

全般季節予報支援資料 1か月予報

2025年12月11日

予報期間：12月13日～1月12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・東・西日本では、2週目は気温がかなり高くなる可能性があります。

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。

北日本太平洋側では、平年に比べ晴れの日が少ないでしょう。

東日本太平洋側では、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。

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 太平洋側	20:30:50	40:40:20 20:30:50	20:40:40 40:40:20	40:40:20
東日本	日本海側 太平洋側	20:30:50	40:40:20 20:30:50	20:40:40 30:30:40	50:30:20
西日本	日本海側 太平洋側	20:30:50	30:40:30 30:30:40	20:40:40 20:40:40	50:30:20
沖縄・奄美		30:30:40	30:40:30	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	20:50:30	10:10:80	30:30:40
東日本	20:50:30	10:20:70	30:30:40
西日本	10:50:40	10:20:70	30:30:40
沖縄・奄美	20:50:30	20:40:40	30:40:30

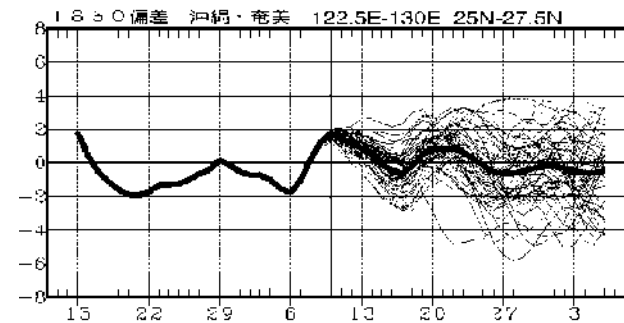
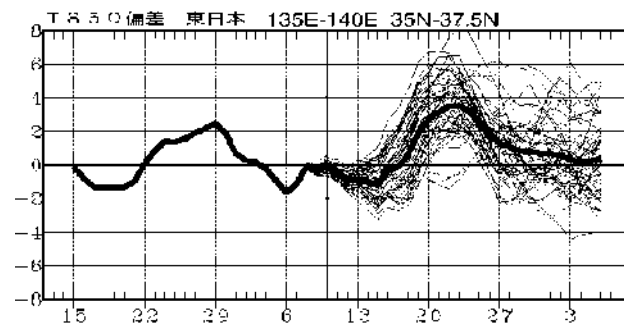
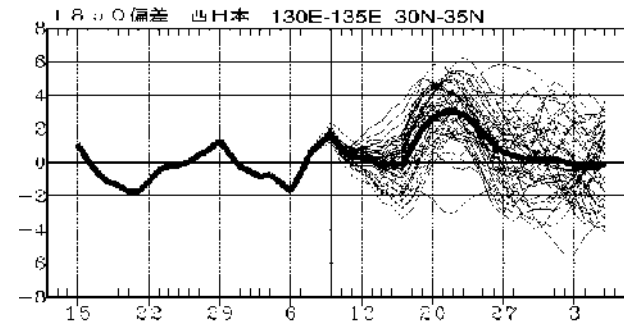
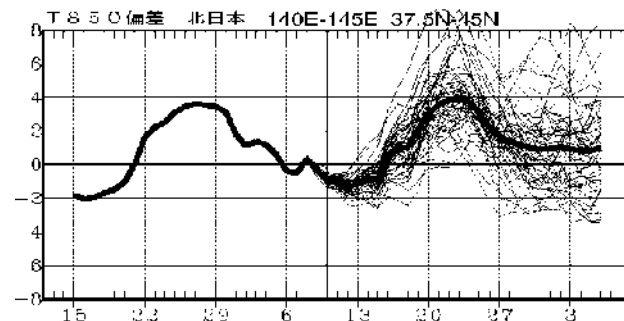
全般1か月予報のポイント

- 寒気の影響を受けにくいいため、北・東・西日本では、向こう1か月の気温が高いでしょう。特に、2週目は気温がかなり高くなる可能性があります。また、向こう1か月の降雪量は東・西日本日本海側では少なく、北日本日本海側では平年並か少ないでしょう。
- 冬型の気圧配置が長続きしないため、向こう1か月の日照時間は、北・東・西日本日本海側では平年並か多いでしょう。また、向こう1か月の降水量は、北・東日本日本海側では平年並か少ないでしょう。
- 低気圧の影響を受けやすい時期があるため、向こう1か月の降水量は、北・東日本太平洋側では多いでしょう。また、向こう1か月の日照時間は、北日本太平洋側では平年並か少ないでしょう。
- 西日本太平洋側と沖縄・奄美では、高気圧に覆われやすい時期があるため、向こう1か月の日照時間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(12/13~12/19)	2週目(12/20~12/26)	3~4週目(12/27~1/9)
想定される 天候 (気温)	全国的に平年並。	北・東・西日本では高く、かなり高くなる可能性がある。 沖縄・奄美では平年並か高い。	全国的にほぼ平年並。
根拠	(P.12,P.13参照)	上空のリッジに対応して、 北・東・西日本を中心に寒気の影響を受けにくい。 (P.12,P.13参照)	予測のばらつきが大きく、不確実性が高い。(P.12,P.13参照)

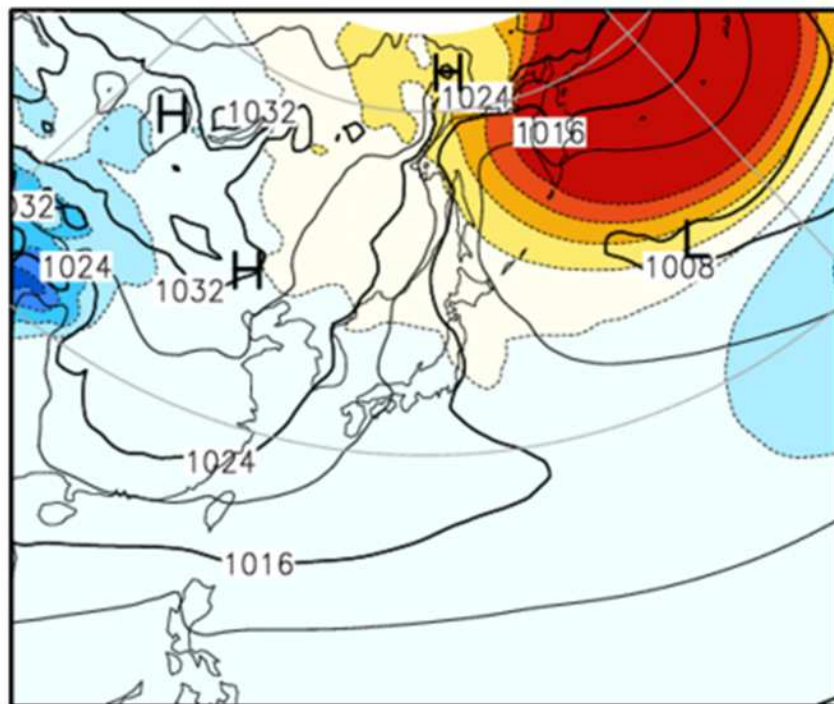
850hPa気温 偏差時系列



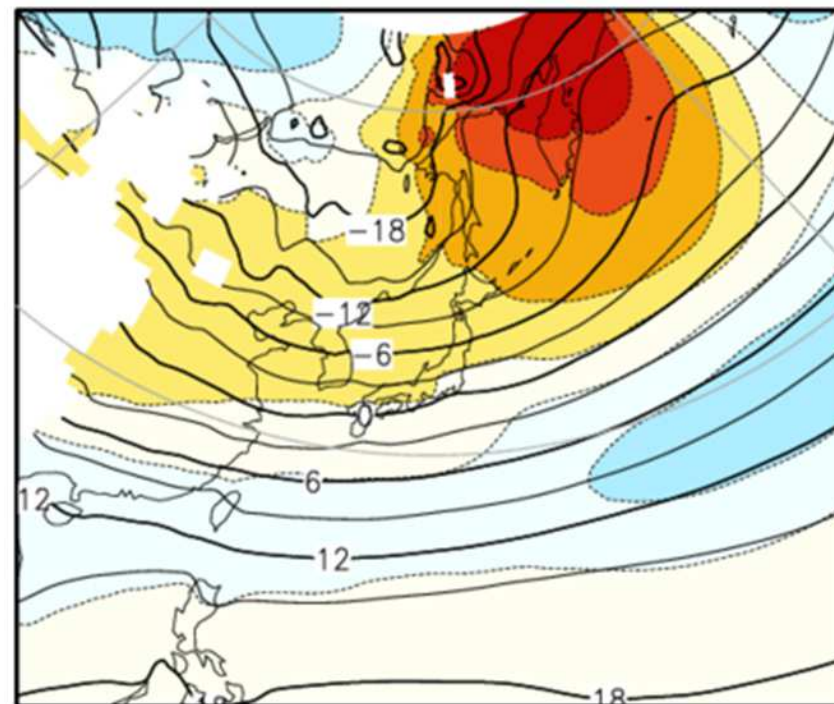
各週における天候のポイント(天気)

	1週目(12/13～12/19)	2週目(12/20～12/26)	3～4週目(12/27～1/9)
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・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、冬型の気圧配置が長続きしないため、平年に比べ曇りや雪の日が少ないでしょう。 ・東日本日本海側では、冬型の気圧配置が長続きしないため、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・東日本太平洋側では、低気圧の影響を受けやすいため、平年に比べ晴れの日が少ないでしょう。 ・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。 	<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。北・東日本太平洋側は、低気圧の影響で多雨傾向。(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長続きせず、寒気の影響を受けにくい。北・東日本太平洋側を中心に、低気圧の影響を受けやすい。(P.10-P.13参照)	予測のばらつきが大きく、全国的に平年と同程度の天候見込む。(P.10-P.13参照)

海面気圧(1か月)



上空約1500mの気温(1か月)

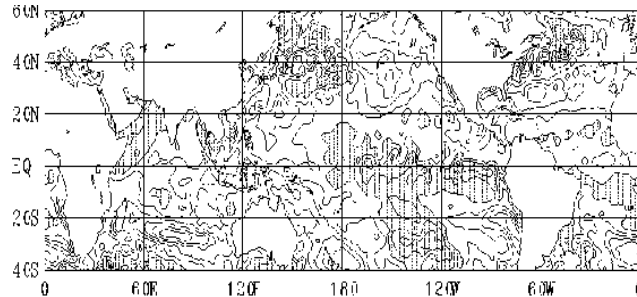


1か月平均の海面気圧(左図)は、アリューシャン低気圧が平年より弱く、シベリア高気圧も東シナ海付近への張り出しが弱いと予測されており、日本付近は冬型の気圧配置が長続きしないでしょう。北・東日本太平洋側では、低気圧の影響を受けやすい時期があるでしょう。

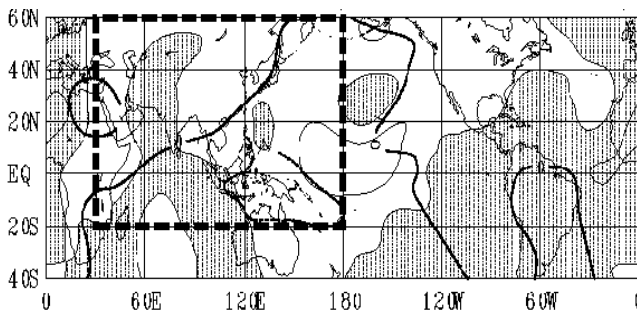
上空約1500mの気温(右図)は、東シベリア付近を中心に、北・東・西日本では平年より高いと予測されています。一方、日本の南は平年より低く、沖縄・奄美では平年からの隔たりが小さいと予測されています。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

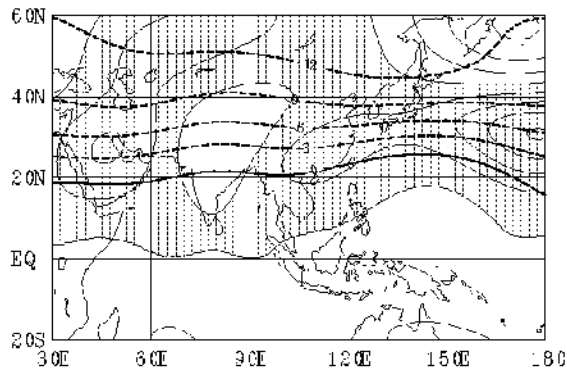
SST偏差



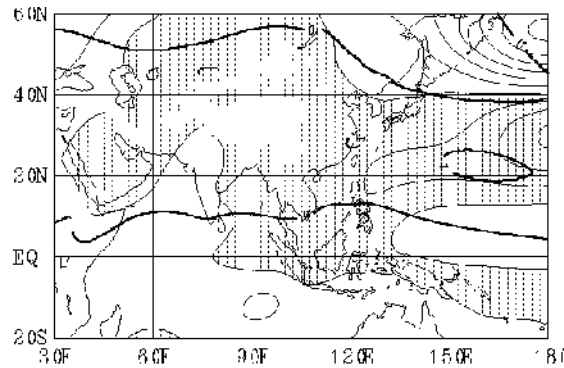
200hPa速度ポテンシャル



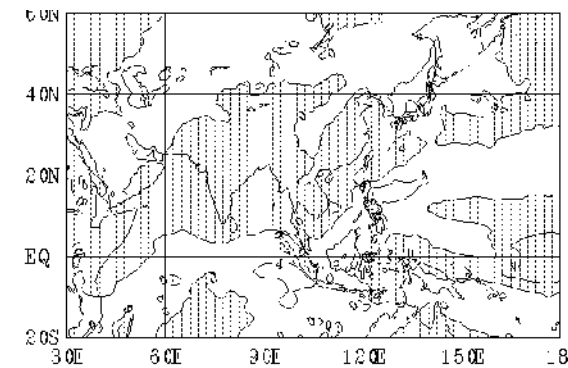
200hPa流線関数



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、北西部を除いて概ね正偏差。

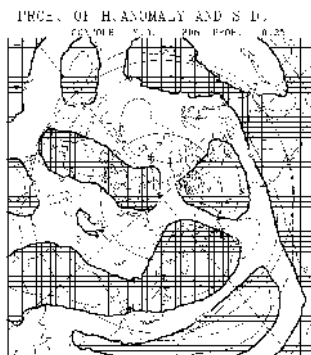
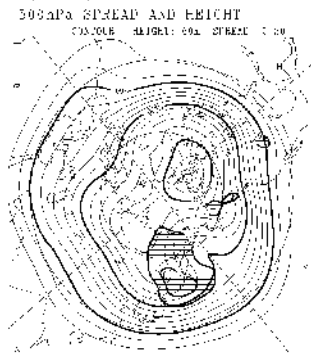
200hPa速度ポテンシャルは、日付変更線付近で上層収束偏差となっている他は、偏差が小さい。

200hPa流線関数は、インドの北で高気圧性循環偏差、華南付近と日本のはるか東を中心に低気圧性循環偏差。1週目から2週目のロスビー波束伝播の影響。

850hPa流線関数は、日本のはるか東で低気圧性循環偏差で、等価順圧構造。

降水量は、インドネシア付近とフィリピン付近で多雨偏差。北・東日本太平洋側を中心に多雨偏差、北・東日本日本海側で少雨偏差。

予報資料の解釈(1か月) 北半球循環場

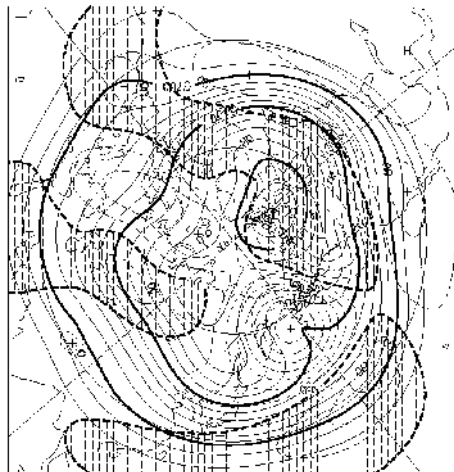


500hPa高度は、東シベリアに優勢なリッジ、中央シベリアに分裂した極渦の1つがあり、華南からミッドウェー諸島付近にかけて、東西に広く負偏差が広がる。東シベリアから千島近海ではスプレッドが大きく、リッジやその西のトラフの動向については不確実性が高い。

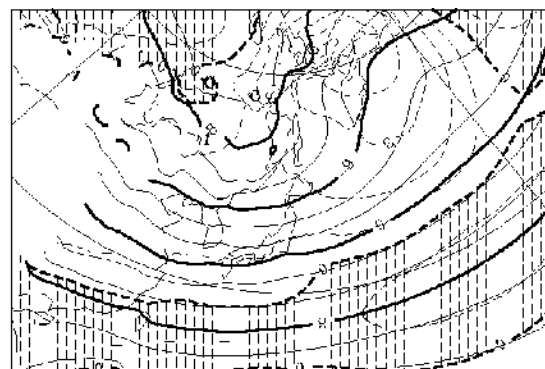
850hPa気温は、東シベリアを中心に、北・東・西日本は正偏差で寒気の影響を受けにくい。一方、日本の南は負偏差が広がり、沖縄・奄美は偏差が小さい。

海面気圧は、ベーリング海を中心に正偏差で、アリューシャン低気圧が弱い。シベリア高気圧も東シナ海付近への張り出しが弱く、日本付近は冬型の気圧配置が長続きしない。北・東日本太平洋側では、低気圧の影響を受けやすい時期がある。

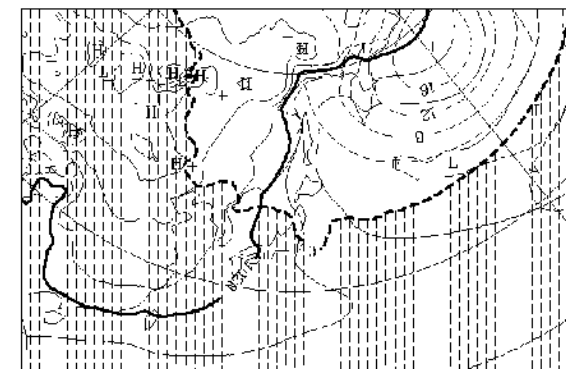
500hPa高度



850hPa気温

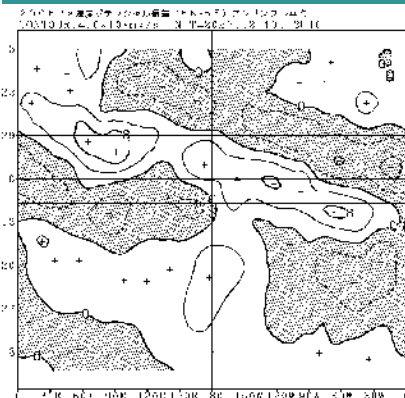


海面気圧



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、熱帯季節内変動に伴う発散偏差域が2週目にかけて大西洋へ東進、3～4週目はインド洋まで東進する。収束偏差域は不明瞭ながら1週目から3～4週目にかけてインド洋から太平洋、大西洋へ東進する。

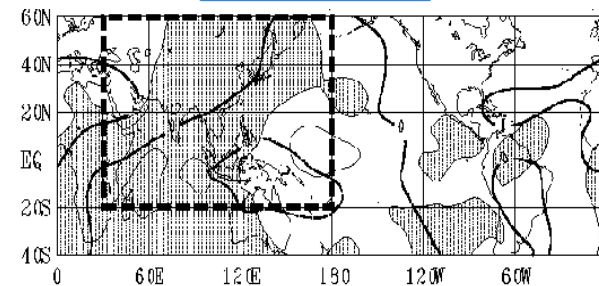
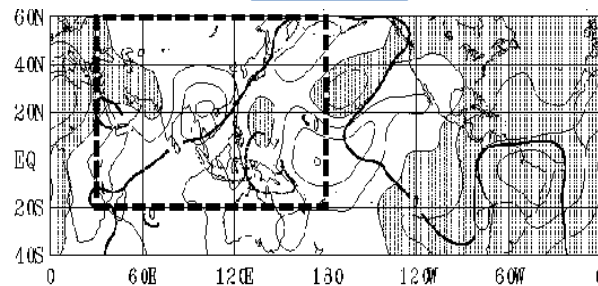
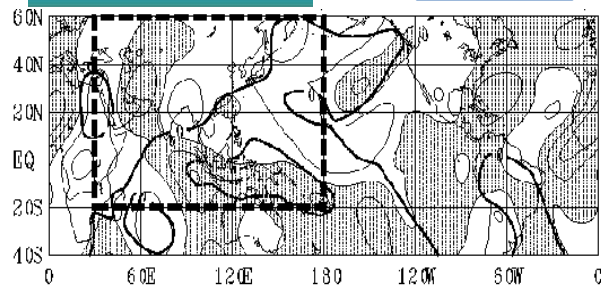
降水量は、1週目と3～4週目はフィリピン付近で多雨偏差。2週目はフィリピンの東から本州南岸で多雨偏差。北・東日本日本海側は少雨偏差。

200hPa速度ポテンシャル

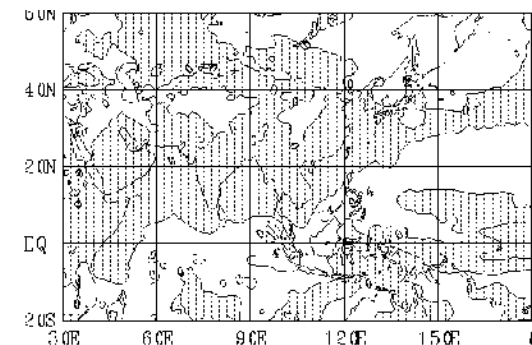
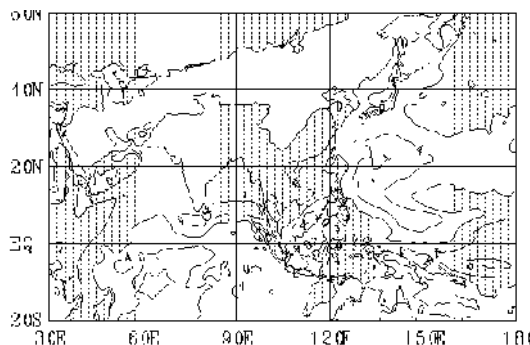
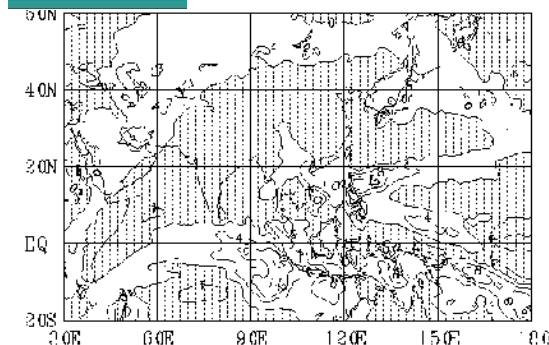
1週目

2週目

3～4週目



降水量



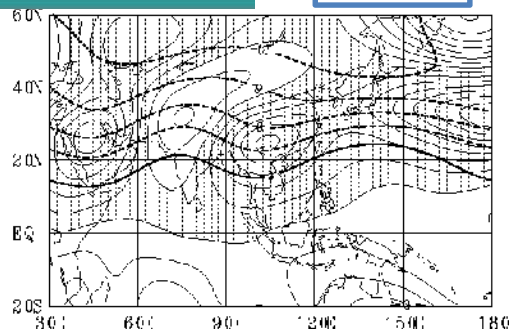
予報資料の解釈(各週) 熱帯循環場

200hPa流線関数は、亜熱帯ジェット気流沿いの波束伝播の影響で、1週目はインドシナ半島の北と日本の東で低気圧性循環偏差、東シナ海で相対的な高気圧性循環偏差。2週目は位相が東へ移り、北・東日本で高気圧性循環偏差となる。3～4週目はベンガル湾の北で高気圧性循環偏差、日本の南東で低気圧性循環偏差。

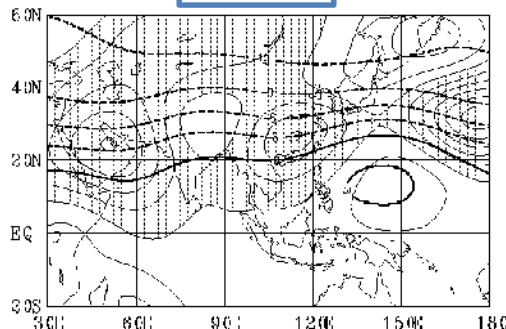
850hPa流線関数は、日本付近は等価順圧構造で、1週目は日本の東を中心に低気圧性循環偏差、2週目は北・東日本で高気圧性循環偏差、3～4週目は日本の南東で低気圧性循環偏差となる。

200hPa流線関数

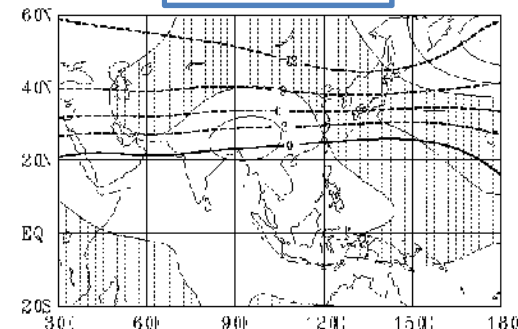
1週目



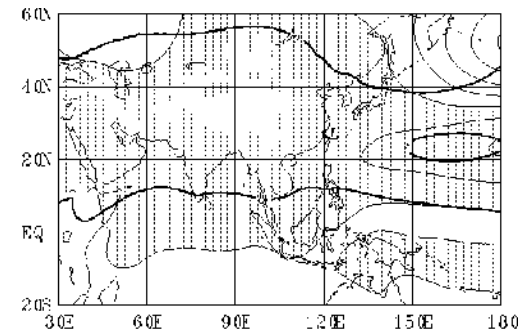
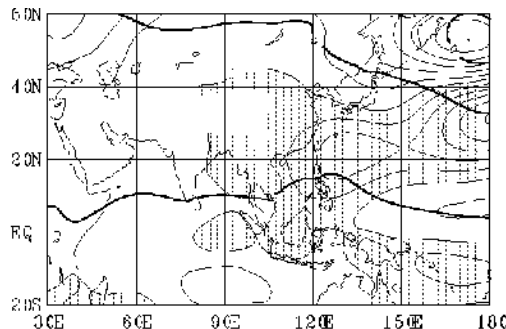
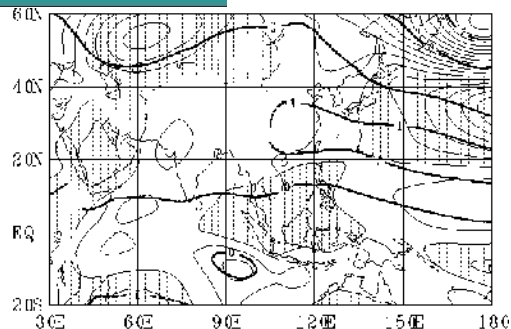
2週目



3～4週目



850hPa流線関数

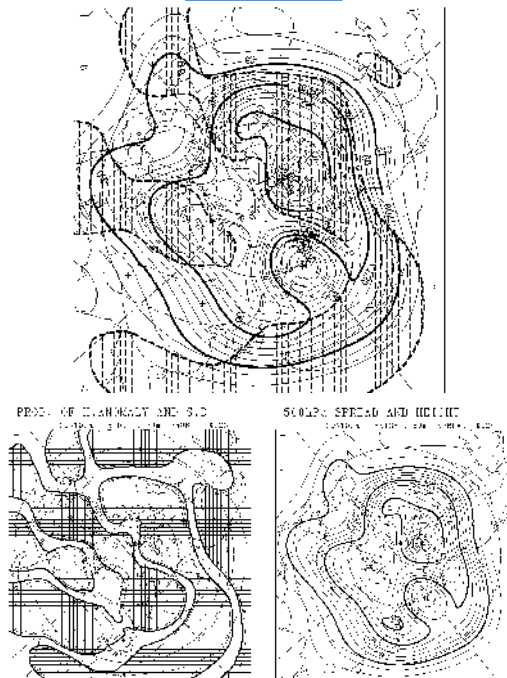


予報資料の解釈(各週) 北半球循環場

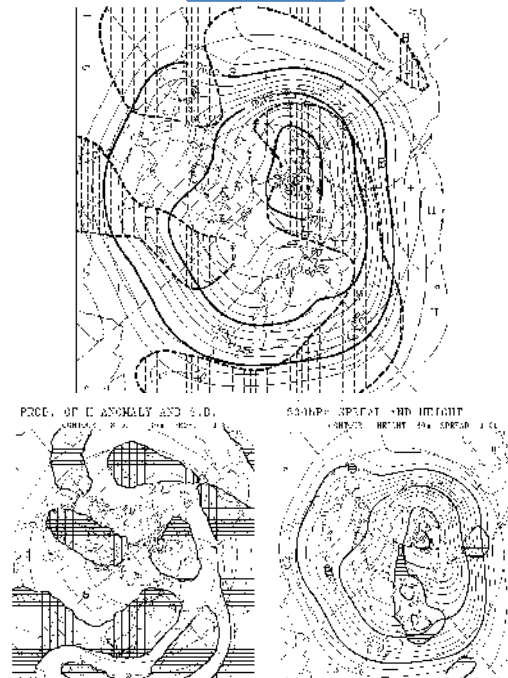
500hPa高度は、1週目は東シベリアにブロッキング高気圧があり、その南は広く負偏差。また、中央シベリアに極渦の1つがあり、中国東北区は正偏差。2週目はカムチャツカの東がリッジとなり、西からの波束伝播により本州付近で正偏差が強まる。3～4週目はベーリング海でリッジ、華南からミッドウェー諸島付近にかけて、東西に広く負偏差が広がる。2週目以降は千島近海を中心にスプレッドが大きく、3～4週目は日本付近で特に不確実性が大きい。

500hPa高度

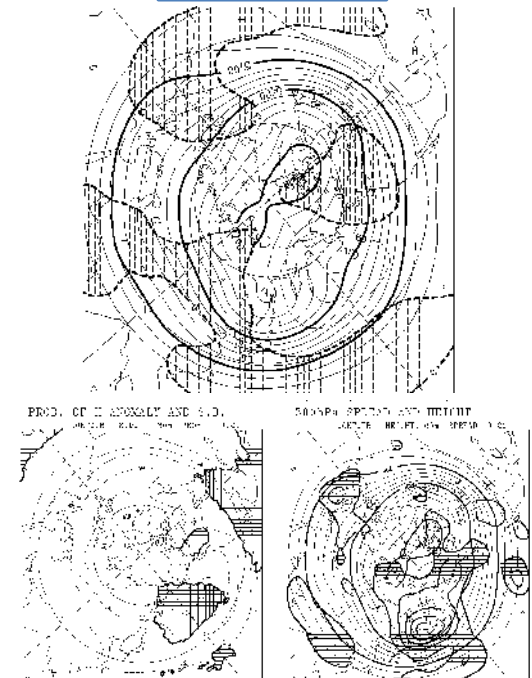
1週目



2週目



3～4週目



予報資料の解釈(各週) 日本周辺循環場

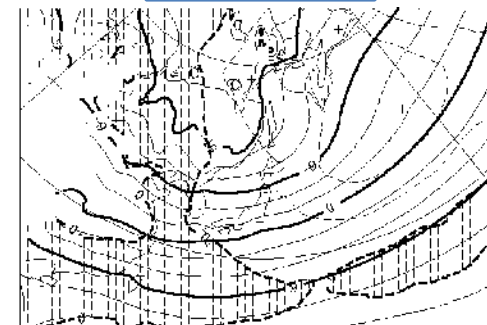
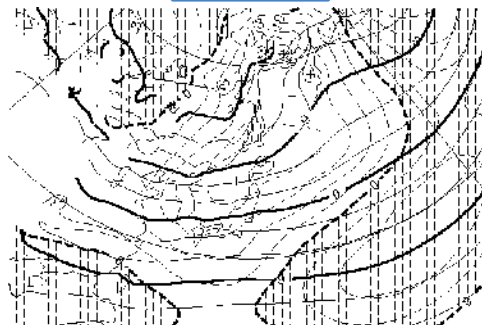
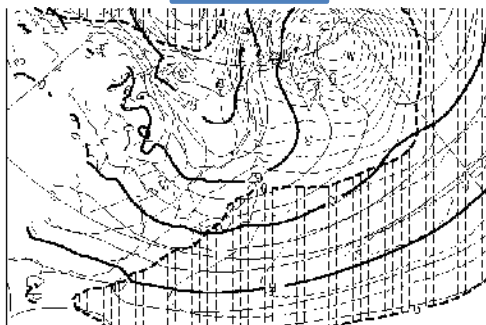
850hPa気温は、1週目は日本の北から大陸で正偏差の一方、日本の南東を中心に負偏差で、日本付近の偏差は小さい。2週目は北・東・西日本はリッジに対応した正偏差に覆われ、寒気の影響を受けにくい。3～4週目は、日本の東を中心に正偏差だが、日本付近の偏差は小さい。海面気圧は、1週目は日本の東で低気圧が強く、北・東日本太平洋側を中心に低気圧の影響を受ける時期がある。日本の南では等圧線が東へのび、東日本太平洋側から沖縄・奄美は高気圧に覆われやすい。2週目はアリューシャン低気圧が弱く、シベリア高気圧の東シナ海への張り出しも弱い傾向で、日本付近は冬型の気圧配置が長続きしない。北・東日本太平洋側では、低気圧の影響を受けやすい。3～4週目も冬型の気圧配置が長続きしない傾向が続くが、不確実性が高い。

1週目

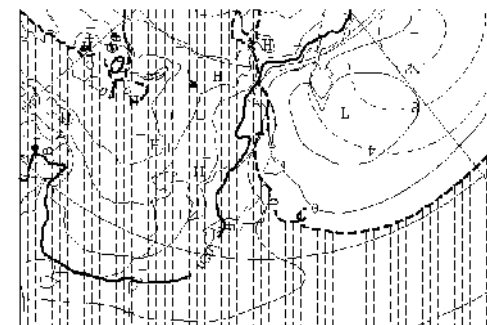
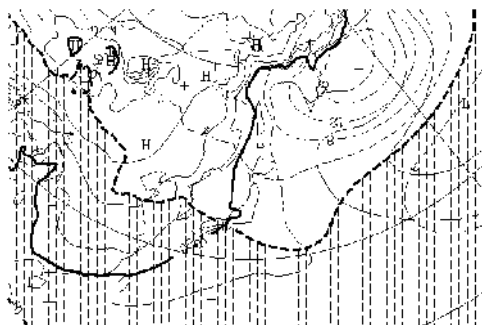
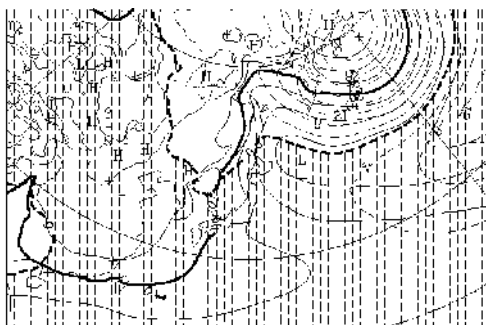
2週目

3～4週目

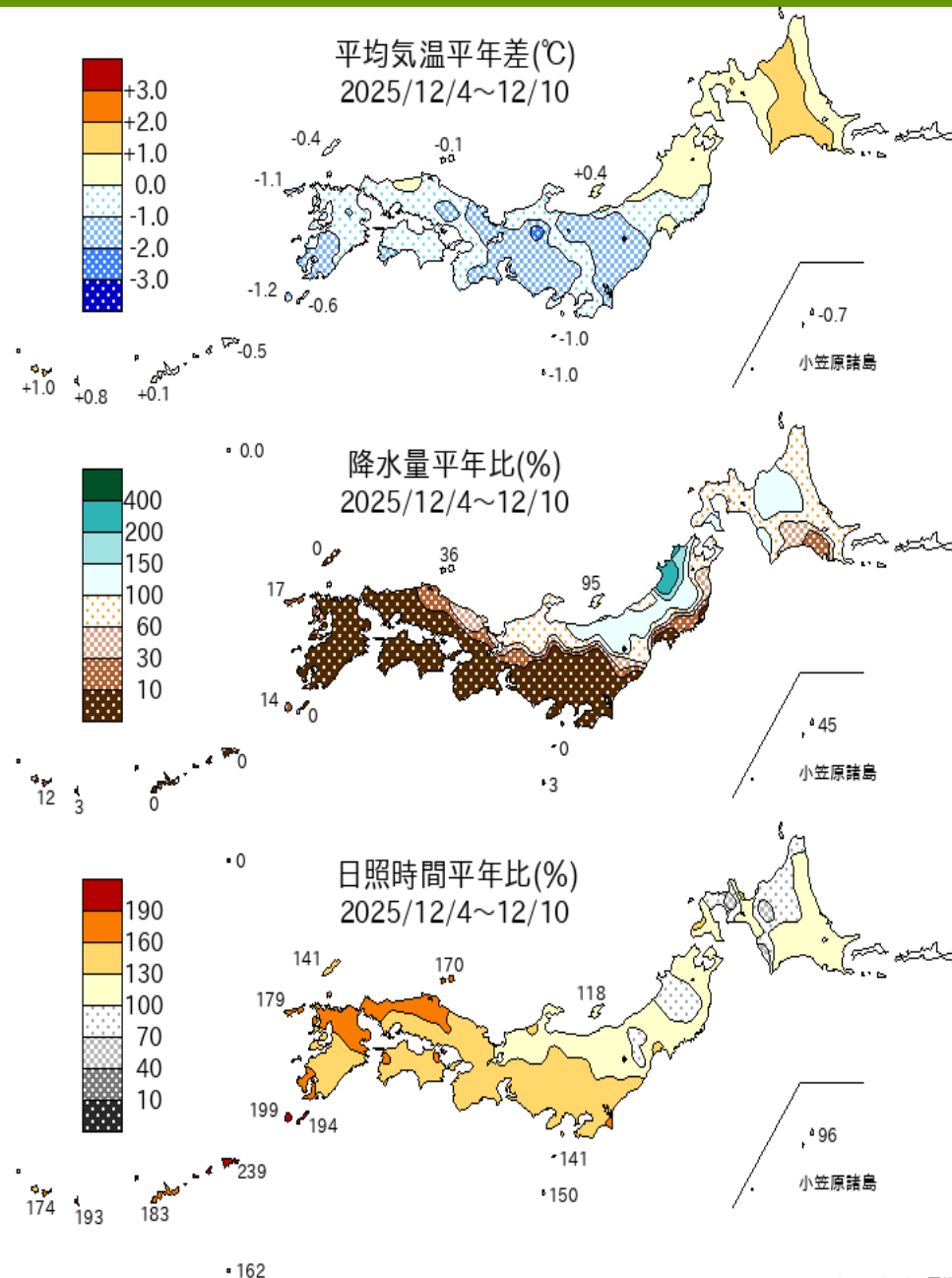
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(12月4日~12月10日)は、4日から5日頃に全国的に寒気の影響を受けましたが、7日から8日頃は北日本中心に暖かい空気が流れ込みました。このため、気温は、北日本では平年を上回った所が多く、東・西日本では平年を下回りました。また、東日本太平洋側から沖縄・奄美を中心に、移動性の高気圧に覆われやすかったため、降水量は平年を大きく下回り、日照時間は平年を大きく上回った所がありました。一方、北日本日本海側は低気圧の影響を受けやすく、降水量は平年を上回り、日照時間は平年を下回った所がありました。