

全般季節予報支援資料 1か月予報

2025年11月27日

予報期間：11月29日～12月28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

北日本では、気温が1週目は高く、2週目は低く、かなり低くなる所もあるため、気温の変動が大きいです。また、北日本では、期間の前半は日本海側を中心に、この時期としては降雪量がかなり多くなる所があるでしょう。

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多いでしょう。
東日本日本海側では、平年に比べ曇りや雨または雪の日が多いでしょう。
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、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、平年に比べ曇りや雨の日が少ないでしょう。

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	30:30:40	10:30:60 30:30:40	40:40:20 30:30:40	20:40:40
東日本	日本海側 太平洋側	40:30:30	10:30:60 70:20:10	40:40:20 10:20:70	30:30:40
西日本	日本海側 太平洋側	40:40:20	50:30:20 70:20:10	10:30:60 10:20:70	
沖縄・奄美		30:30:40	50:30:20	20:40:40	

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

全般1か月予報のポイント

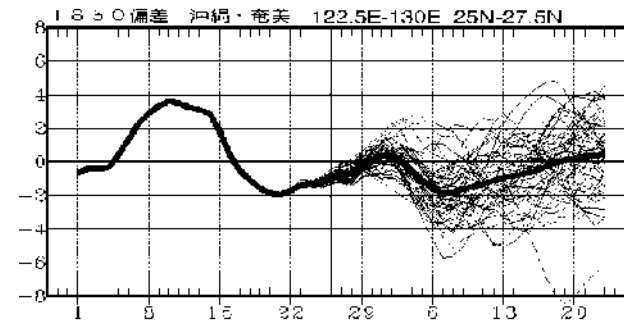
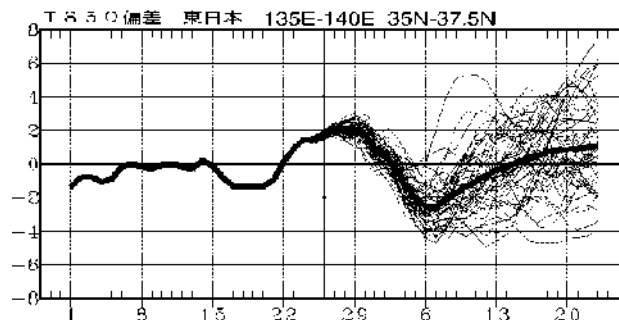
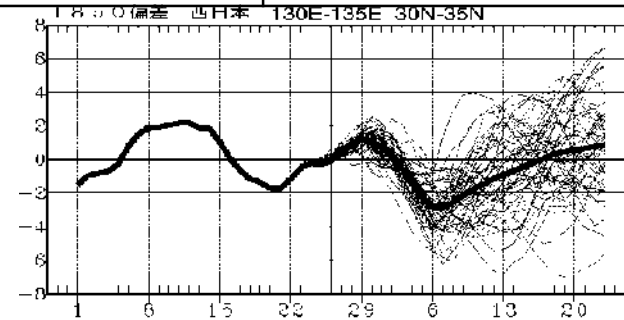
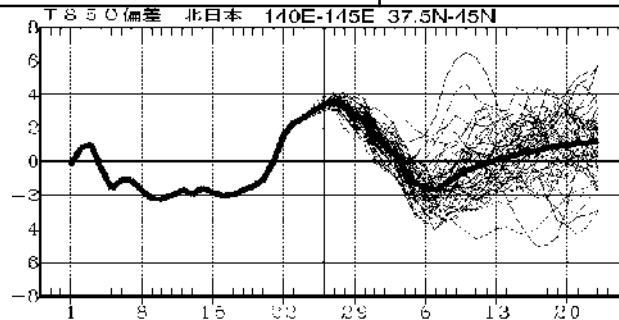
- 寒気の影響を受けやすいため、向こう1か月の気温は、西日本では平年並か低いでしょう。北日本では、期間の前半は気温がかなり低くなる所があるでしょう。また、北日本では、気温が1週目は高く、2週目は低く、かなり低くなる所もあるため、気温の変動が大きいでしょう。
- 低気圧の影響を受けやすく、冬型の気圧配置が強まりやすい時期があるため、北・東日本日本海側では、向こう1か月の降水量は多く、向こう1か月の日照時間は平年並か少ないでしょう。また、向こう1か月の降雪量は北日本日本海側では平年並か多いでしょう。特に、北日本では、期間の前半は日本海側を中心に、この時期としては降雪量がかなり多くなる所があるでしょう。
- 高気圧に覆われやすく、西日本日本海側では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、少ないでしょう。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、沖縄・奄美では平年並か多いでしょう。

北・東日本日本海側では、11月25日に発表した3か月予報での12月の予報に比べ、低気圧の影響を受けやすく、冬型の気圧配置が強まりやすい見通しとなったため、多雨の可能性が大きくなりました。

各週における天候のポイント(気温)

	1週目(11/29～12/5)	2週目(12/6～12/12)	3～4週目(12/13～12/26)
想定される天候(気温)	・暖かい空気に覆われやすいため、北日本と沖縄・奄美では高く、東日本では平年並か高いでしょう。西日本では平年並でしょう。	・寒気の影響を受けやすいため、北・東・西日本では低く、沖縄・奄美では平年並か低いでしょう。	・全国的にほぼ平年並でしょう。
根拠	・低気圧に流れ込む暖かい空気に北日本を中心に東日本も覆われやすく、沖縄・奄美付近は大陸から広がる暖かい空気に覆われやすい。(P.12,P.13参照)	・低気圧通過後の冬型の気圧配置により寒気が流入する影響を受けやすい。(P.12,P.13参照)	(P.12,P.13参照)

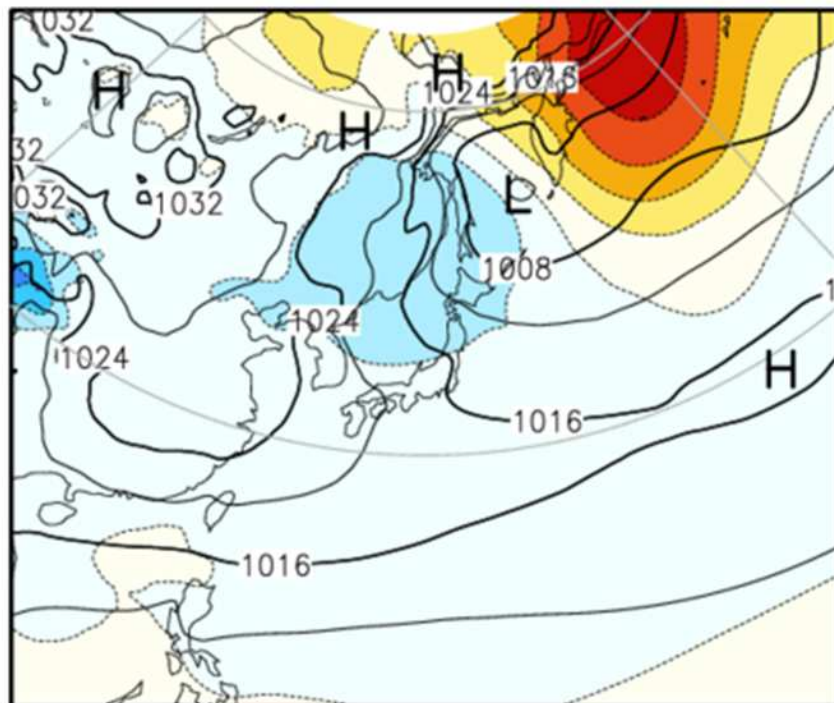
850hPa気温
偏差時系列



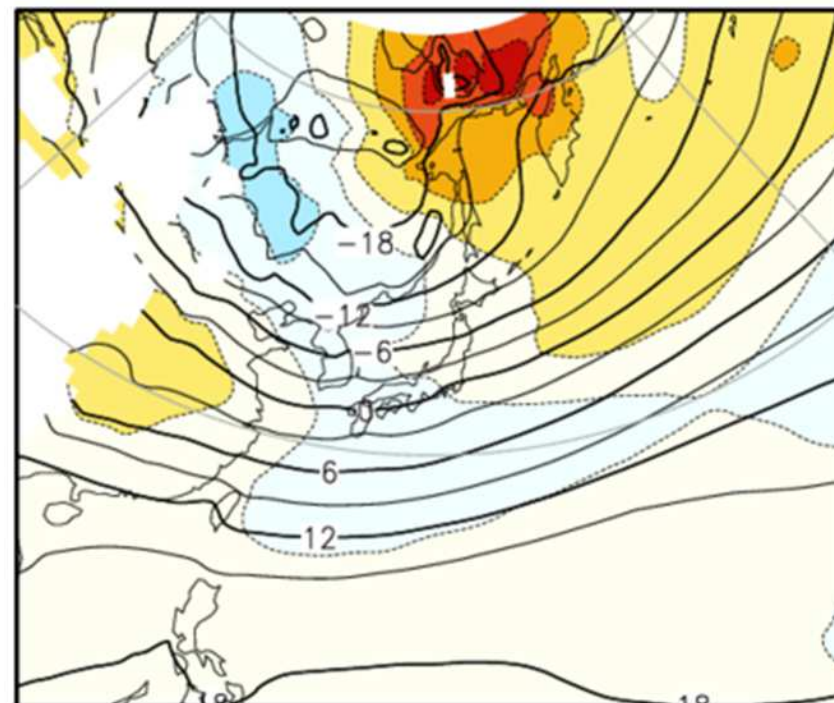
各週における天候のポイント(天気)

	1週目(11/29～12/5)	2週目(12/6～12/12)	3～4週目(12/13～12/26)
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または雪の日が多いでしょう。 ・西日本日本海側では、高気圧に覆われやすいため、平年に比べ曇りや雨または雪の日が少ないでしょう。 ・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、高気圧に覆われやすいため、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、冬型の気圧配置が強まりやすいため、平年に比べ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、冬型の気圧配置が強まりやすいため、平年に比べ曇りや雨または雪の日が多いでしょう。 ・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。	・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または雪の日が多いでしょう。 ・西日本日本海側では、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。 ・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	・低気圧の影響で、北・東日本日本海側は多雨傾向。東日本太平洋側から南は高気圧に覆われやすい。(P.10-P.13参照)	・北・東日本日本海側を中心に冬型の気圧配置が強まりやすい。東・西日本太平洋側では、高気圧に覆われやすい。(P.10-P.13参照)	・東日本太平洋側と西日本では、高気圧に覆われやすい。(P.10-P.13参照)

海面気圧(1か月)



上空約1500mの気温(1か月)

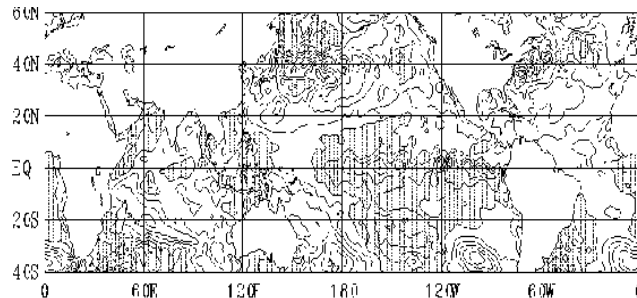


1か月平均の海面気圧(左図)は、中国大陸からオホーツク海付近にかけて気圧が平年より低く、北・東日本日本海側を中心に低気圧の影響を受けやすく、冬型の気圧配置が強まりやすい時期があるでしょう。一方、東シナ海から日本の南東では高気圧の張り出しが予測され、東日本太平洋側以南では、高気圧に覆われやすく、西日本日本海側では冬型の気圧配置の影響を受けにくい時期があるでしょう。

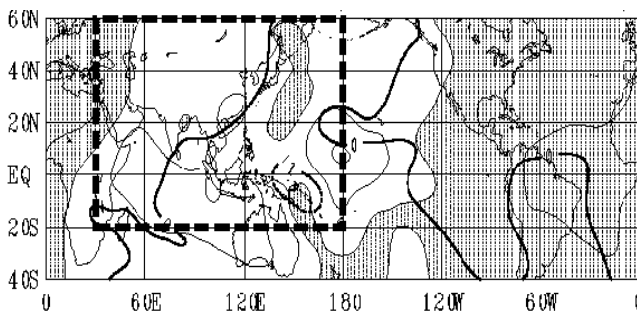
上空約1500mの気温(右図)は、日本付近は、平年からの隔たりが小さいと予測されています。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

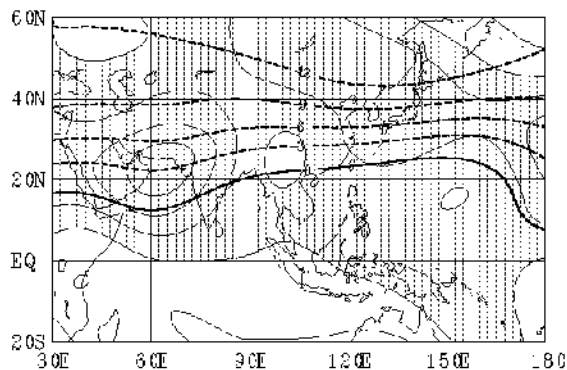
SST偏差



200hPa速度ポテンシャル



200hPa流線関数



SST偏差は、ラニーニャ現象的分布だが、インドネシア付近は負偏差。負のインド洋ダイポールモード的な分布も継続するが、正負の差はやや弱まる。

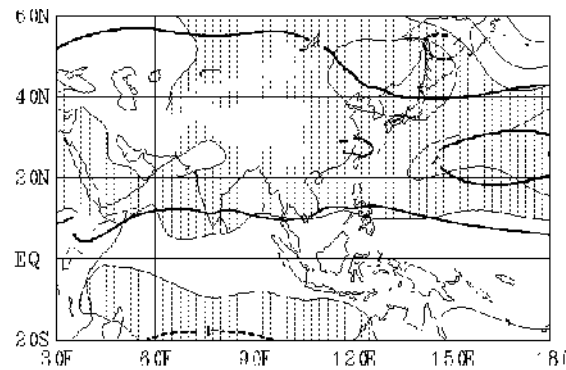
200hPa速度ポテンシャルは、インド洋東部から太平洋熱帯域中部にかけて上層発散偏差、太平洋熱帯域東部からアフリカにかけて上層収束偏差。

200hPa流線関数は、アラビア海付近で低気圧性循環偏差、チベット付近で相対的な高気圧性循環偏差。その下流の日本付近で低気圧性循環偏差。熱帯の対流活動とロスビー波東伝播の影響。

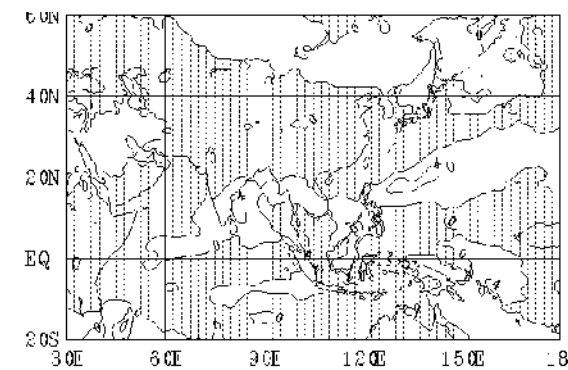
850hPa流線関数は、熱帯の対流活動に関連し、インド洋からフィリピン付近にかけて低気圧性循環偏差。

降水量は、ベンガル湾やフィリピン東方海上で多雨偏差。日本付近は北日本日本海側を中心に多雨偏差、東日本太平洋側以南は少雨偏差。

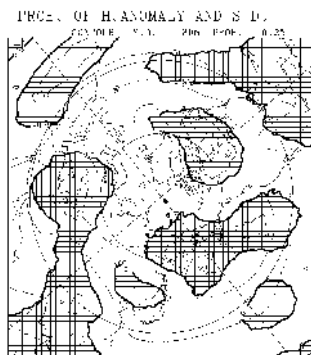
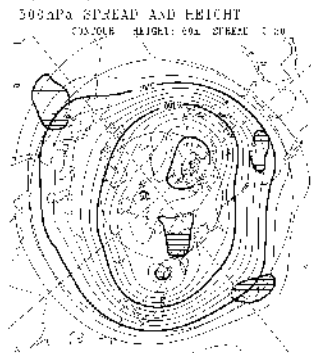
850hPa流線関数



降水量



予報資料の解釈(1か月) 北半球循環場

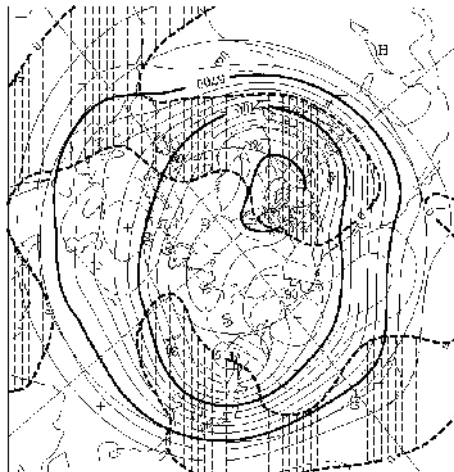


500hPa高度は、分裂した極渦の1つがサハリン付近に予測。西半球からヨーロッパ付近にかけて波列状の偏差パターンが卓越。また、中央アジア付近にリッジ、中国東北区付近にトラフで北日本を中心に西谷傾向。

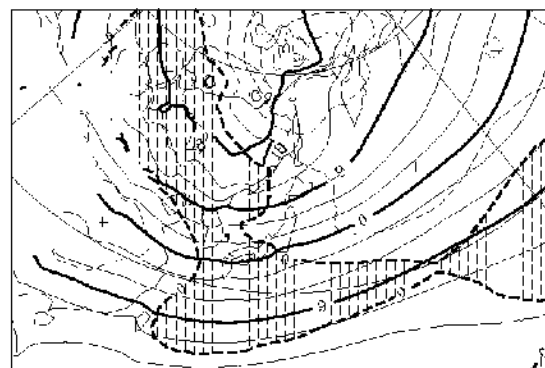
850hPa気温は、日本付近は北日本を中心に正偏差、西日本から沖縄・奄美付近は負偏差だが、それぞれ偏差は小さい。

海面気圧は、中国大陸からオホーツク海付近にかけて負偏差で、北・東日本日本海側を中心に低気圧の影響を受けやすく、冬型の気圧配置が強まりやすい時期がある。一方、東シナ海から日本の南東では高気圧の張り出しが予測され、東日本太平洋側以南では、高気圧に覆われやすく、西日本日本海側では冬型の気圧配置の影響を受けにくい時期がある。

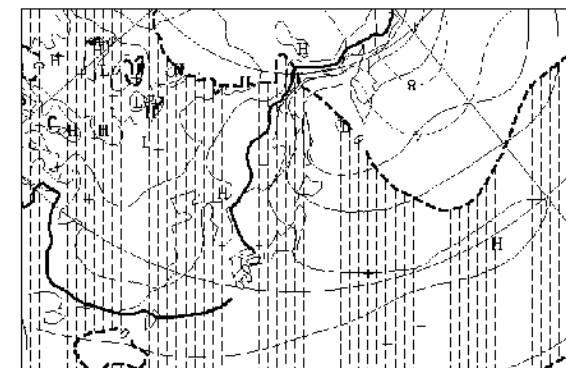
500hPa高度



850hPa気温

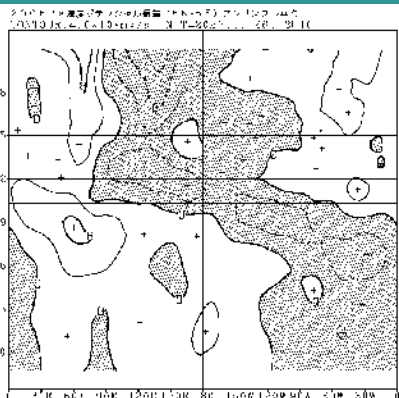


海面気圧



予報資料の解釈(各週) 熱帯の対流活動

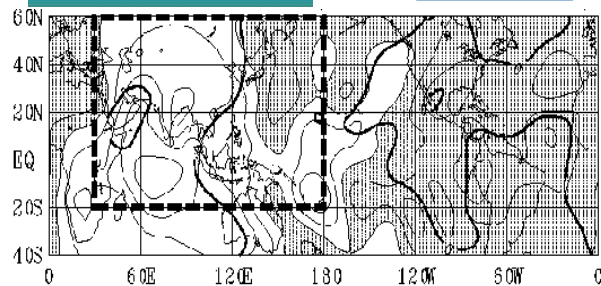
200hPa速度ポテンシャル偏差時系列



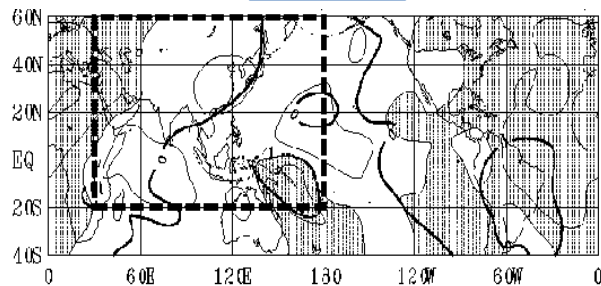
200hPa速度ポテンシャルは、1週目に熱帯季節内変動に伴う発散偏差域が太平洋から大西洋へ東進。一方、インド洋西部では対流不活発で、予測期間内は不活発な状態が続く。ただし、熱帯季節内変動の予測とその影響(亜熱帯ジェット気流沿いのロスビー波束伝播への寄与)には不確実性がある。降水量は、1週目から3~4週目にかけて、ベンガル湾やフィリピン東方海上で多雨偏差。日本付近は北日本日本海側を中心に多雨偏差。一方、東日本太平洋側以南は少雨偏差。

200hPa速度ポテンシャル

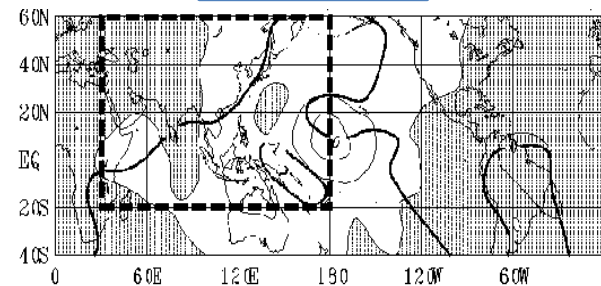
1週目



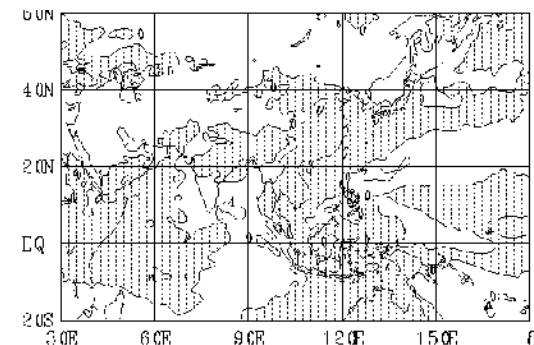
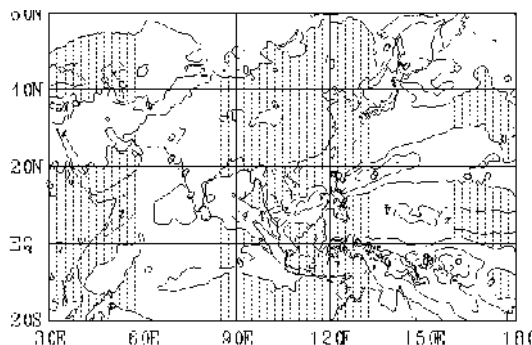
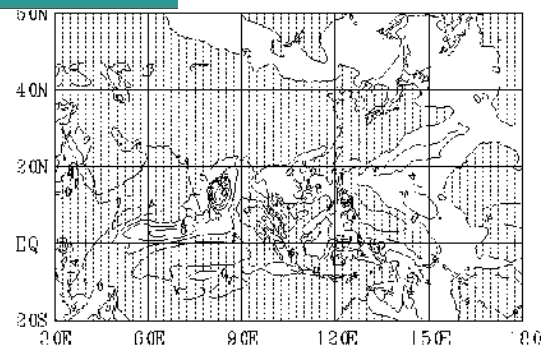
2週目



3~4週目



降水量



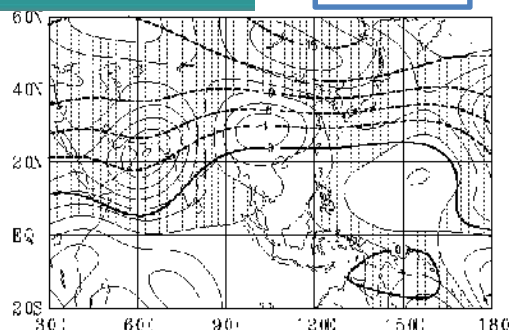
予報資料の解釈(各週) 熱帯循環場

200hPa流線関数は、1週目は熱帯の対流活動や亜熱帯ジェット気流沿いの波束伝播の影響で、日本海付近で低気圧性循環偏差。寒帯前線ジェット気流沿いの波束伝播の影響で、バイカル湖の東で低気圧性循環偏差。2週目は、日本海付近で低気圧性循環偏差。3～4週目も2週目と同様の偏差傾向だが、偏差は小さい。ただし、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。

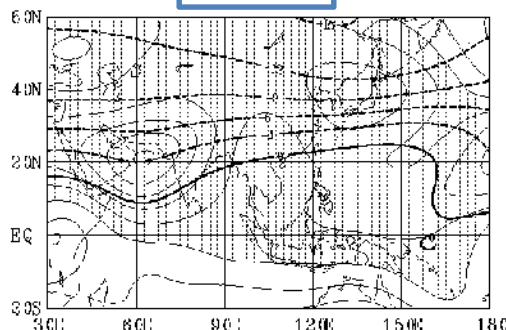
850hPa流線関数は、1週目は熱帯の対流活動に対応して、インド洋から東南アジア付近で低気圧性循環偏差。2週目は南シナ海からフィリピン付近で低気圧性循環偏差。3～4週目はフィリピン付近で低気圧性循環偏差。

200hPa流線関数

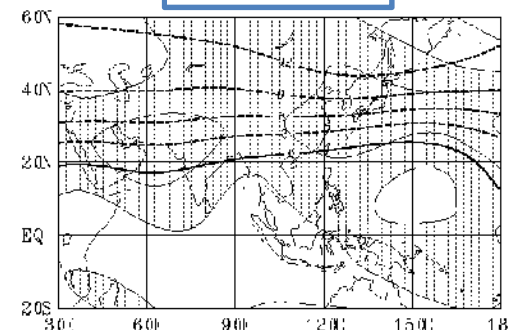
1週目



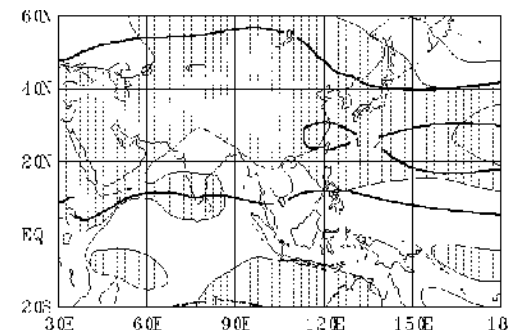
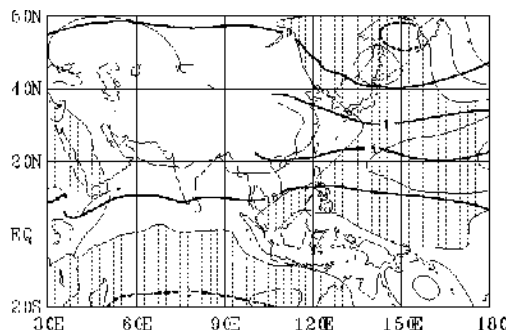
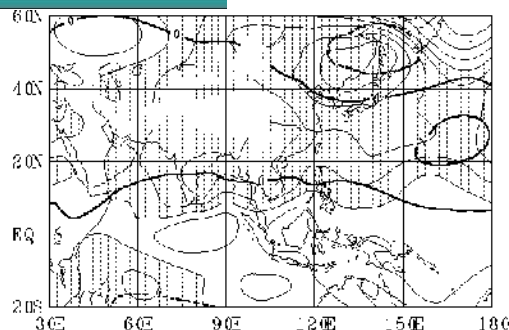
2週目



3～4週目



850hPa流線関数

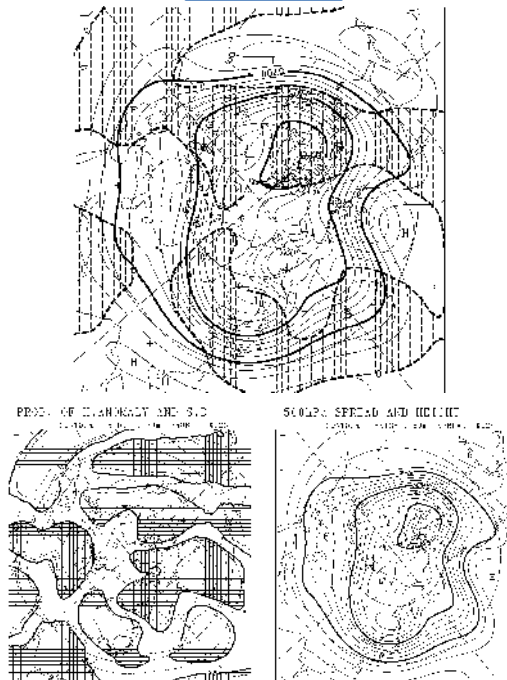


予報資料の解釈(各週) 北半球循環場

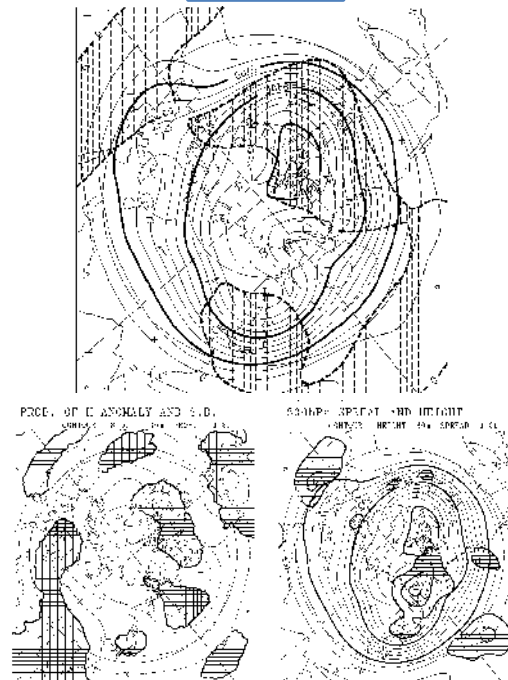
500hPa高度は、1週目は、東シベリアでリッジが発達。一方、極渦の1つが沿海州付近に進み、その南の中国東北区付近にトラフで、日本付近は負正偏で、北日本を中心に西谷傾向。2週目は、ベーリング海付近へリッジが移動。極渦がサハリン付近へ移動し、その南の日本海付近にトラフで、日本付近は負偏差。3～4週目は、リッジはベーリング海付近で、極渦はサハリン付近でほとんど停滞。日本付近は偏差は小さい。2週目以降、極渦周辺やベーリング海付近ではスプレッドが大きく、予測の不確実性が大きい。

500hPa高度

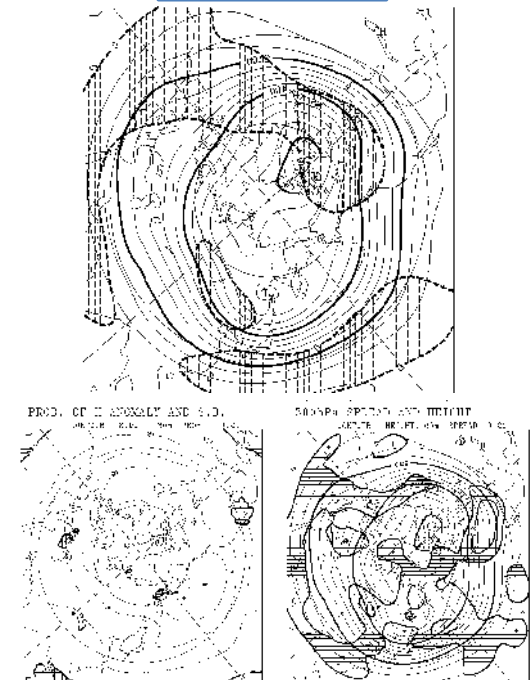
1週目



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週目は日本付近は正偏差だが偏差は小さい。2週目は日本付近は大陸から西日本を中心に広がる負偏差域が覆う。3～4週目は東シナ海から日本の南は負偏差、北・東・西日本付近は正偏差だが、日本付近は偏差は小さい。

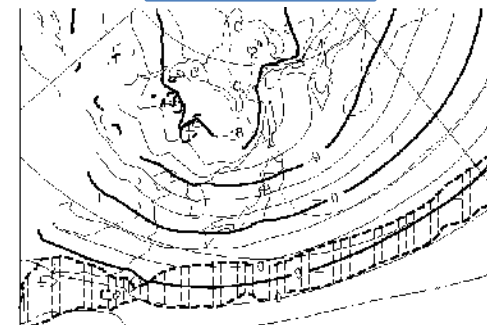
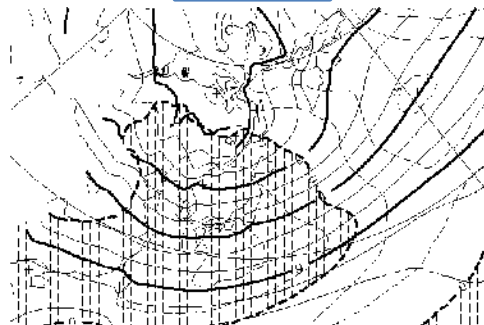
海面気圧は、1週目はオホーツク海付近で低気圧が発達して、北・東日本日本海側を中心に低気圧の影響を受けやすい。また、低気圧の西側では冬型の気圧配置が強まり寒気が流入しやすい。2週目は、オホーツク海付近から東日本付近で負偏差で、北・東日本日本海側を中心に冬型の気圧配置が強まりやすい。一方、東日本太平洋側以南では大陸から張り出す高気圧に覆われやすい。3～4週目も2週目の状況が残るが、「予測の不確実性」があるため、予測をやや弱めて考える。

1週目

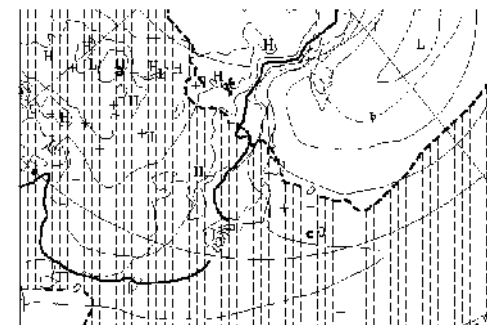
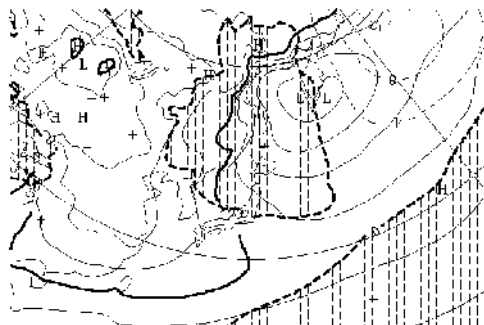
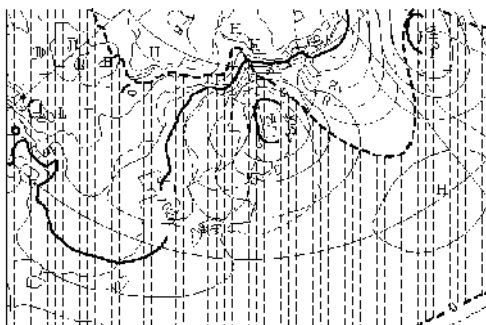
2週目

3～4週目

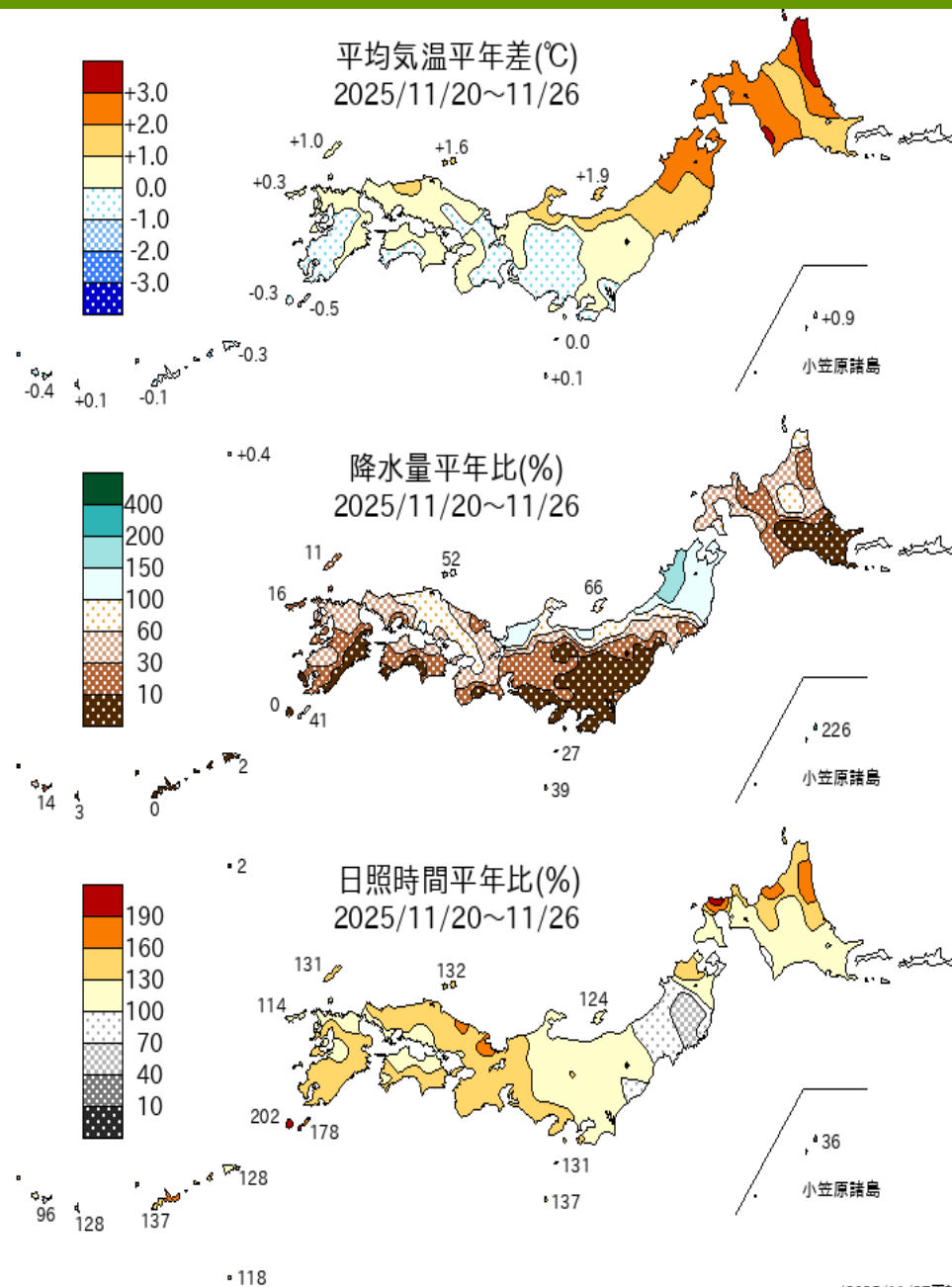
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(11月20日~11月26日)は、日本の北を低気圧が周期的に通過し、期間の前半は本州付近を前線が通過しました。一方、東・西日本を中心に期間の中頃までは高気圧に覆われやすく、期間の終わりになって低気圧や前線が通過しました。北日本の一部で曇りや雨の日が多くなりましたが、全国的に晴れた日が多くなり、日照時間は西日本を中心に平年を上回り、降水量は全国の多くの所で平年を大きく下回りました。気温は、日本の北の低気圧に向かって流れ込んだ暖かい空気の影響で、北日本や東・西日本日本海側を中心に平年を上回りましたが、期間の前半を中心に寒気が残った影響で、東・西日本太平洋側と沖縄・奄美では平年を下回った所がありました。