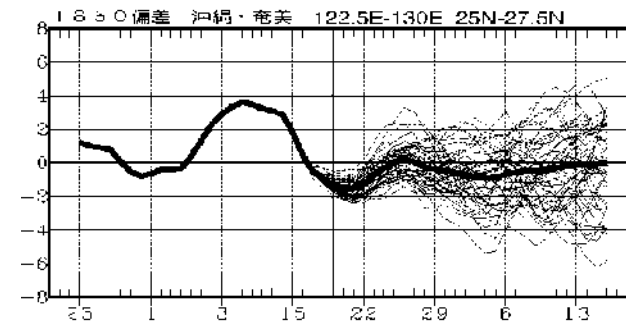
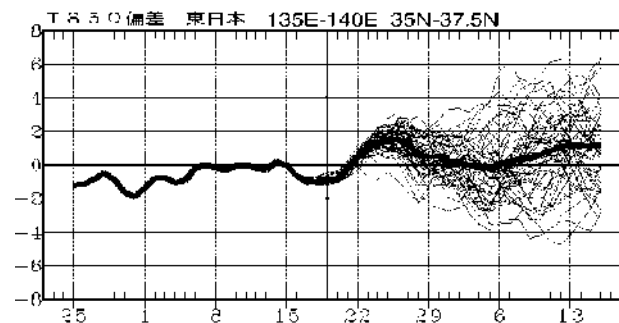
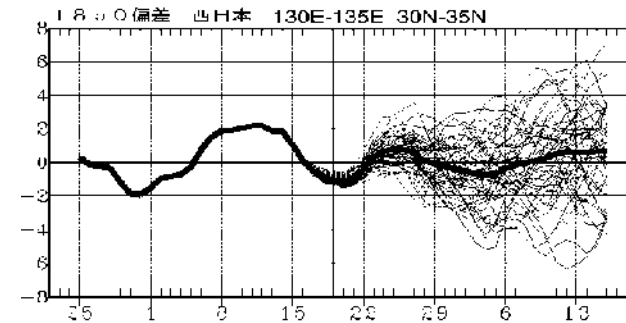
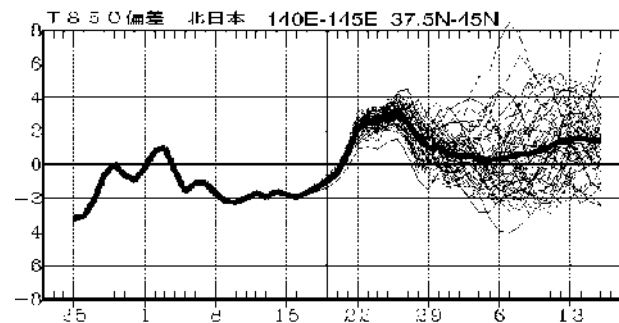
全般1か月予報のポイント

- 寒気の影響を受けにくいいため、向こう1か月の気温は、北日本では高く、東日本では平年並か高いでしょう。また、向こう1か月の降雪量は、北・東日本日本海側では少ないでしょう。
- 移動性高気圧に覆われやすく、冬型の気圧配置の影響を受けにくい時期があるため、向こう1か月の降水量は、東日本太平洋側、西日本、沖縄・奄美では少なく、東日本日本海側では平年並か少ないでしょう。また、向こう1か月の日照時間は、東日本太平洋側と西日本では多く、北日本と東日本日本海側では平年並か多いでしょう。

各週における天候のポイント(気温)

	1週目(11/22～11/28)	2週目(11/29～12/5)	3～4週目(12/6～12/19)
想定される天候(気温)	・北日本では高く、東日本では平年並か高いでしょう。西日本と沖縄・奄美では平年並でしょう。	・全国的に平年並でしょう。	・北・東日本では平年並か高いでしょう。西日本と沖縄・奄美ではほぼ平年並でしょう。
根拠	・北日本を中心に寒気の影響を受けにくく、低気圧前面の暖かい空気が流れ込みやすい。(P.12, P.13参照)	(P.12, P.13参照)	・北・東日本を中心に寒気の影響を受けにくい。(P.12, P.13参照)

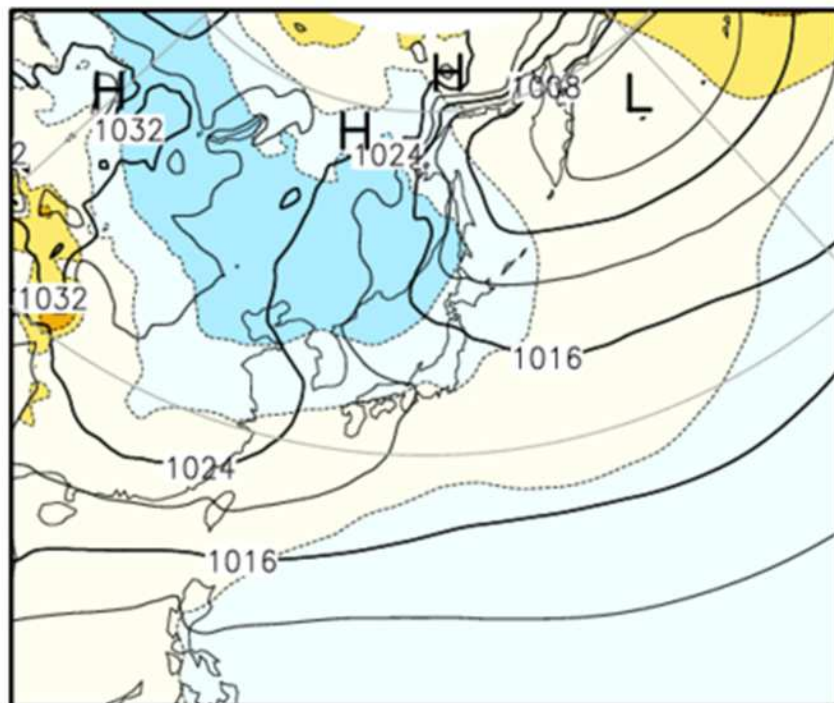
850hPa気温 偏差時系列



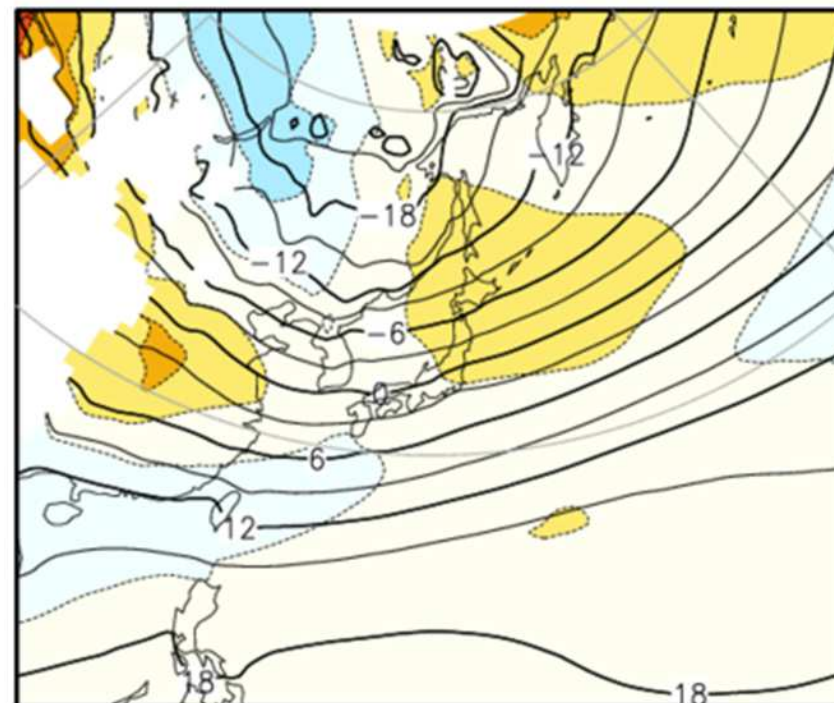
各週における天候のポイント(天気)

	1週目(11/22～11/28)	2週目(11/29～12/5)	3～4週目(12/6～12/19)
想定される 天候 (天気)	・北日本日本海側では、平年と同様に曇りや雪または雨の日が多いでしょう。 ・東日本日本海側では、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。 ・西日本日本海側では、移動性高気圧に覆われやすく、冬型の気圧配置の影響を受けにくいため、平年に比べ曇りや雨の日が少ないでしょう。 ・北日本太平洋側では、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。 ・東日本太平洋側では、移動性高気圧に覆われやすいため、平年に比べ晴れの日が多いでしょう。 ・西日本太平洋側では、天気は数日の周期で変わりますが、移動性高気圧に覆われやすいため、平年に比べ晴れの日が多いでしょう。 ・沖縄・奄美では、低気圧や前線の影響を受けにくいため、平年に比べ曇りや雨の日が少ないでしょう。	・北日本日本海側では、平年と同様に曇りや雪または雨の日が多いでしょう。 ・東・西日本日本海側では、平年と同様に曇りや雨または雪の日が多いでしょう。 ・北日本太平洋側では、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。 ・東日本太平洋側では、移動性高気圧に覆われやすいため、平年に比べ晴れの日が多いでしょう。 ・西日本太平洋側では、天気は数日の周期で変わりますが、移動性高気圧に覆われやすいため、平年に比べ晴れの日が多いでしょう。 ・沖縄・奄美では、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。	・北日本日本海側では、平年と同様に曇りや雪または雨の日が多いでしょう。 ・東日本日本海側では、冬型の気圧配置の影響を受けにくいため、平年に比べ曇りや雨または雪の日が少ないでしょう。 ・西日本日本海側では、平年と同様に曇りや雨または雪の日が多いでしょう。 ・北日本太平洋側では、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。 ・東日本太平洋側では、高気圧に覆われやすいため、平年に比べ晴れの日が多いでしょう。 ・西日本太平洋側では、天気は数日の周期で変わりますが、高気圧に覆われやすいため、平年に比べ晴れの日が多いでしょう。 ・沖縄・奄美では、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。
根拠	・北日本を中心の冬型の気圧配置は長続きせず、東・西日本を中心に移動性高気圧に覆われやすい。(P.10-P.13参照)	・北日本を中心に低気圧の影響を、北日本日本海側を中心に低気圧や冬型の気圧配置の影響を受けやすい(多雨傾向)。東日本太平洋側と西日本を中心に移動性高気圧に覆われやすい。(P.10-P.13参照)	・冬型の気圧配置は長続きせず、東・西日本を中心に大陸から張り出す高気圧に覆われやすい(少雨傾向多照傾向)。沖縄・奄美では、低気圧や前線の影響を受けにくい(少雨傾向)。(P.10-P.13参照)

海面気圧(1か月)



上空約1500mの気温(1か月)

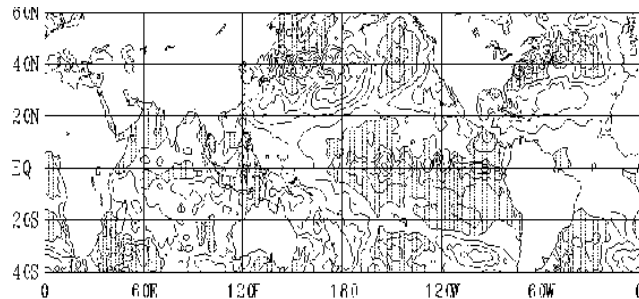


1か月平均の海面気圧(左図)は、中国大陸で気圧が平年より低く、シベリア高気圧の張り出しが日本海付近で弱いため、冬型の気圧配置は長続きせず、寒気の影響を受けにくいでしょう。また、東シナ海から日本の南東で平年より気圧が高く、東・西日本を中心に移動性高気圧に覆われやすいでしょう。

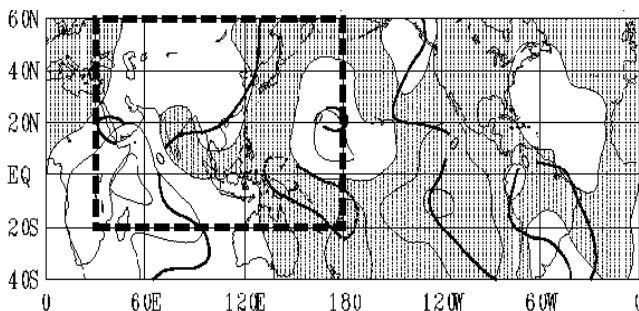
上空約1500mの気温(右図)は、寒気の南下が弱く、北・東日本を中心に平年より高いと予測されています。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

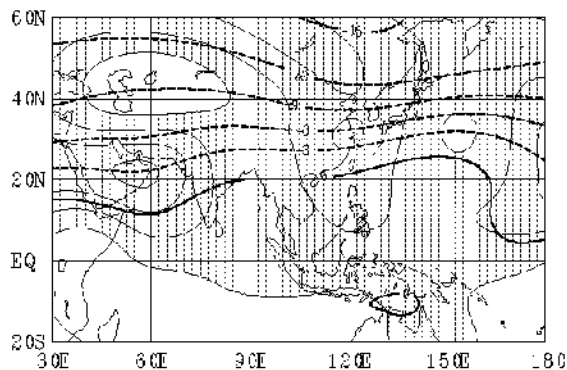
SST偏差



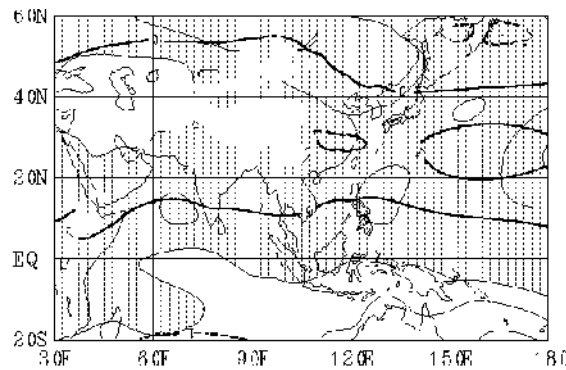
200hPa速度ポテンシャル



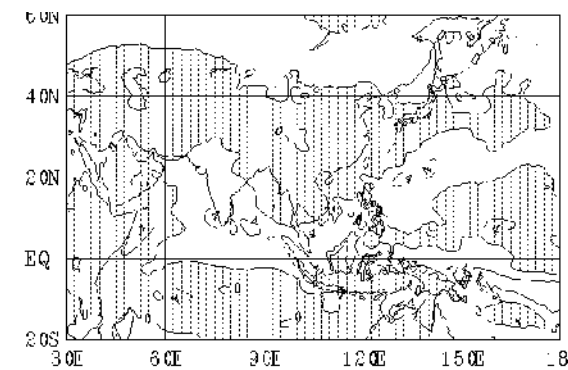
200hPa流線関数



850hPa流線関数



降水量



SST偏差は、ラニーニャ現象的かつ負のインド洋ダイポールモード的な分布。

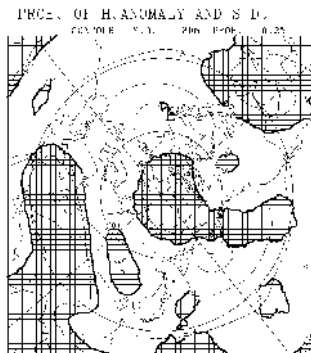
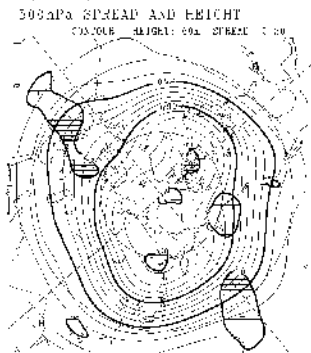
200hPa速度ポテンシャルは、インド洋東部からインドネシア付近を中心に発散偏差、インド洋西部を中心に収束偏差。SSTと熱帯季節内変動の影響。

200hPa流線関数は、アラビア半島付近で低気圧性循環偏差、中央アジアを中心に高気圧性循環偏差。華中付近と中国東北区付近で低気圧性循環偏差。熱帯の対流活動とロスビー波束伝播の影響。

850hPa流線関数は、熱帯の対流活動に関連し、インド洋から日付変更線付近にかけて低気圧性循環偏差。

降水量は、インド洋東部から東南アジアの広い範囲で多雨偏差。日本付近は本州以南は少雨偏差。

予報資料の解釈(1か月) 北半球循環場

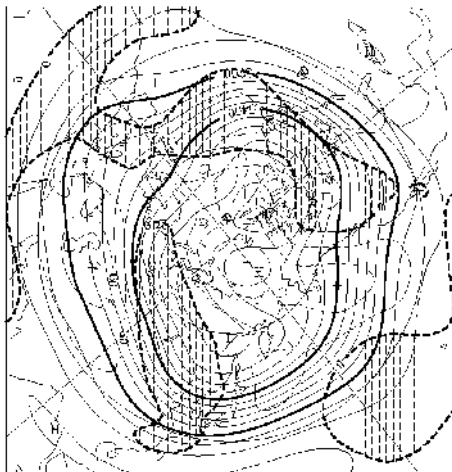


500hPa高度は、北極海にブロッキング高気圧がある一方、極渦は二つに分裂しその一つは東シベリアにある。また、西半球からヨーロッパ付近にかけて波列状の偏差パターンが卓越。中央アジア付近にリッジ、中国東北区付近にトラフで北日本を中心に西谷傾向。日本付近の偏差は小さい。ブロッキング高気圧や極渦の位置や強さの予測は、スプレッドが大きいことやモデルの誤差特性から不確実性が大きい。東シベリアの極渦の動向は、日本付近の天候に大きな影響を与えるが、その予測の不確実性が大きいことには特に留意が必要。

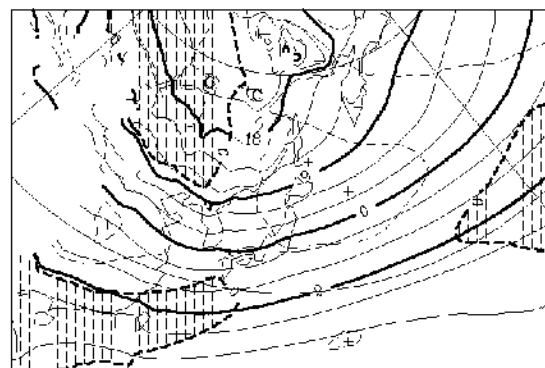
850hPa気温は、北・東・西日本付近は、北日本を中心に正偏差が広がる。一方、沖縄・奄美付近は負偏差だが偏差は小さい。

海面気圧は、中国大陸から北日本付近およびオホーツク海付近にかけて負偏差で、冬型の気圧配置は一時的。ただし、北日本では一時的には発達した低気圧や低気圧通過後の寒気の影響を受けやすいとみる。一方、東シナ海から日本の南東にかけては正偏差で、低気圧の影響を受けにくく、東・西日本を中心に移動性の高気圧に覆われやすい。

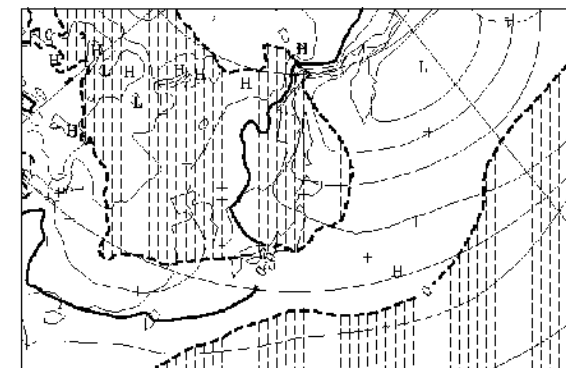
500hPa高度



850hPa気温

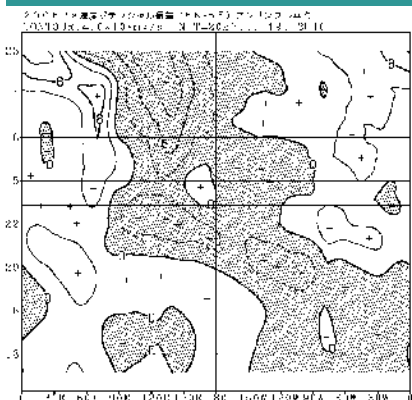


海面気圧



予報資料の解釈(各週) 熱帯の対流活動

200hPa速度ポテンシャル偏差時系列



200hPa速度ポテンシャルは、1週目に熱帯季節内変動に伴う発散偏差域がインドネシア付近から太平洋へ東進。一方、インド洋西部では予測期間内は対流不活発で、2週目にかけて弱い状態が続く。ただし、熱帯季節内変動の予測とその影響(亜熱帯ジェット気流沿いのロスビー波束伝播への寄与)には不確実性がある。

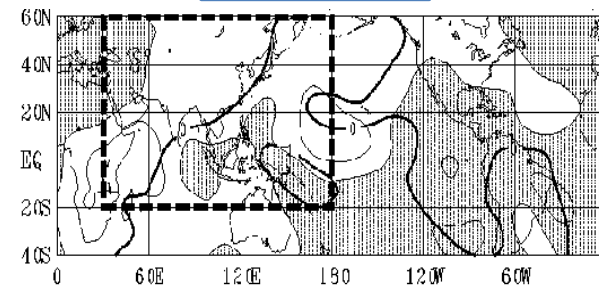
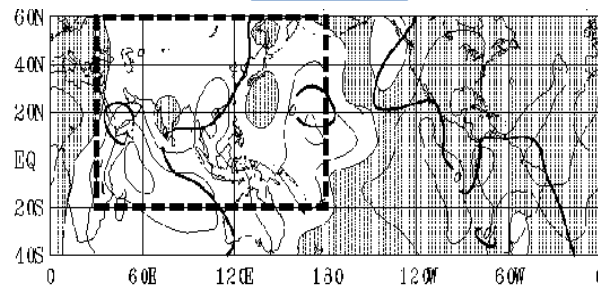
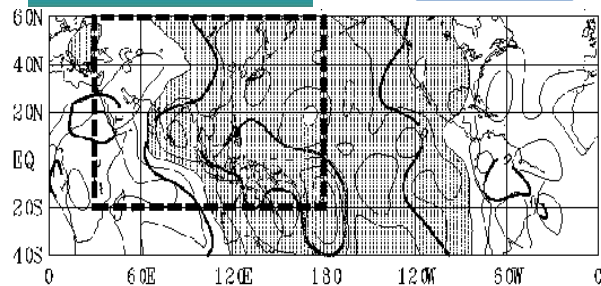
降水量は、1週目はインド洋東部から東南アジア付近で多雨偏差。日本付近は少雨偏差。2週目と3~4週目は、インド洋東部から東南アジア付近の多雨偏差はやや縮小するものの継続し、フィリピン付近でも多雨偏差。日本付近は本州以南は少雨偏差。一方、2週目は北日本日本海側付近で多雨偏差となる。

200hPa速度ポテンシャル

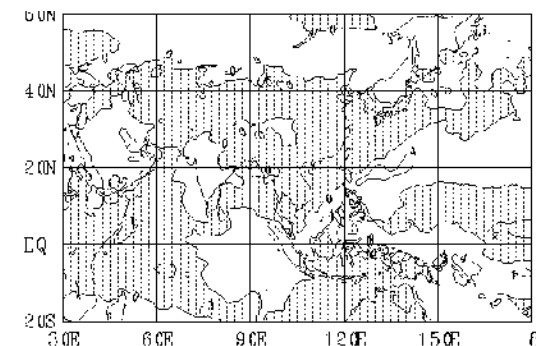
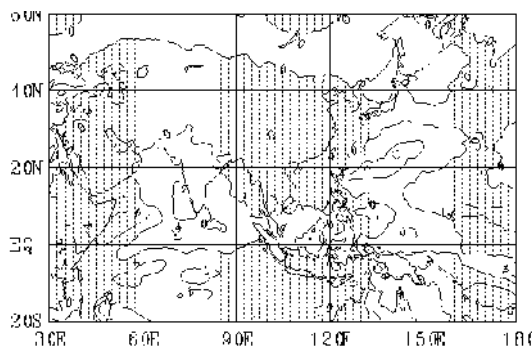
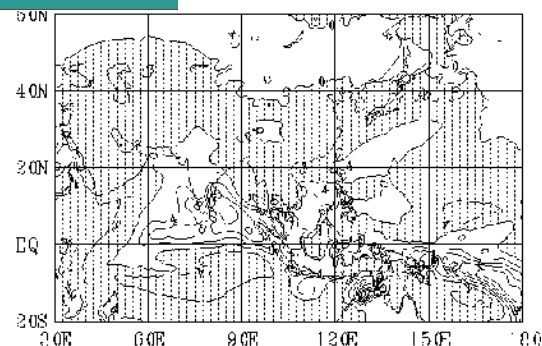
1週目

2週目

3~4週目



降水量



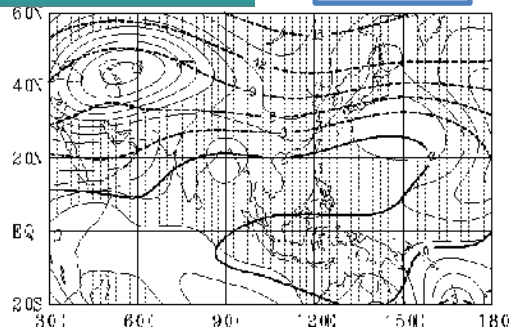
予報資料の解釈(各週) 熱帯循環場

200hPa流線関数は、1週目は亜熱帯ジェット気流沿いの波束伝播の影響で、華北付近で低気圧性循環偏差、日本の南東で高気圧性循環偏差。2週目は熱帯の対流活動の影響を受けた亜熱帯ジェット気流沿いの波束伝播により、中国東北区付近と華中付近で低気圧性循環偏差、日本の東で高気圧性循環偏差。3～4週目も2週目と同様の偏差傾向だが、偏差は小さい。熱帯季節内変動の予測に不確実性があり、波列の位相はずれる可能性もある。

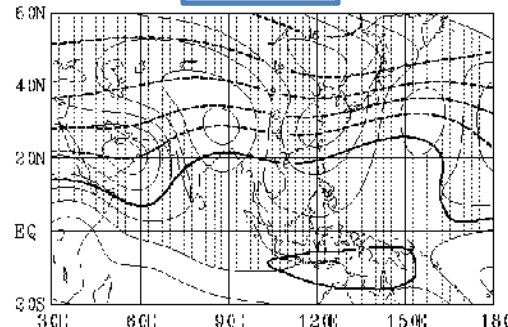
850hPa流線関数は、1週目は対流活動に対応して、インド洋から東南アジア付近が低気圧性循環偏差。日本の南東は高気圧性循環偏差で、等価順圧構造。2週目や3～4週目もやや弱まるもののインド洋から東南アジア付近の低気圧性循環偏差は継続。また、3～4週目はフィリピン付近で低気圧性循環偏差。

200hPa流線関数

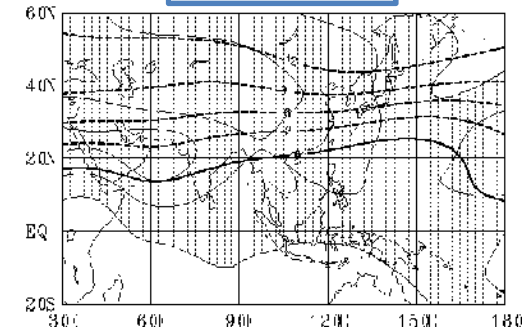
1週目



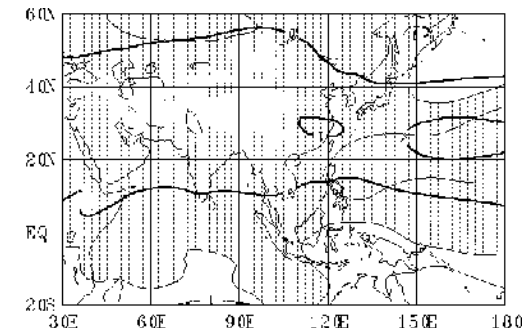
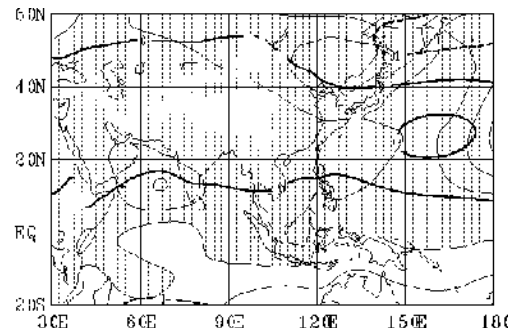
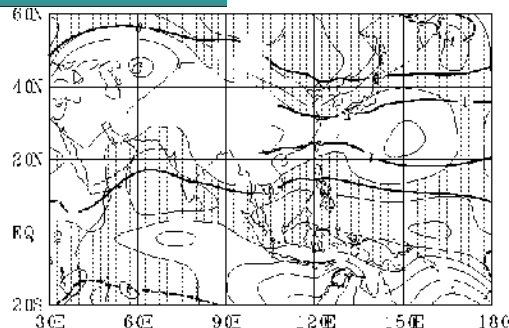
2週目



3～4週目



850hPa流線関数

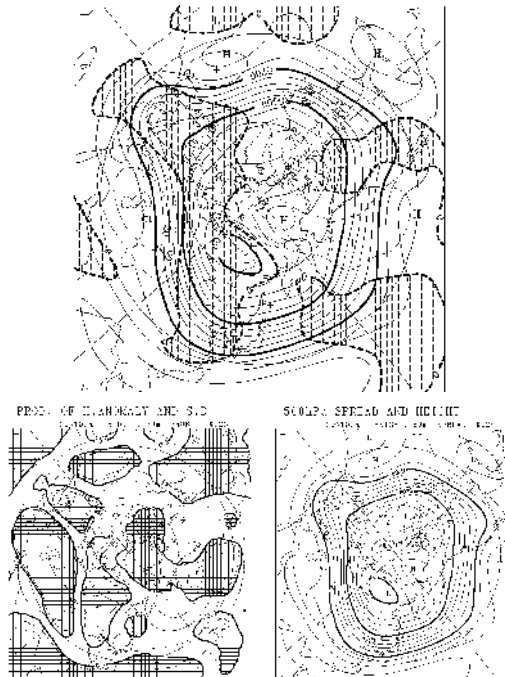


予報資料の解釈(各週) 北半球循環場

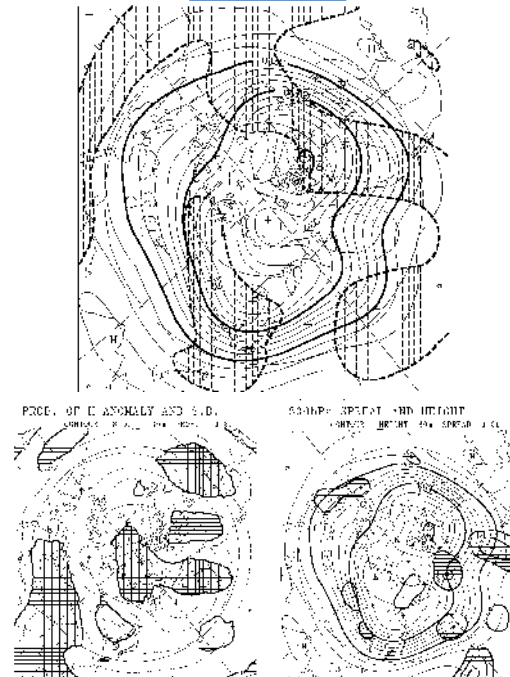
500hPa高度は、1週目は極渦の1つが中央シベリア付近で動きが遅くなり、その南の中国東北区付近にトラフ。日本付近は正偏差だが偏差は小さい。2週目は、極渦が東シベリア付近へ移動し、その南の朝鮮半島付近にはトラフで、北日本を中心に西谷傾向。日本付近は負偏差となるが偏差は小さい。3～4週目は、極渦は東シベリア付近で弱まる傾向で、北日本付近の西谷傾向は続く。一方、千島の東付近を中心とする正偏差が日本付近に広がるが、日本付近の偏差は小さい。極渦周辺や千島の東の正偏差付近ではスプレッドが大きいことやモデルの誤差特性から、2週目以降の極渦の動向や日本周辺の偏差の予測は不確実性が大きい。

500hPa高度

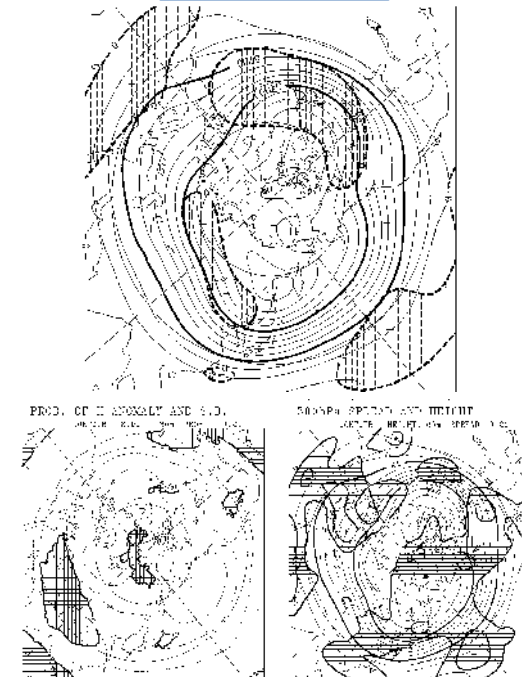
1週目



2週目



3～4週目



予報資料の解釈(各週) 日本周辺循環場

850hPa気温は、1週目は日本付近は北日本を中心に正偏差。2週目は大陸から広がる負偏差域が日本海や西日本と沖縄・奄美を中心に覆う。3～4週目は北・東日本を中心に正偏差。沖縄・奄美付近は負偏差だが偏差は小さい。一方、極渦などの予測に不確実性があることから、寒気の程度や広がりにも不確実性があり、3～4週目は気温偏差をやや低温傾向に寄せる。

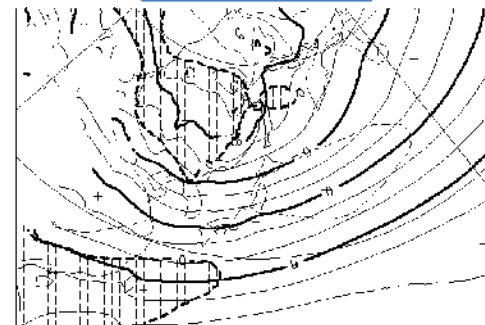
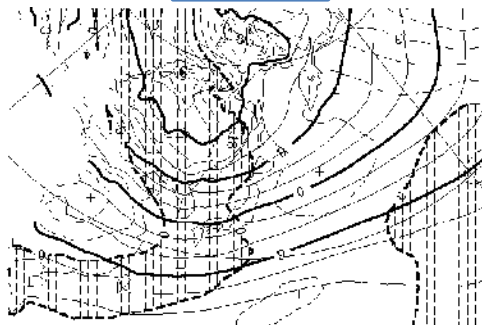
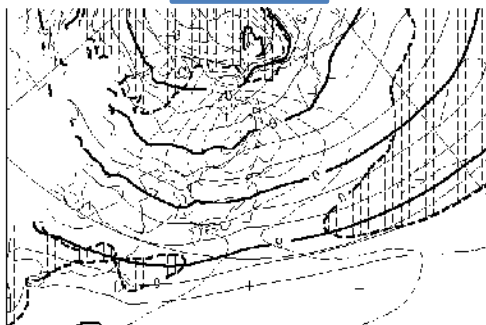
海面気圧は、1週目は中国大陸からカムチャツカの東付近にかけて負偏差で、日本付近は冬型の気圧配置は長続きしない。北日本を中心に低気圧前面の暖かい空気が流れ込みやすい。2週目は、オホーツク海付近から北日本付近で負偏差で、北日本日本海側を中心に低気圧や冬型の気圧配置の影響を受けやすい。一方、1、2週目は東シナ海から日本の東にかけて相対的に気圧が高く、正偏差が東西にのびる東・西日本を中心に移動性の高気圧に覆われやすい。また、日本の南では低気圧の影響を受けにくい。3～4週目も2週目の状況が残り、東・西日本を中心に大陸から張り出す高気圧に覆われやすいが、低気圧等の予測には不確実性がある。

1週目

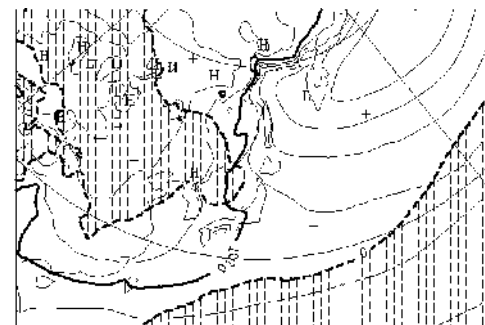
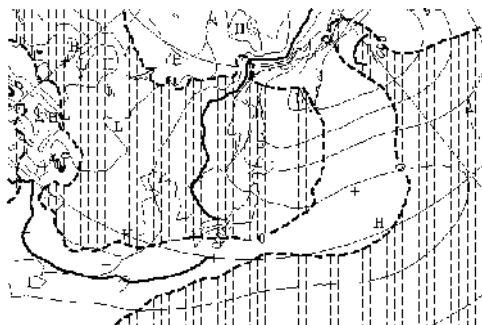
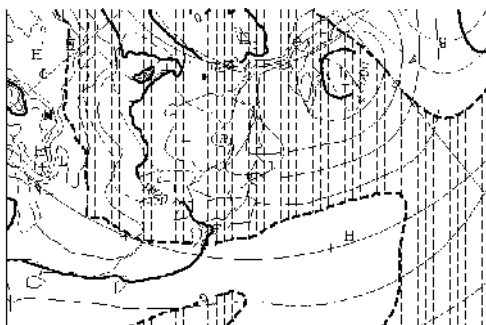
2週目

3～4週目

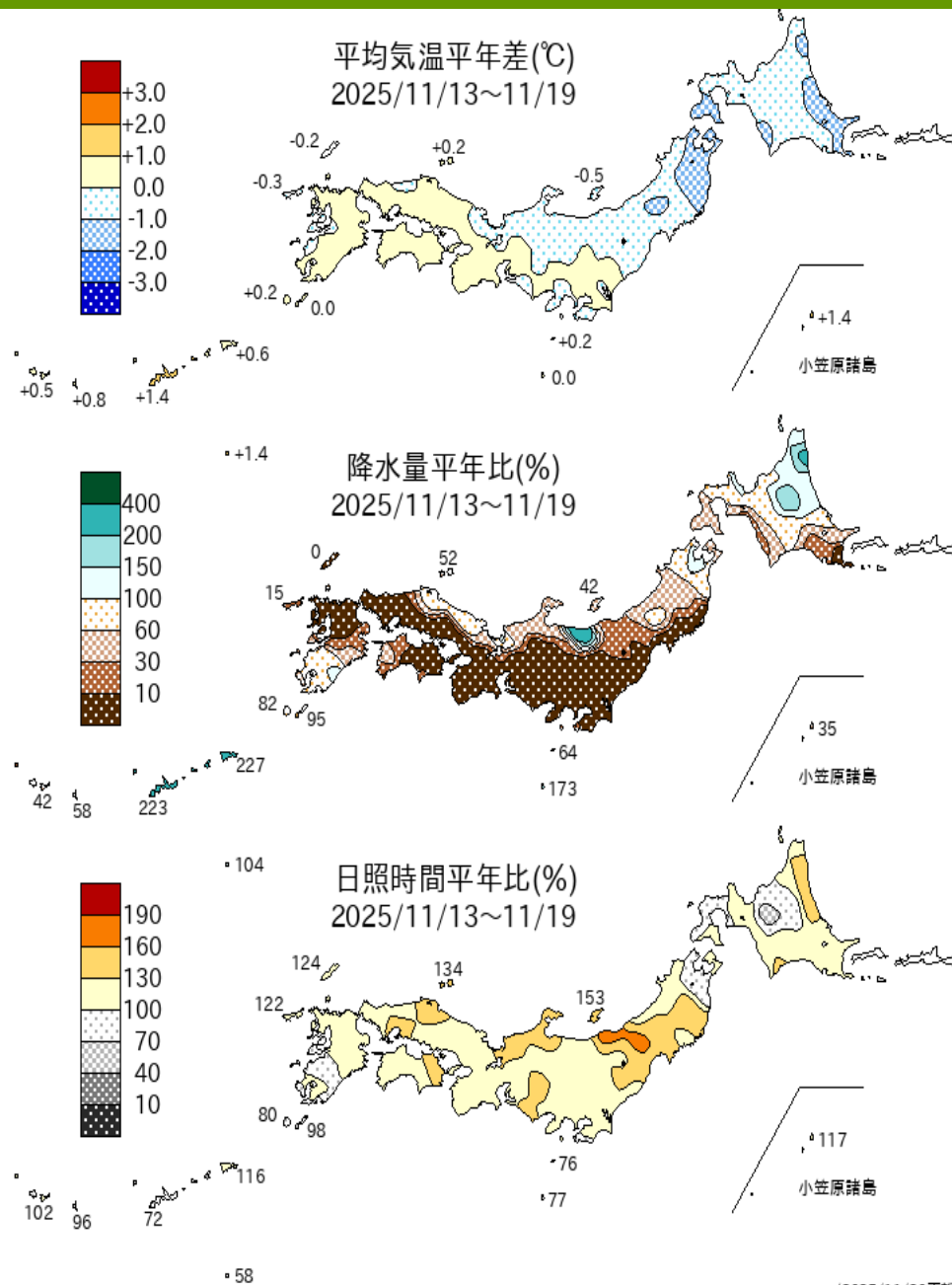
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(11月13日~11月19日)は、期間のはじめと後半に日本付近を低気圧が通過し、その後は冬型の気圧配置となりました。沖縄・奄美では、台風第26号から変わった低気圧が13日頃に通じた影響で、大雨となりました。また、18日頃には北日本を中心に寒気の影響で雪となり、青森県酸ヶ湯では最深積雪が115センチとなるなど11月として記録的な積雪となりました。一方、期間の中頃には移動性高気圧が日本付近を通過しました。北・東・西日本では、高気圧に覆われやすく冬型の気圧配置の影響は一時的だったため、晴れた日が多くなり、太平洋側を中心に降水量が平年を大きく下回りました。気温は、寒気の影響を受けやすかった北日本を中心に平年を下回りましたが、東・西日本と沖縄・奄美では暖かい空気に覆われやすかったため、平年を上回った所が多くなりました。