

全般季節予報支援資料 1か月予報

2025年12月4日

予報期間：12月6日～1月5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、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・西日本太平洋側では、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	20:30:50	30:40:30	30:30:40	40:40:20
	太平洋側		30:40:30	30:40:30	
東日本	日本海側	30:30:40	30:40:30	20:50:30	40:40:20
	太平洋側		40:40:20	20:30:50	
西日本	日本海側	20:40:40	40:40:20	20:30:50	60:30:10
	太平洋側		40:40:20	20:30:50	
沖縄・奄美		20:30:50	40:40:20	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	10:20:70	40:40:20	30:30:40
東日本	20:50:30	20:50:30	30:40:30
西日本	10:40:50	20:40:40	30:40:30
沖縄・奄美	10:20:70	10:40:50	30:40:30

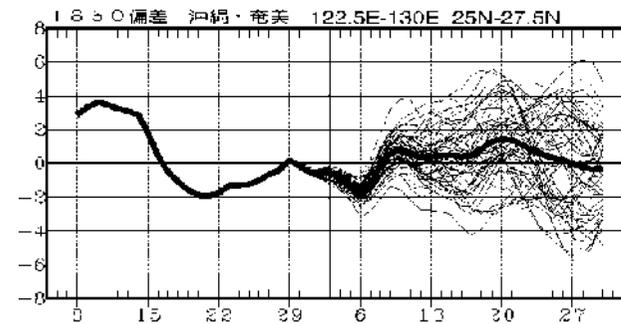
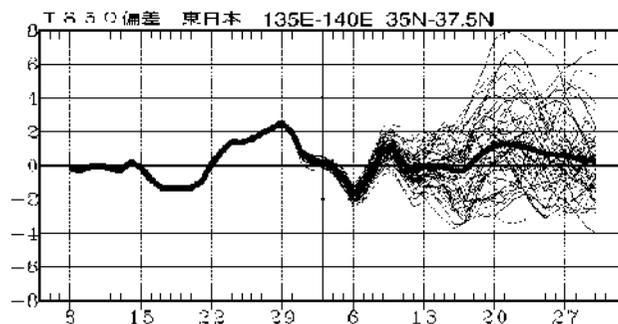
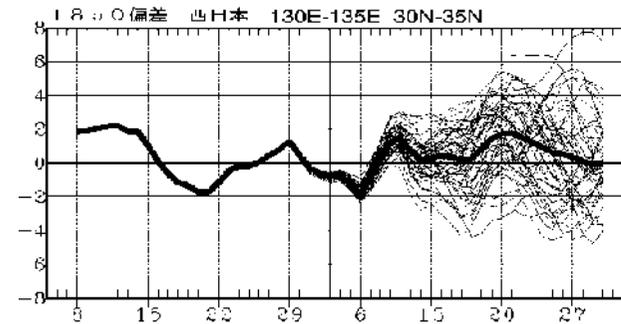
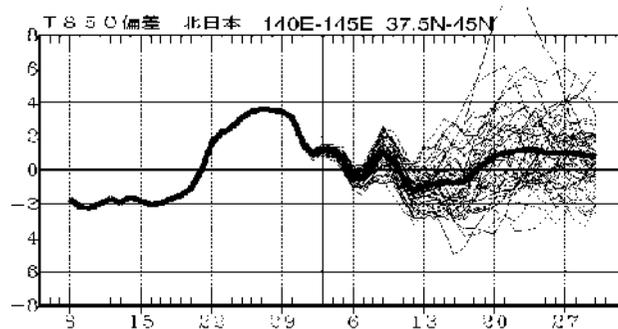
全般1か月予報のポイント

- 寒気の影響を受けにくいいため、向こう1か月の気温は、北日本と沖縄・奄美では高く、西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平年並か少なく、西日本日本海側では少ないでしょう。
- 東日本太平洋側、西日本、沖縄・奄美では、高気圧に覆われやすい時期があり、西日本と沖縄・奄美では寒気の影響を受けにくいいため、向こう1か月の降水量は平年並か少ないでしょう。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。

各週における天候のポイント(気温)

	1週目(12/6~12/12)	2週目(12/13~12/19)	3~4週目(12/20~1/2)
想定される天候(気温)	北・西日本と沖縄・奄美では高い。東日本では平年並。	北日本では平年並か低い。東日本では平年並。西日本では平年並か高く、沖縄・奄美では高い。	・全国的にほぼ平年並。
根拠	北・西日本と沖縄・奄美は、リッジなどに対応して寒気の影響が弱い。(P.12,P.13参照)	北日本は寒気の影響を受けやすいが、西日本と沖縄・奄美は寒気の影響が弱い傾向が続く。(P.12,P.13参照)	(P.12,P.13参照)

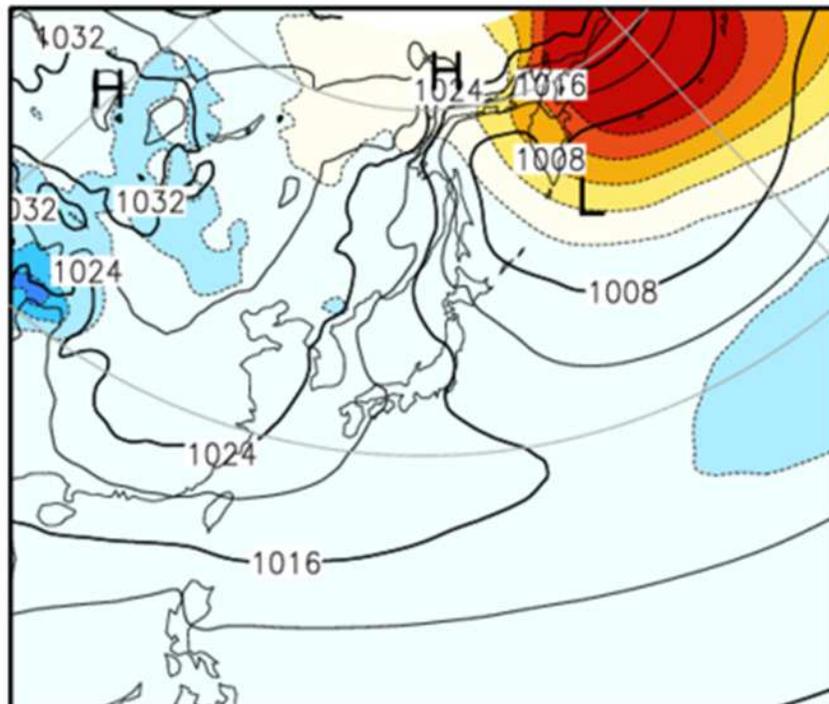
850hPa気温偏差時系列



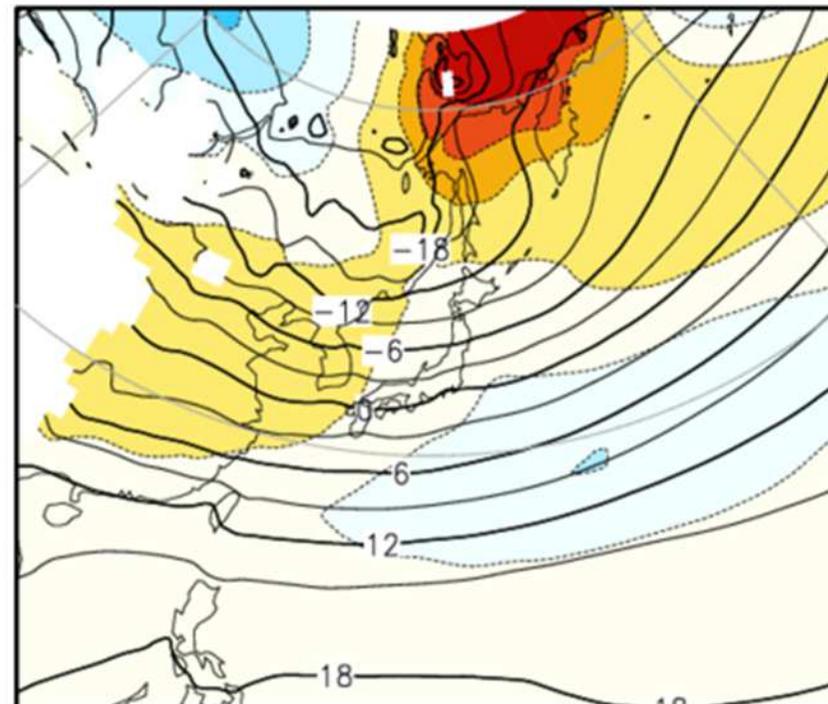
各週における天候のポイント(天気)

	1週目(12/6～12/12)	2週目(12/13～12/19)	3～4週目(12/20～1/2)
想定される天候(天気)	<ul style="list-style-type: none"> ・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、寒気の影響が弱いため、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・西日本太平洋側では、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。 ・沖縄・奄美では、高気圧に覆われやすく、寒気の影響が弱いため、平年に比べ曇りや雨の日が少ないでしょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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、寒気の影響が弱いため、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・西日本太平洋側では、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。 ・沖縄・奄美では、高気圧に覆われやすく、寒気の影響が弱いため、平年に比べ曇りや雨の日が少ないでしょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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・東・西日本太平洋側では、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。 ・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	東日本太平洋側、西日本、沖縄・奄美は高気圧に覆われやすい。西日本日本海側と沖縄・奄美は寒気の影響が弱い。(P.10-P.13参照)	東日本太平洋側、西日本、沖縄・奄美は高気圧に覆われやすい。西日本日本海側は寒気の影響が弱い。(P.10-P.13参照)	全国的に平年と同様の天候を見込む。(P.10-P.13参照)

海面気圧(1か月)



上空約1500mの気温(1か月)

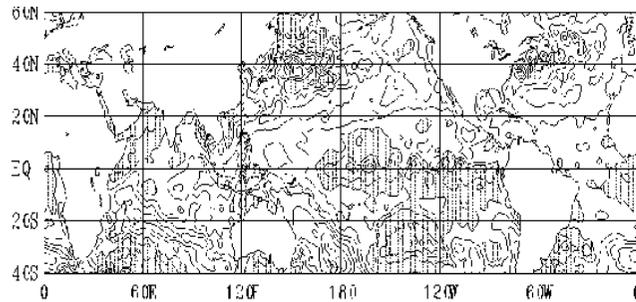


1か月平均の海面気圧(左図)は、日本付近は平年からの隔たりが小さいですが、日本の南では相対的に気圧が高く、東日本太平洋側から沖縄・奄美では高気圧に覆われやすい時期があるでしょう。

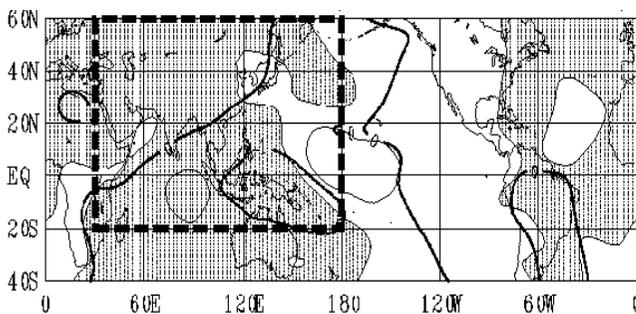
上空約1500mの気温(右図)は、東シベリアから華中付近を中心に平年より高く、北・西日本と沖縄・奄美では寒気の影響を受けにくいでしょう。一方、日本の南東海上は平年より低いと予測されています。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

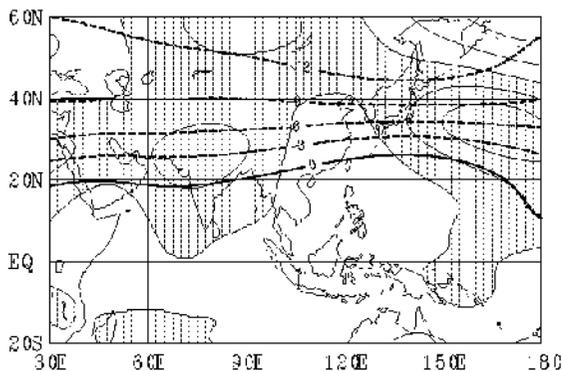
SST偏差



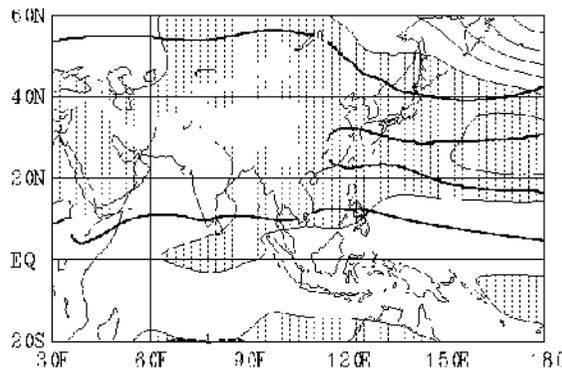
200hPa速度ポテンシャル



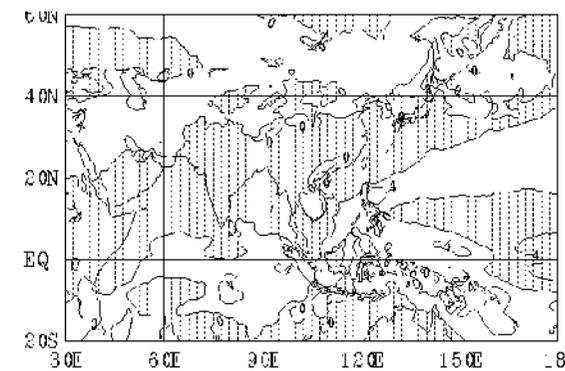
200hPa流線関数



850hPa流線関数



降水量



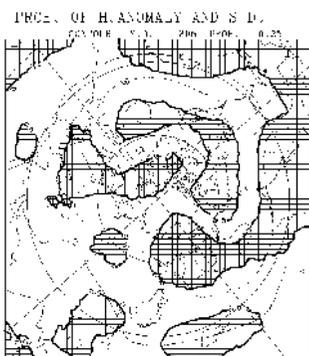
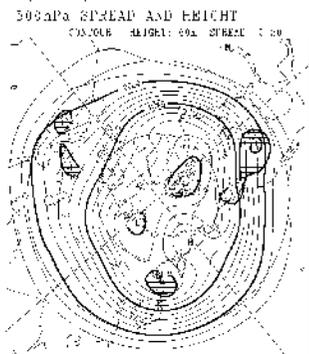
SST偏差は、太平洋熱帯域はラニーニャ現象的分布。インド洋は、東部の正偏差は継続しているが、西部の負偏差は弱まってきている。

200hPa速度ポテンシャルは、インド洋東部を中心に上層発散偏差、日付変更線付近を中心に上層収束偏差。SST偏差と熱帯季節内変動の影響。

200hPa流線関数は、インドの北で低気圧性循環偏差、華中付近で高気圧性循環偏差、日本のはるか東で低気圧性循環偏差。1週目を中心としたロスビー波東伝播の影響。

850hPa流線関数は、日本の南東海上で低気圧性循環偏差で、等価順圧構造。東日本太平洋側以西は南からの湿った空気の影響を受けにくい。

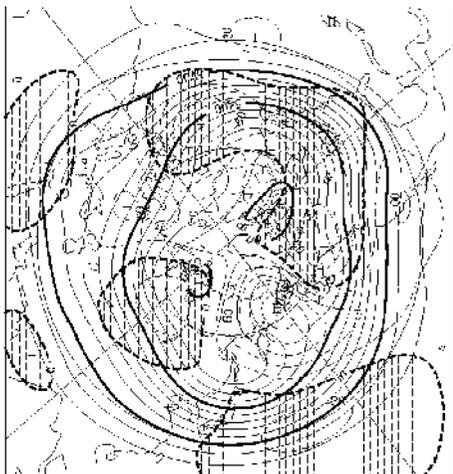
降水量は、インド洋南東部とフィリピン付近で多雨偏差。東日本太平洋側から沖縄・奄美で少雨偏差。



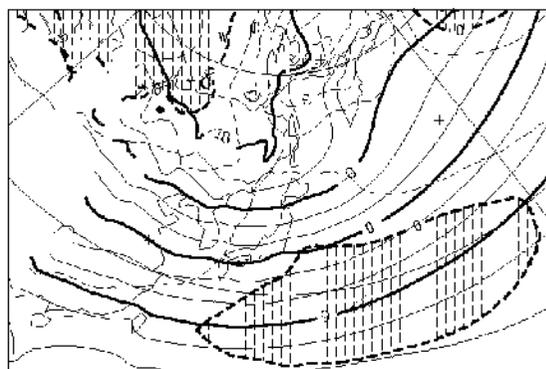
500hPa高度は、東シベリアに優勢なリッジ、中央シベリアに分裂した極渦の1つがあり、オホーツク海にトラフがのびる。サハリン付近ではスプレッドが大きく、リッジの南のトラフについては不確実性が大きい。また、華中付近では正偏差、日本のはるか東は負偏差が広がる。850hPa気温は、東シベリアと朝鮮半島から華中付近を中心に正偏差で、北・西日本と沖縄・奄美では寒気の影響を受けにくい。一方、日本の南東海上では負偏差。

海面気圧は、日本付近は負偏差だが偏差は小さい。日本の南は相対的に気圧が高く、東日本太平洋側から沖縄・奄美では高気圧に覆われやすい。

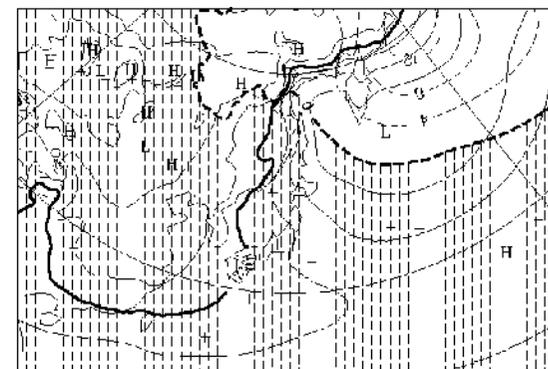
500hPa高度



850hPa気温

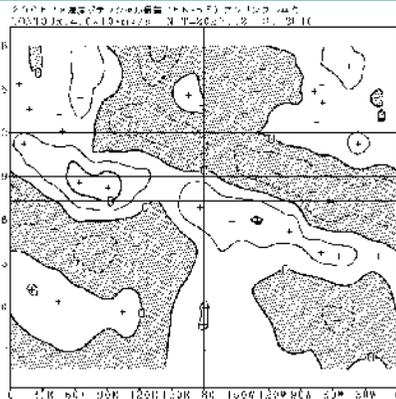


海面気圧



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、熱帯季節内変動に伴う収束偏差域が1週目に太平洋へ東進。発散偏差域は、1週目から3~4週目にかけてインド洋から大西洋へ東進する。

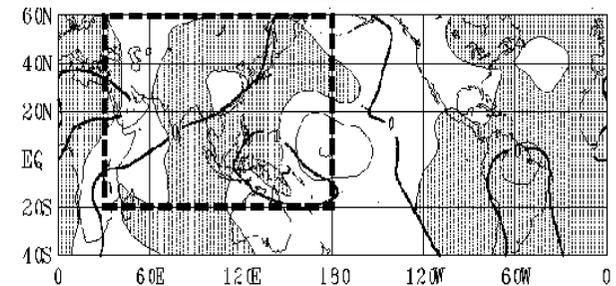
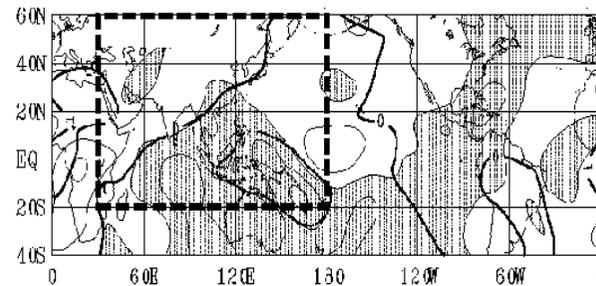
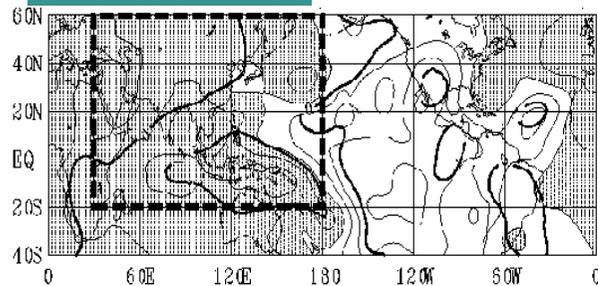
降水量は、1週目から3~4週目にかけて、インド洋南東部やフィリピン付近で多雨偏差、1週目から2週目は日本の南を中心に少雨偏差が続く。

200hPa速度ポテンシャル

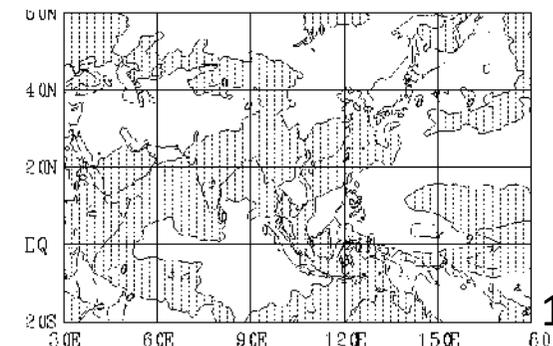
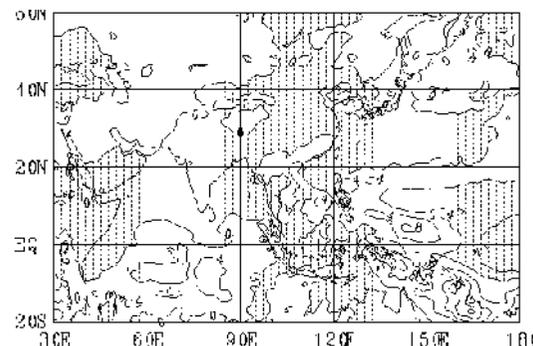
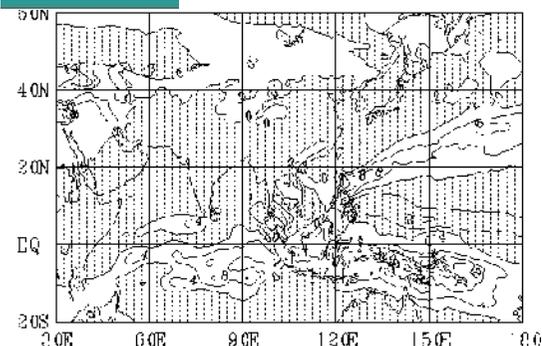
1週目

2週目

3~4週目



降水量

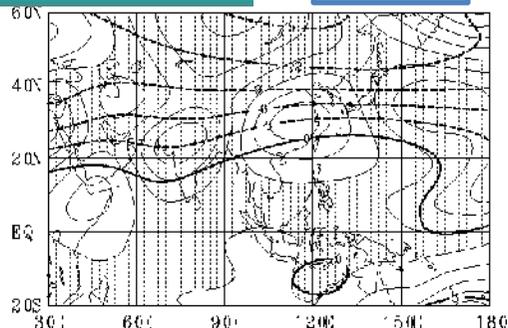


200hPa流線関数は、1週目は亜熱帯ジェット気流沿いの波束伝播の影響で、華中付近で高気圧性循環偏差、日本のはるか東で低気圧性循環偏差。2週目は位相が東へ移り、東シナ海付近が高気圧性循環偏差となる。3~4週目は日本のはるか東で低気圧性循環偏差が続く。

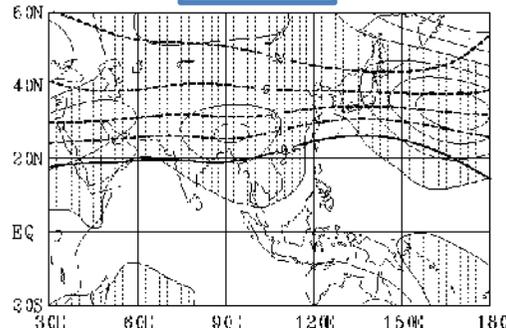
850hPa流線関数は、1週目はフィリピン付近から日本の南東海上で低気圧性循環偏差。2週目以降は日本のはるか東が低気圧性循環偏差で、上層の低気圧性循環偏差に対応。

200hPa流線関数

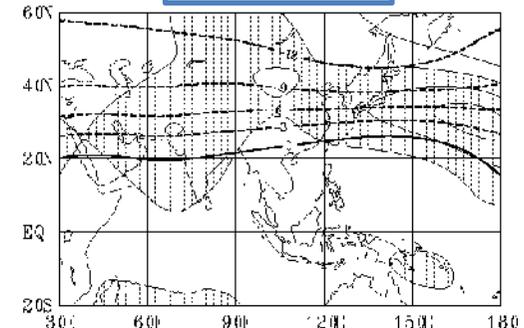
1週目



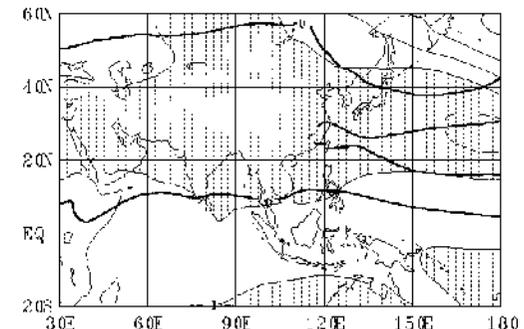
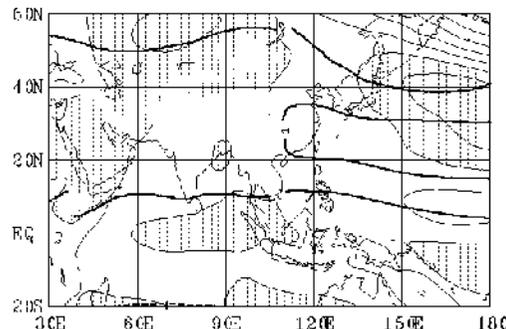
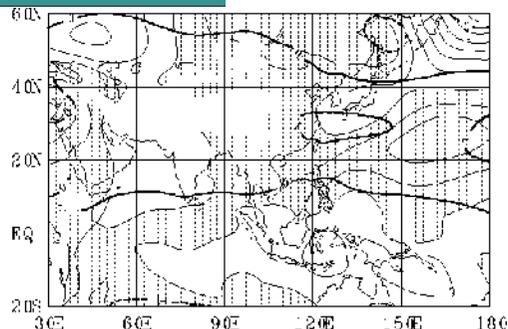
2週目



3~4週目



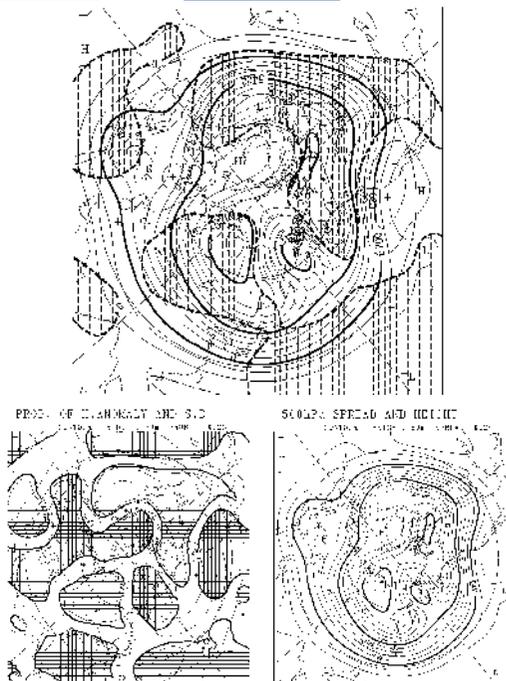
850hPa流線関数



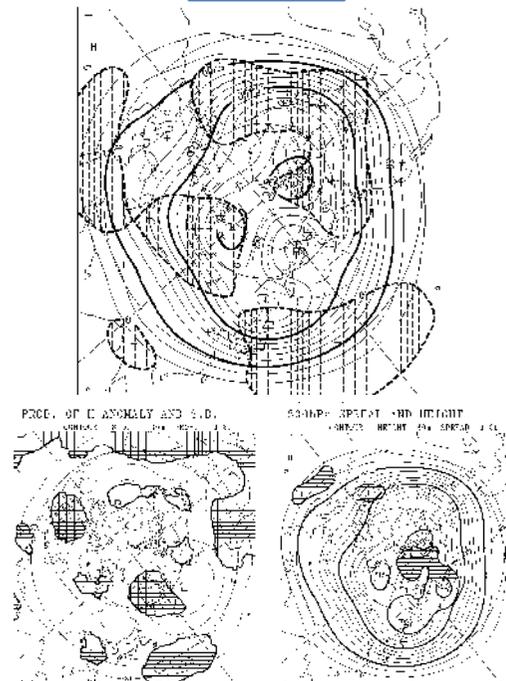
500hPa高度は、1週目は、東シベリアにブロッキング高気圧、中央シベリアに極渦の1つがあり、サハリン付近にトラフがのびる。一方、中国南部から本州付近は正偏差。日本の南東海上は負偏差。2週目も1週目と概ね同様の傾向だが、日本の東でトラフが深まる。3~4週目は、ベーリング海にリッジが残り、東シナ海から日本の南東海上は広く負偏差。2週目以降は東シベリアやサハリン付近でスプレッドが大きく、リッジとその南のトラフの動向は不確実性が大きい。

500hPa高度

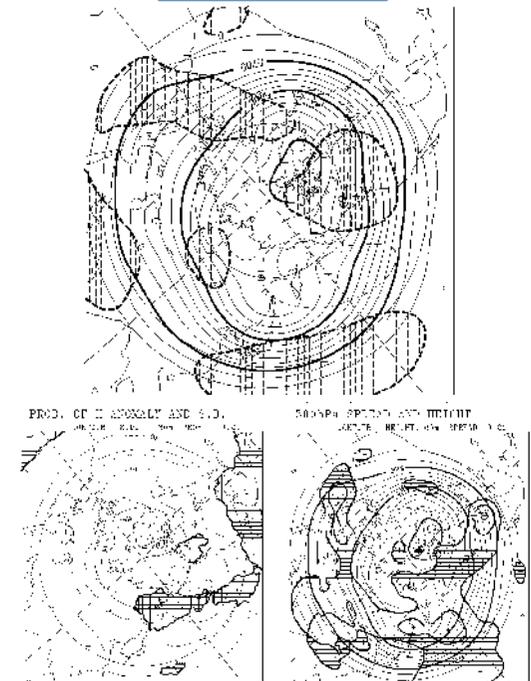
1週目



2週目



3~4週目



850hPa気温は、1週目は華中付近を中心に正偏差だが、日本の南東海上は負偏差。2週目は、北日本中心に負偏差に転じるが、沖縄・奄美を中心に正偏差が続く。3～4週目は、日本の北を中心に正偏差だが、日本付近の偏差は小さい。

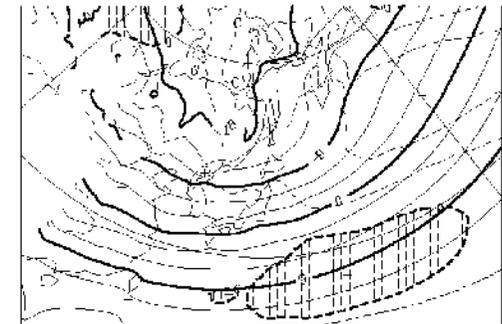
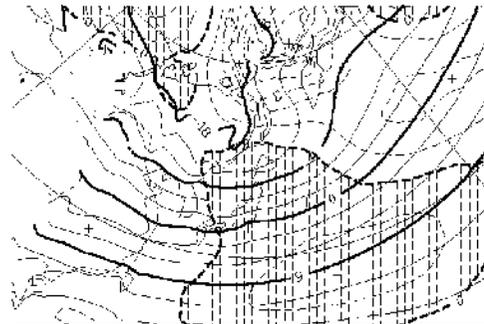
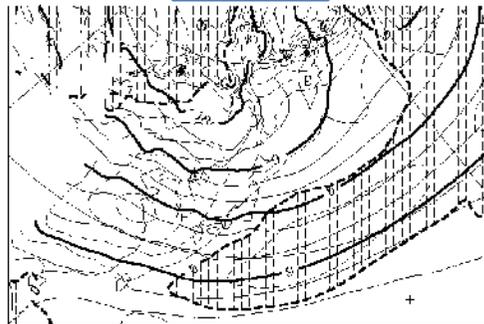
海面気圧は、1週目はオホーツク海北部で低気圧が発達するが、東日本太平洋側以西は高気圧に覆われやすい。2週目は、日本付近は負偏差だが偏差は小さく、日本の南では等圧線が東へ張り出し、東日本太平洋側以西は引き続き高気圧に覆われやすい。3～4週目は、日本付近の偏差は小さい。

1週目

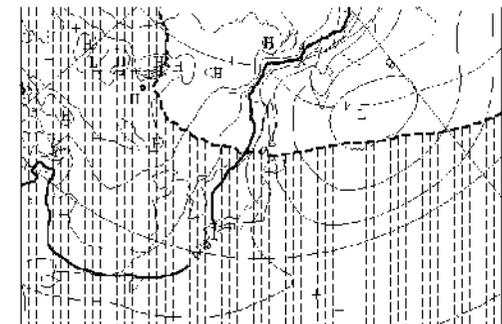
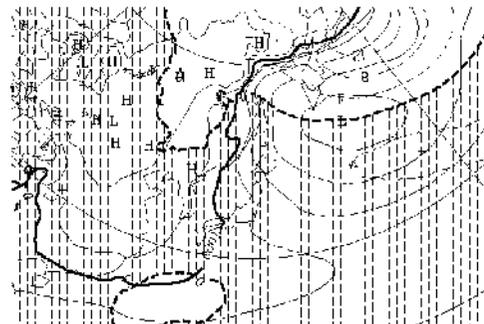
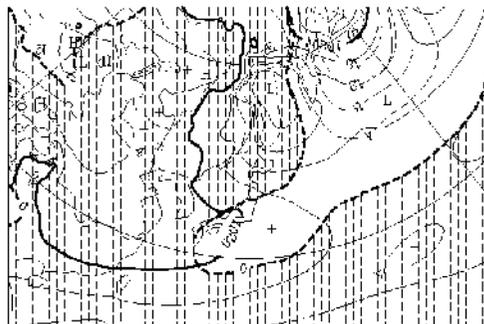
2週目

3～4週目

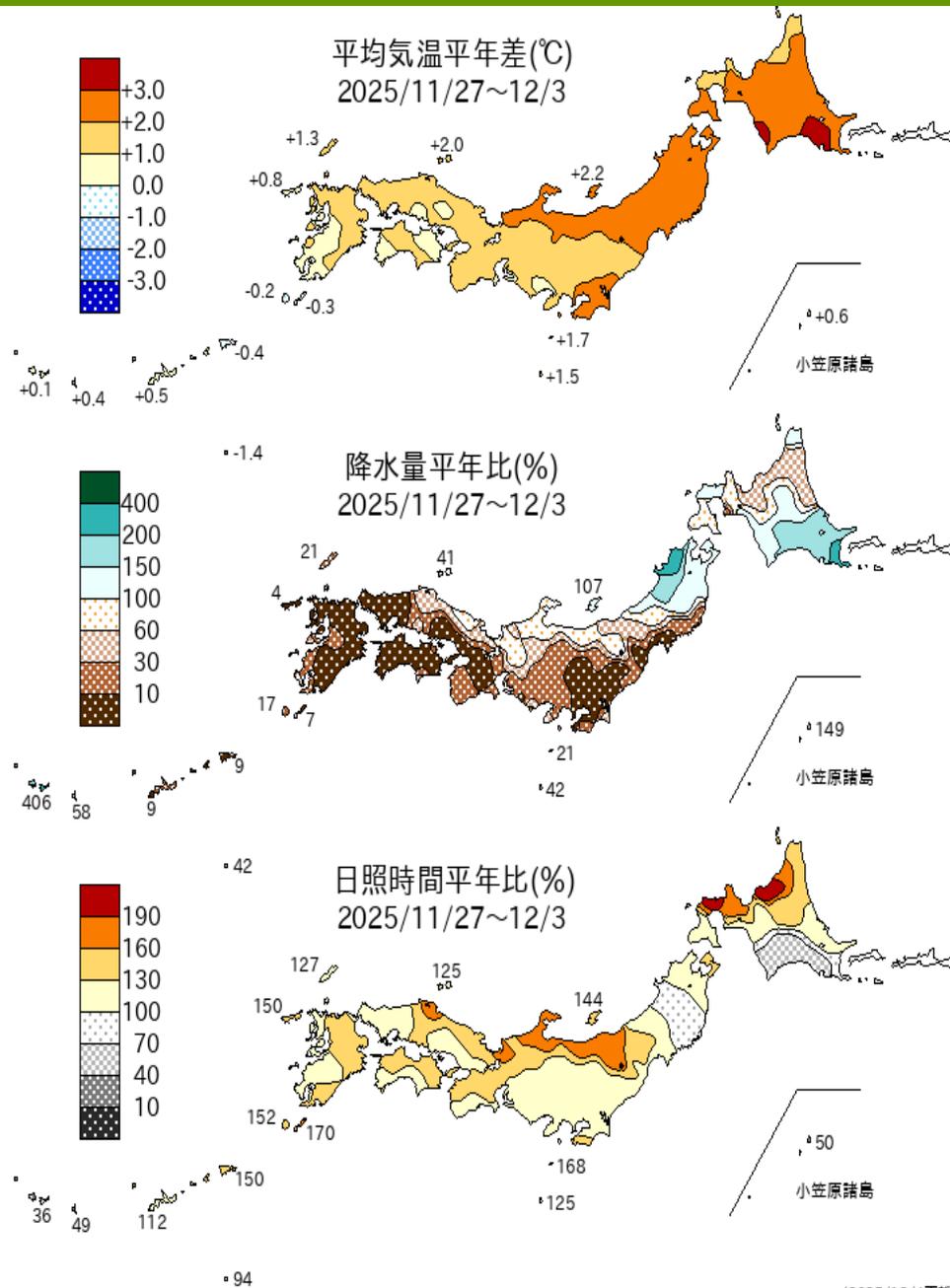
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(11月27日~12月3日)は、低気圧が周期的に北海道付近を通過し、北日本を中心に南から暖かい空気が流れ込みやすかったため、気温は全国的に平年を上回り、北日本では大きく上回りました。北日本では低気圧の影響で、降水量が平年を上回り、日照時間が平年を下回る所がありました。東日本から沖縄・奄美では、低気圧や前線の影響が弱く、高気圧に覆われやすかったため、降水量は東日本太平洋側や西日本を中心に平年を大きく下回り、日照時間は東日本日本海側を中心に平年を大きく上回りました。12月3日は冬型の気圧配置が強まり、日本海側を中心に雪や雨となりました。