

全般季節予報支援資料 1か月予報

2025年12月18日

予報期間：12月20日～1月19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、期間の前半は気温がかなり高くなる見込みです。

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雪または雨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・東・西日本太平洋側では、平年に比べ晴れの日が少ないでしょう。
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	10:30:60	30:30:40 10:40:50	30:30:40 50:30:20	40:40:20
東日本	日本海側 太平洋側	10:30:60	30:40:30 10:40:50	30:30:40 50:30:20	40:40:20
西日本	日本海側 太平洋側	20:30:50	30:30:40 20:40:40	40:30:30 40:40:20	40:30:30
沖縄・奄美		20:40:40	30:40:30	40:30:30	

気温	1週目(%)	2週目(%)	3～4週目(%)
	低 並 高	低 並 高	低 並 高
北日本	10:10:80	10:30:60	30:30:40
東日本	10:10:80	10:30:60	30:40:30
西日本	10:10:80	10:40:50	40:30:30
沖縄・奄美	10:10:80	20:50:30	40:30:30

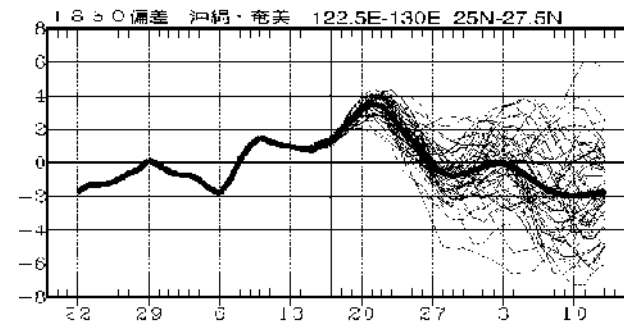
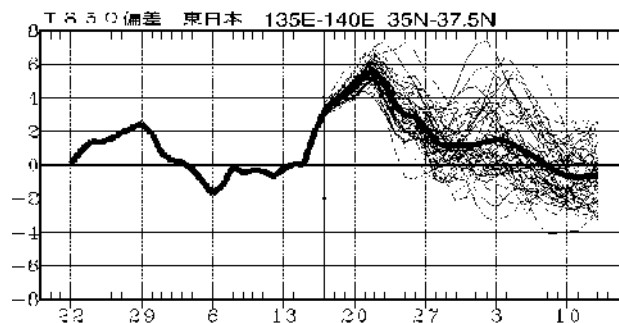
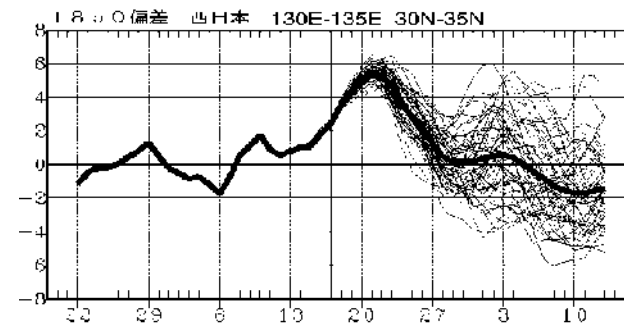
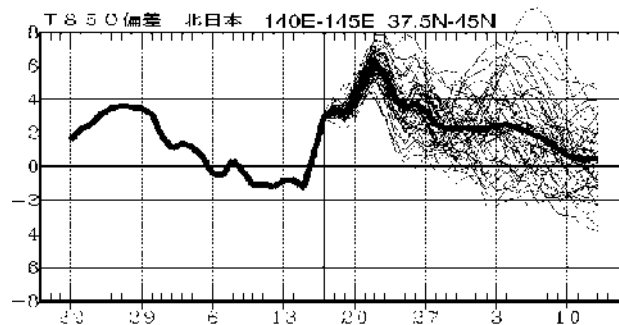
全般1か月予報のポイント

- 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・東・西日本では高く、沖縄・奄美では平年並か高いでしょう。特に、北・東・西日本では、期間の前半は気温がかなり高くなる見込みです。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く、西日本太平洋側では平年並か多いでしょう。また、向こう1か月の日照時間は、北・東日本太平洋側では少なく、西日本太平洋側では平年並か少ないでしょう。

各週における天候のポイント(気温)

	1週目(12/20~12/26)	2週目(12/27~1/2)	3~4週目(1/3~1/16)
想定される天候(気温)	全国的に高く、北・東・西日本ではかなりの高温。	北・東・西日本ではかなりの高温。沖縄・奄美では平年並。	全国的にほぼ平年並。
根拠	全国的に寒気の影響を受けにくく、暖かい空気が流れ込む日もある。(P.12,P.13参照)	北・東・西日本は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

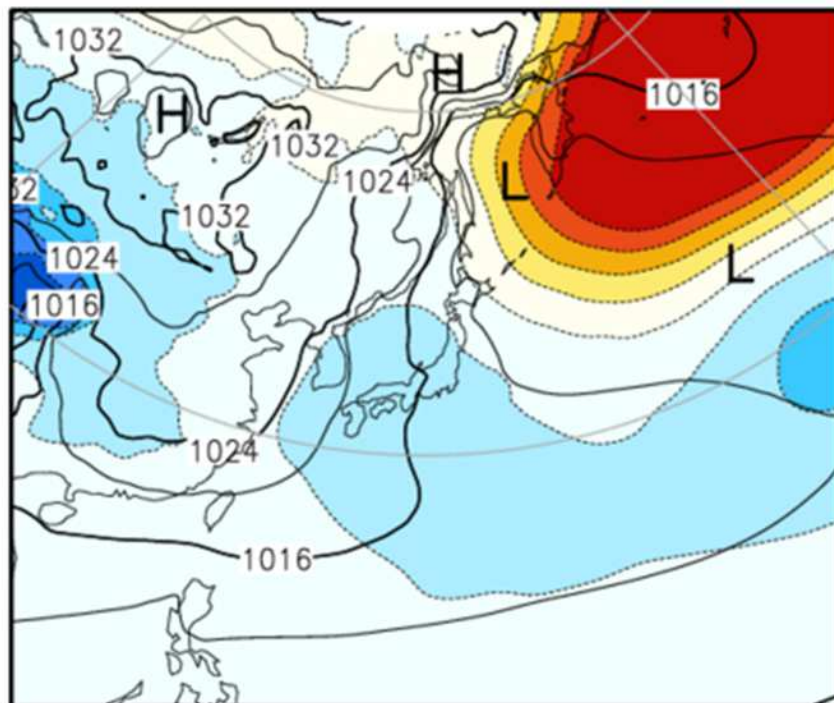


各週における天候のポイント(天気)

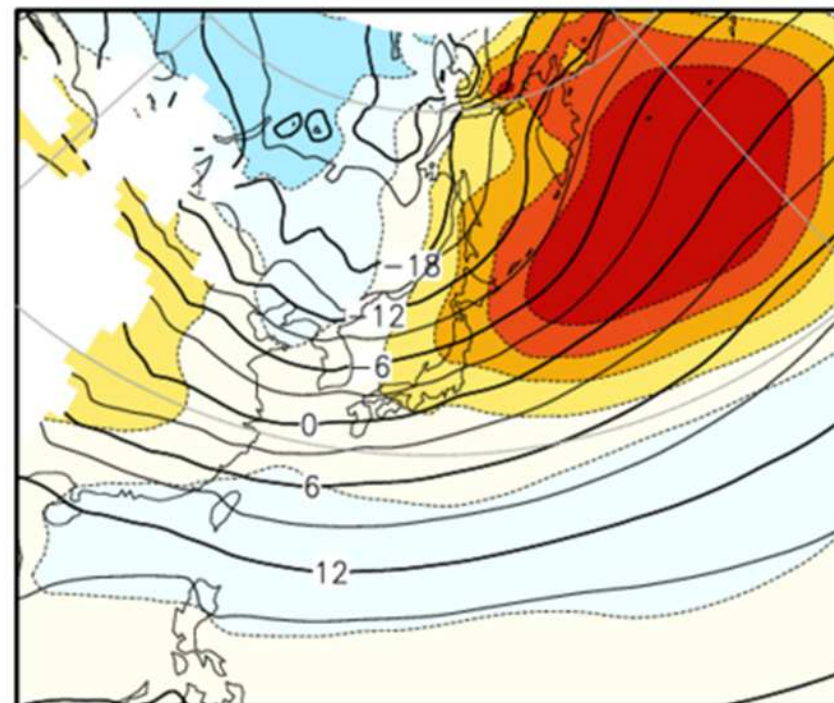
	1週目(12/20～12/26)	2週目(12/27～1/2)	3～4週目(1/3～1/16)
想定される 天候 (天気)	<ul style="list-style-type: none"> ・北日本日本海側では、平年と同様に曇りや雪の日が多いでしょう。 ・東日本日本海側では、平年と同様に曇りや雪または雨の日が多いでしょう。 ・西日本日本海側では、平年と同様に曇りや雨または雪の日が多いでしょう。 ・北・東・西日本太平洋側では、低気圧の影響を受けやすいため、平年に比べ晴れの日が少ないでしょう。 ・沖縄・奄美では、低気圧や前線の影響を受けやすいため、平年に比べ曇りや雨の日が多いでしょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・北日本日本海側では、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、平年に比べ曇りや雪または雨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雪または雨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	北・東・西日本太平洋側を中心に低気圧の影響を受けやすく、沖縄・奄美も、低気圧や前線の影響を受けやすい。(P.10-P.13参照)	日本付近は冬型の気圧配置が長続きせず、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)	予報の不確実性が大きく、全国的に平年と同様の天候を見込む。(P.10-P.13参照)

数値予報モデルからみる全般1か月予報のポイント

海面気圧(1か月)



上空約1500mの気温(1か月)

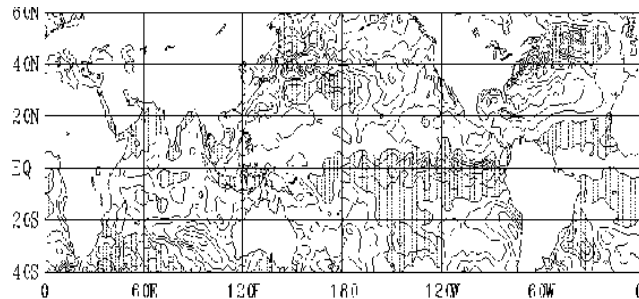


1か月平均の海面気圧(左図)は、アリューシャン低気圧が平年より弱く、シベリア高気圧も日本付近への張り出しが弱いと予測されており、日本付近は冬型の気圧配置が長続きしないでしょう。北・東日本太平洋側を中心に低気圧の影響を受けやすい時期があるでしょう。

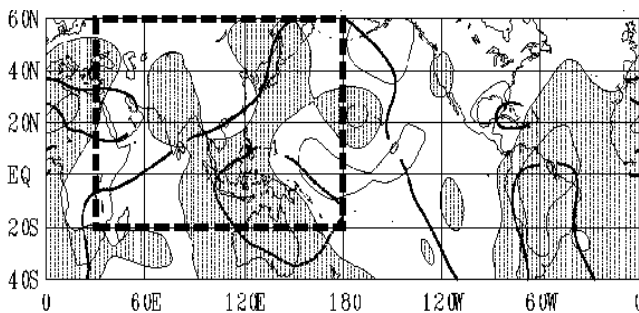
上空約1500mの気温(右図)は、北・東・西日本を中心に平年より高いと予測されています。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

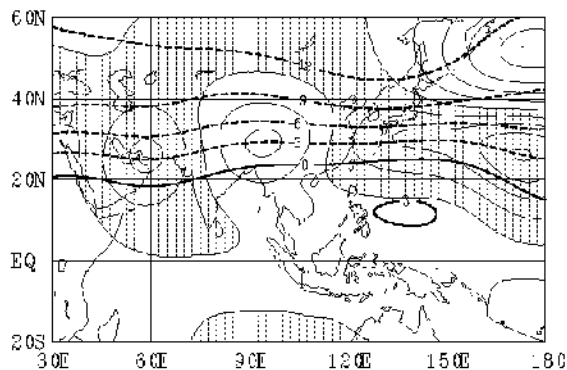
SST偏差



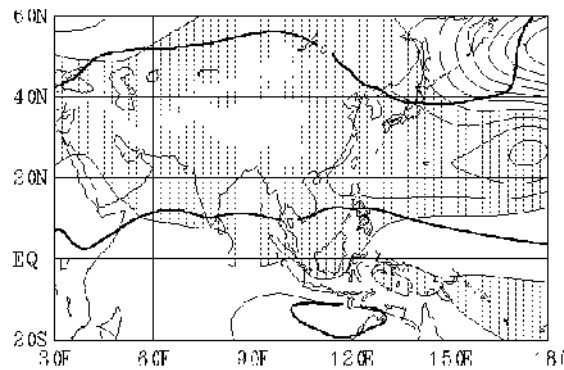
200hPa速度ポテンシャル



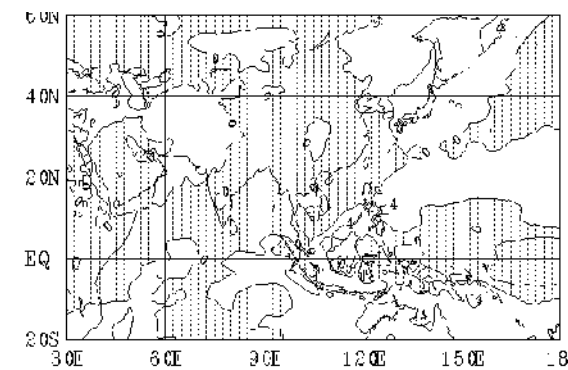
200hPa流線関数



850hPa流線関数



降水量



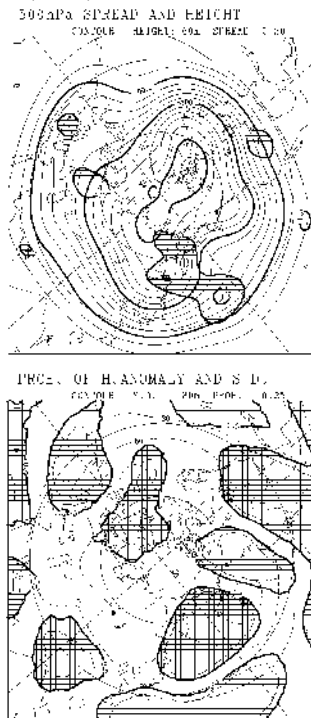
SST偏差は、太平洋熱帯域はラニーニャ現象的分布。インド洋は、アラビア海を除いて正偏差の所が多い。200hPa速度ポテンシャルは、日付変更線付近で上層収束偏差。インド洋やインドネシア付近は偏差が小さい。

200hPa流線関数は、亜熱帯ジェット気流沿いの波列が見られ、ベンガル湾の北で高気圧性循環偏差、東シナ海から日本の南東で低気圧性循環偏差。

850hPa流線関数は、東シナ海から日本の南東で低気圧性循環偏差で、等価順圧構造。

降水量は、フィリピンの南西からフィリピンの東で多雨偏差。北・東日本太平洋側を中心に多雨偏差。

予報資料の解釈(1か月) 北半球循環場

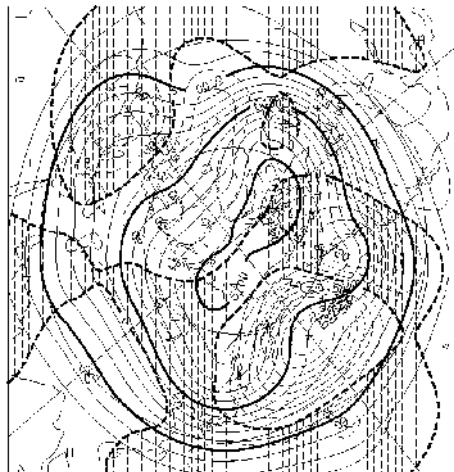


500hPa高度は、ベーリング海に優勢なリッジがあり、その南は華南からミッドウェー諸島付近にかけて、東西に広く負偏差。極渦は北極海に位置し、沿海州付近にトラフがのび、日本付近は西谷傾向。また、千島近海を中心にスプレッドが大きく、リッジやトラフの動向については不確実性が高い。

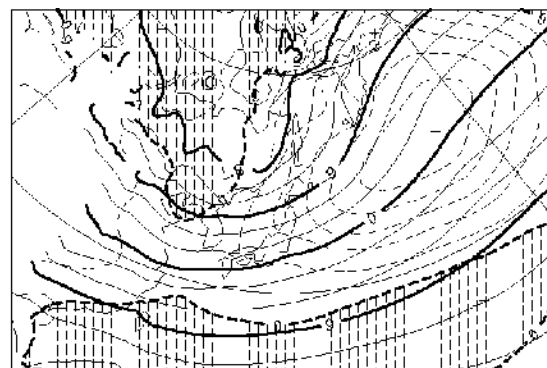
850hPa気温は、日本のはるか東を中心に、日本付近は概ね正偏差で北・東・西日本中心に寒気の影響を受けにくい。一方、日本の南は負偏差となっているが、平年からの隔たりは小さい。

海面気圧は、アリューシャン低気圧が弱く、シベリア高気圧も日本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・東日本太平洋側を中心に低気圧の影響を受けやすい時期がある。

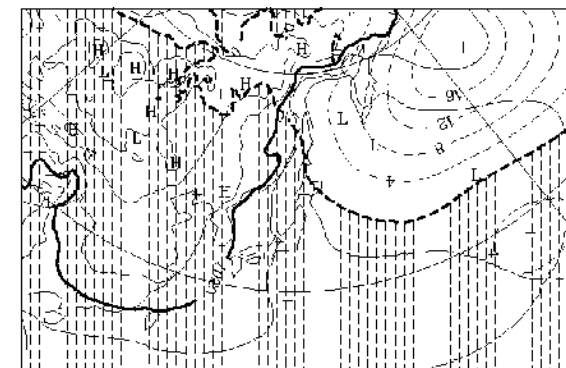
500hPa高度



850hPa気温

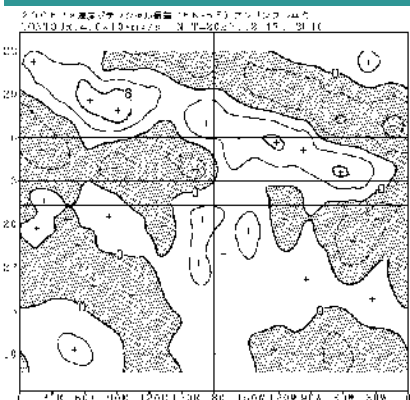


海面気圧



予報資料の解釈(各週) 熱帯の対流活動

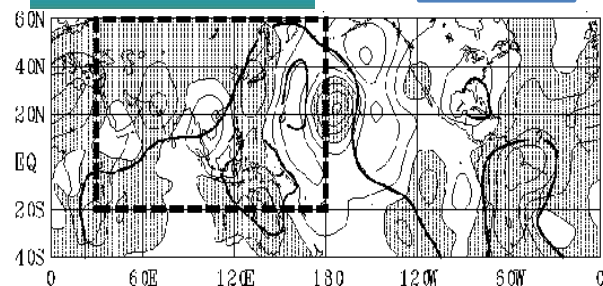
200hPa速度ポテンシャル偏差時系列



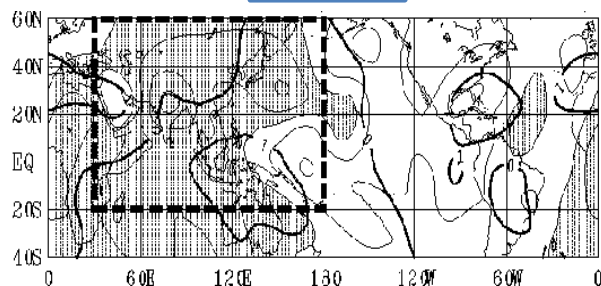
200hPa速度ポテンシャルは、2週目にインド洋で上層発散偏差、3～4週目はインドネシア付近で上層発散偏差となる。降水量は、1週目はフィリピンの東で多雨偏差、2週目以降はフィリピン付近で多雨偏差。日本付近は、1週目は太平洋側を中心に多雨偏差、2週目は日本の東を中心に多雨偏差。3～4週目は、日本付近は平年との隔たりが小さい。

200hPa速度ポテンシャル

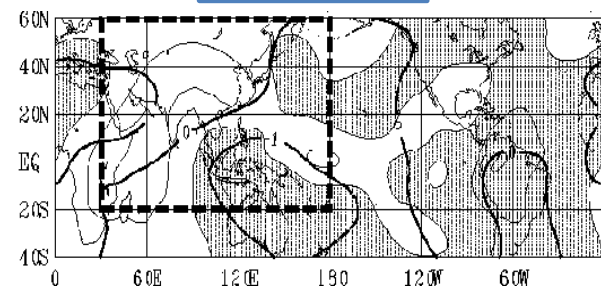
1週目



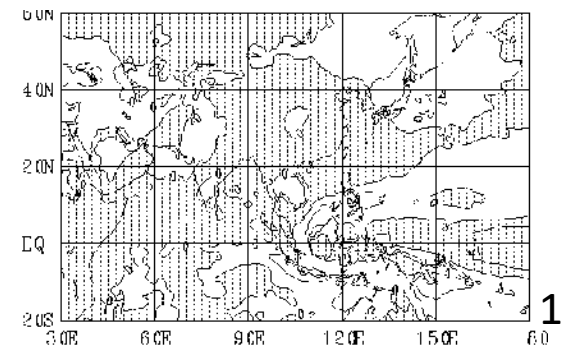
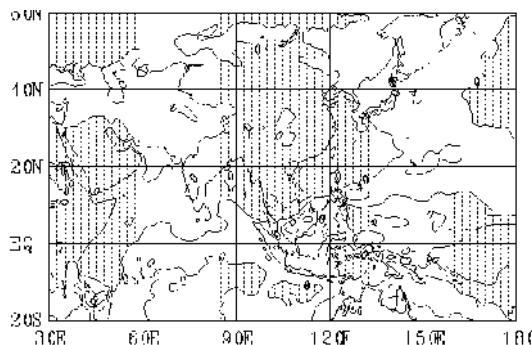
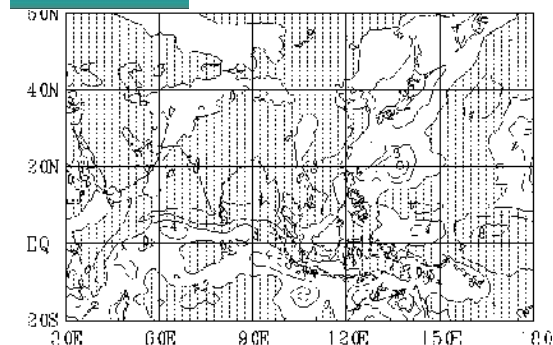
2週目



3～4週目



降水量



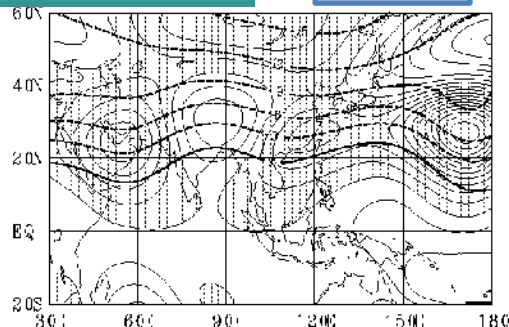
予報資料の解釈(各週) 熱帯循環場

200hPa流線関数は、亜熱帯ジェット気流沿いのロスビー波束伝播の影響で、1週目は華南付近で低気圧性循環偏差、2週目は日本の南で低気圧性循環偏差。3～4週目は本州付近で低気圧性循環偏差。また、アリューシャン近海では高気圧性循環偏差が続く。ただし、3～4週目は後述の通り、亜熱帯ジェット気流沿いにスプレッドが大きく、波列の位相は不確実性がある。

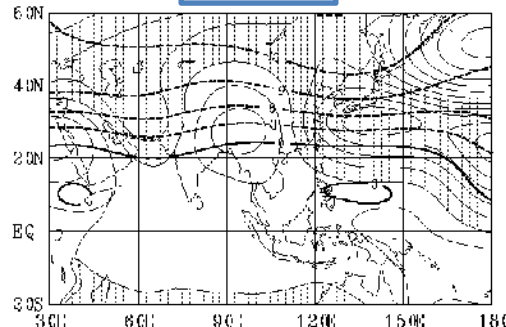
850hPa流線関数は、日本付近は等価順圧構造で、1、2週目は北・東日本太平洋側を中心に南東風偏差となり、湿った空気が流れ込みやすい。西日本太平洋側や沖縄・奄美付近は、1週目は南東風偏差で湿った空気の影響を受けやすい。

200hPa流線関数

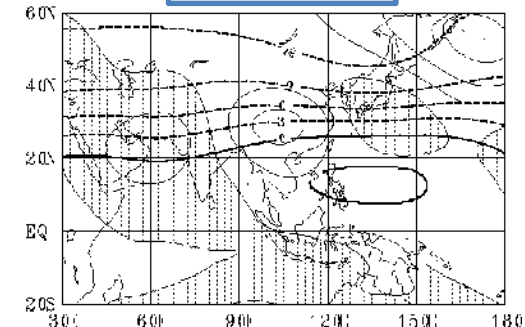
1週目



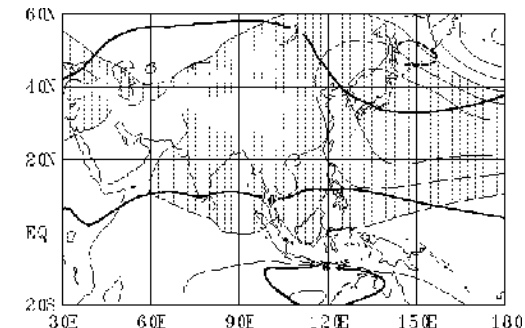
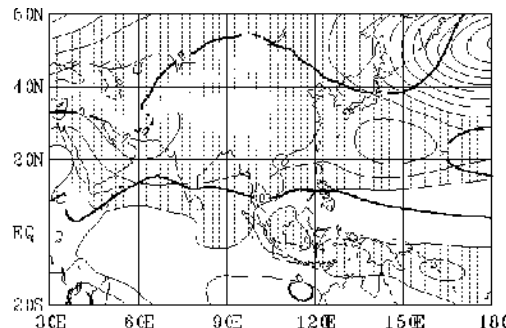
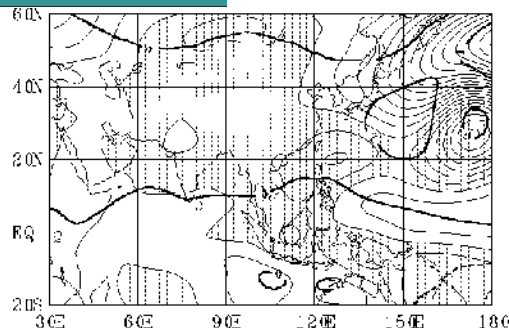
2週目



3～4週目



850hPa流線関数



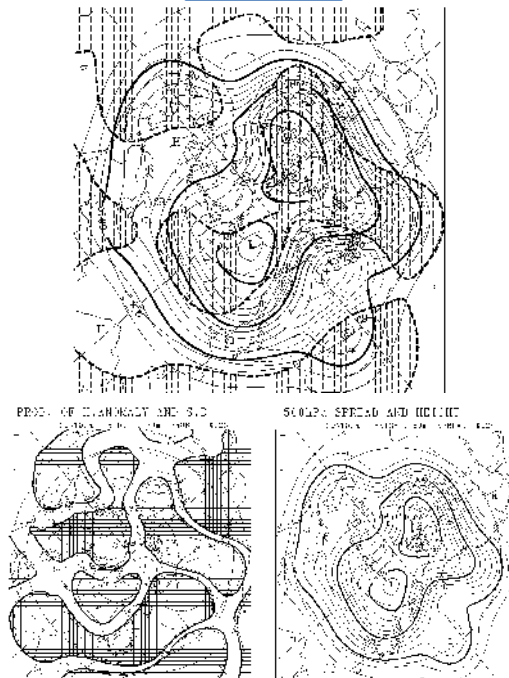
予報資料の解釈(各週) 北半球循環場

500hPa高度は、1週目はベーリング海の優勢なリッジから日本付近に正偏差がのび、また、寒帯前線ジェット気流沿いの波列の影響もあり、日本付近の高度が高くなる。2週目以降もベーリング海のリッジは継続する一方、亜熱帯ジェット気流沿いのロスビー波束伝播の影響で、2週目は日本の南を中心に負偏差となり、3～4週目は東シナ海から本州付近に負偏差が広がる。

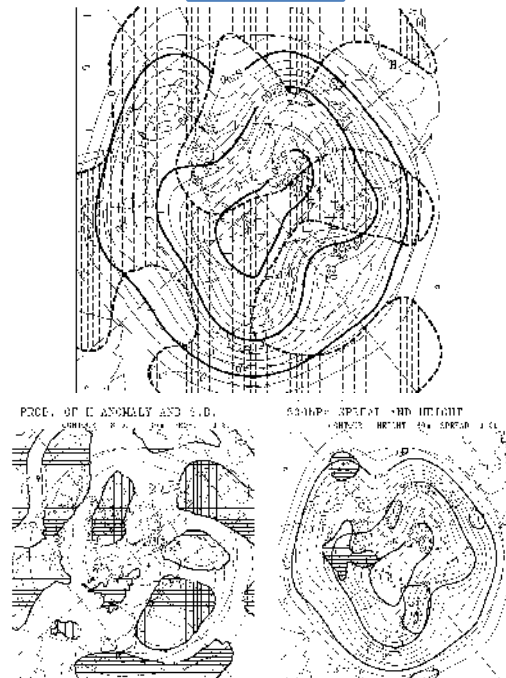
2週目以降は千島近海を中心にスプレッドが大きく、3～4週目は日本付近や亜熱帯ジェット気流沿いでもスプレッドが大きく、特に不確実性が大きい。

500hPa高度

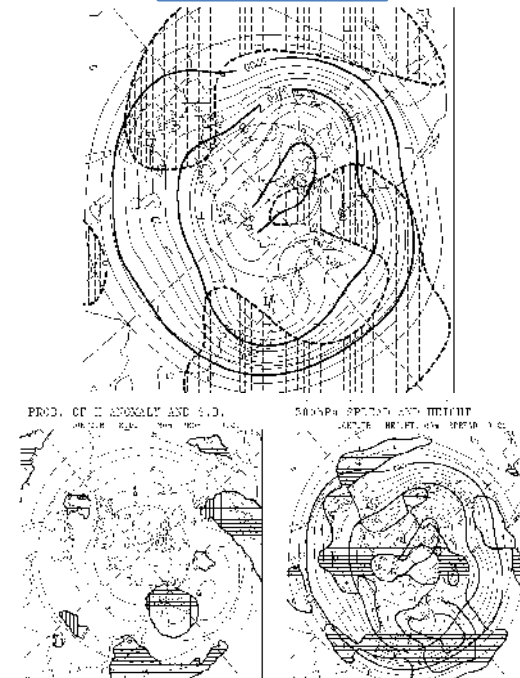
1週目



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週目は北・東・西日本を中心に $+4^{\circ}\text{C}$ 以上の正偏差に覆われ、寒気の影響を受けにくい。2週目は、北・東日本中心に正偏差が続く一方、沖縄・奄美付近は負偏差域が広がるが、平年との隔たりは小さい。3～4週目は日本の南で負偏差で、本州付近の偏差は小さい。

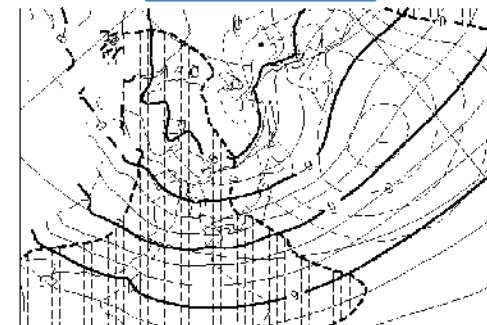
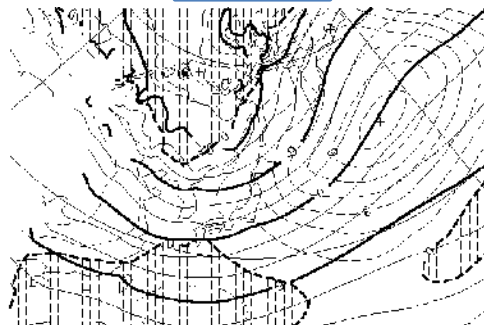
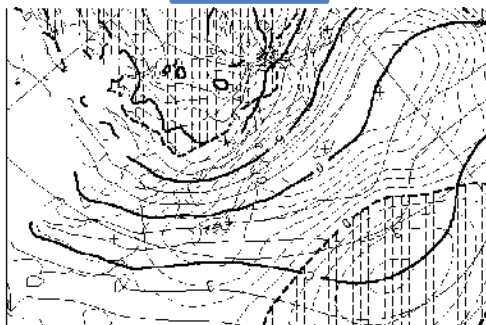
海面気圧は、2週目まではアリューシャン低気圧が弱く、シベリア高気圧の東シナ海への張り出しも弱いため、日本付近は冬型の気圧配置が長続きしない。また、北・東日本太平洋側を中心に低気圧の影響を受けやすい。3～4週目は不確実性が高いが、本州付近でトラフが深まり、西日本や沖縄・奄美を中心に冬型の気圧配置が強まる可能性もある。

1週目

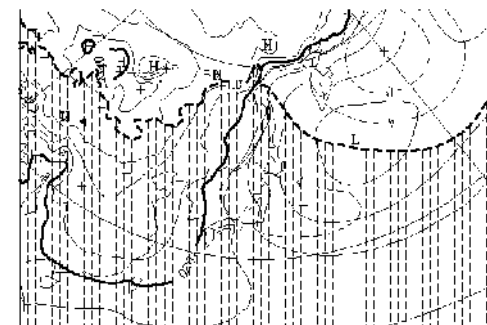
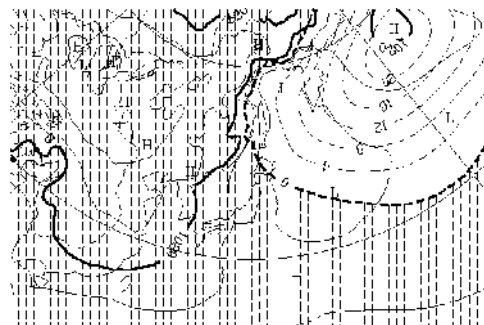
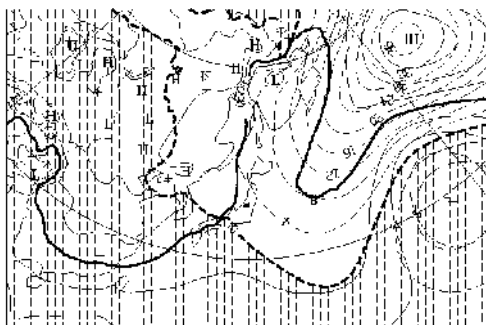
2週目

3～4週目

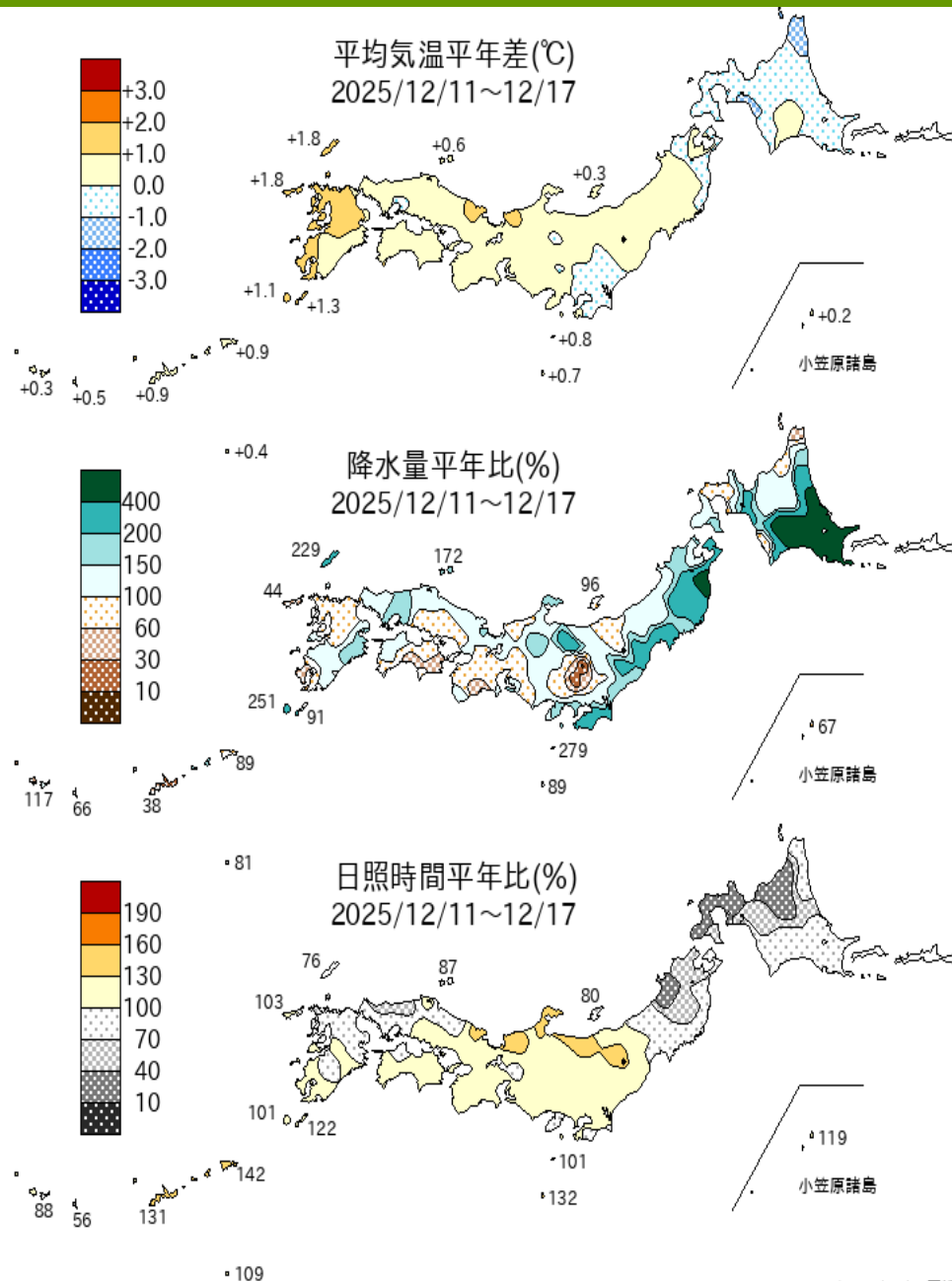
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(12月11日~12月17日)は、北日本では低気圧の影響を受けやすく、太平洋側を中心に降水量は平年を大きく上回り、日照時間は日本海側を中心に平年を大きく下回りました。14日から15日は発達した低気圧の影響で北海道オホーツク海側を中心に大雪となった所がありました。東・西日本では、低気圧の影響を受けた時期があり、降水量は平年を上回った所がありました。沖縄・奄美では低気圧の影響を受けにくく、降水量は平年を下回りました。また、東日本中心に高気圧に覆われやすく、日照時間は平年を上回った所が多くなりました。気温は、12日から13日に冬型の気圧配置が強まり、北日本中心に寒気の影響を受けたため、北日本では平年を下回った所がありました。東日本から沖縄・奄美では寒気の影響が弱く、平年を上回った所が多くなりました。