

訂正

全般季節予報支援資料 1か月予報

2026年2月19日

予報期間：2月21日～3月20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

全国的に期間の前半は気温がかなり高くなる見込みです。
東北太平洋側、東日本太平洋側、西日本では、向こう1か月の降水量はほぼ平年並の見込みですが、これまでの少雨の状態を解消するには至らない可能性があります。

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。
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。
沖縄・奄美では、天気は数日の周期で変わり、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	20:30:50	30:40:30	30:40:30	40:40:20
	太平洋側		20:40:40	40:30:30	
東日本	日本海側	20:30:50	40:30:30	30:30:40	40:40:20
	太平洋側		30:30:40	40:30:30	
西日本	日本海側	20:30:50	40:30:30	30:30:40	
	太平洋側		30:40:30	40:30:30	
沖縄・奄美		20:30:50	40:30:30	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	10:10:80	20:40:40	30:40:30
東日本	10:10:80	20:30:50	40:30:30
西日本	10:10:80	20:30:50	40:30:30
沖縄・奄美	10:20:70	20:30:50	40:30:30

全般1か月予報のポイント

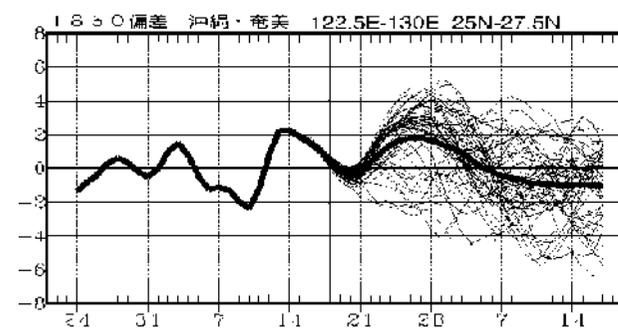
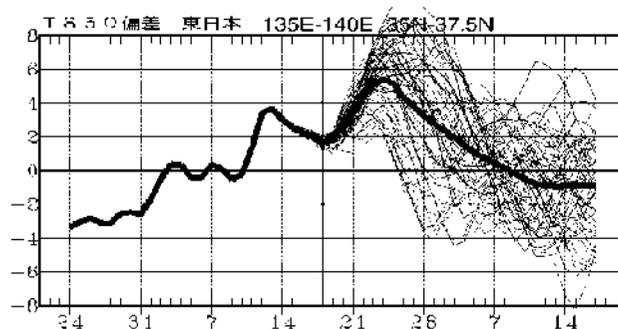
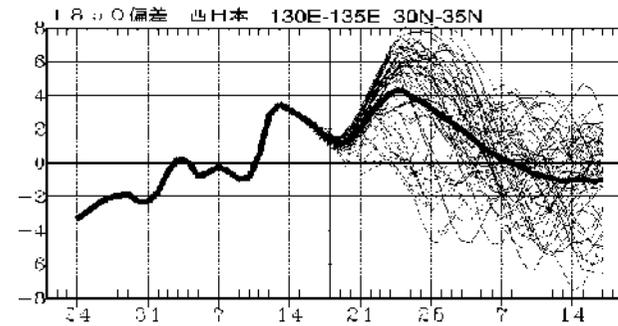
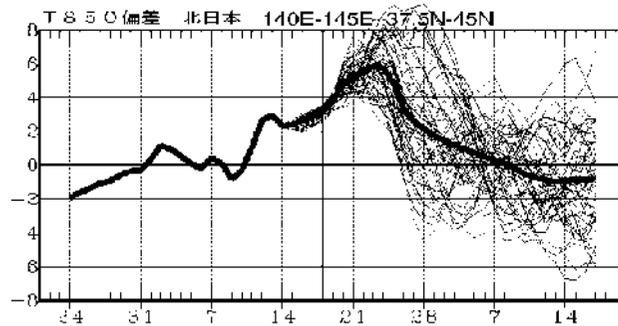
- 暖かい空気に覆われやすいため、向こう1か月の気温は全国的に高く、特に期間の前半は、かなり高くなる見込みです。北・東日本日本海側の向こう1か月の降雪量は、平年並か少ないでしょう。
- 北日本太平洋側では、低気圧や湿った空気の影響を受ける時期があるため、向こう1か月の降水量は平年並か多いでしょう。
- 東日本太平洋側と西日本では昨年11月中旬から、東北太平洋側では今年1月上旬から、低気圧の影響を受けにくく、降水量の少ない状態が続いています。これらの地域では、向こう1か月の降水量はほぼ平年並の見込みですが、これまでの少雨の状態を解消するには至らない可能性があります。

※ 予報のポイントの2点目について、多雨表現となる地域区分が誤っており、北日本日本海側を北日本太平洋側に修正しました。

各週における天候のポイント(気温)

	1週目(2/21~2/27)	2週目(2/28~3/6)	3~4週目(3/7~3/20)
想定される天候(気温)	全国的に高い。	東・西日本と沖縄・奄美では高く、北日本では平年並か高い。	全国的に、ほぼ平年並。
根拠	全国的に暖かい空気に覆われやすいほか、暖かい空気が流れ込みやすい時期がある。(P12,P13参照)	全国的に暖かい空気に覆われやすいほか、東・西日本と沖縄・奄美では暖かい空気が流れ込みやすい時期がある。(P12,P13参照)	東・西日本と沖縄・奄美では、大陸からの高気圧の張り出しに伴う寒気の影響をやや受けやすい。(P12,P13参照)

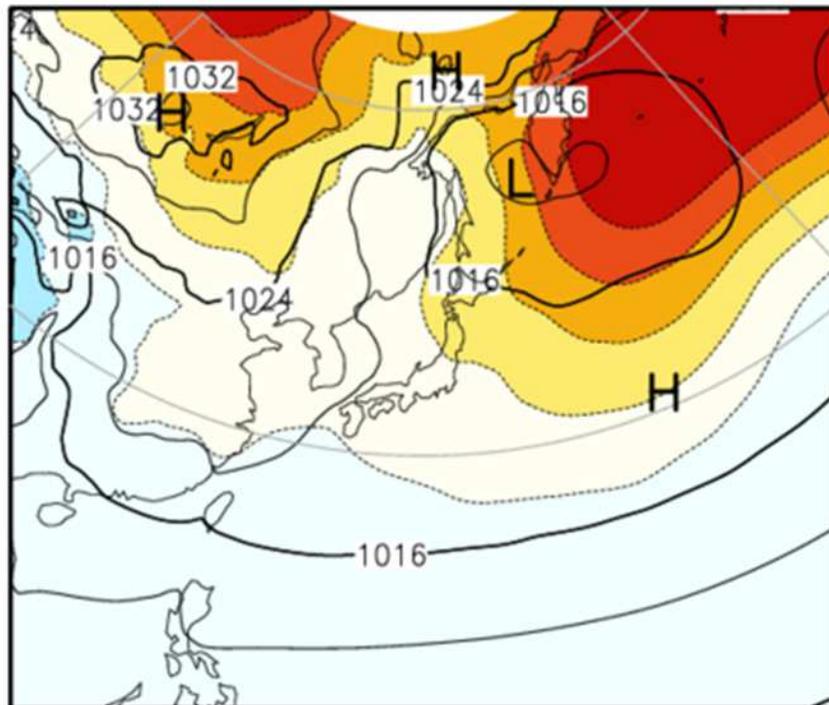
850hPa気温偏差時系列



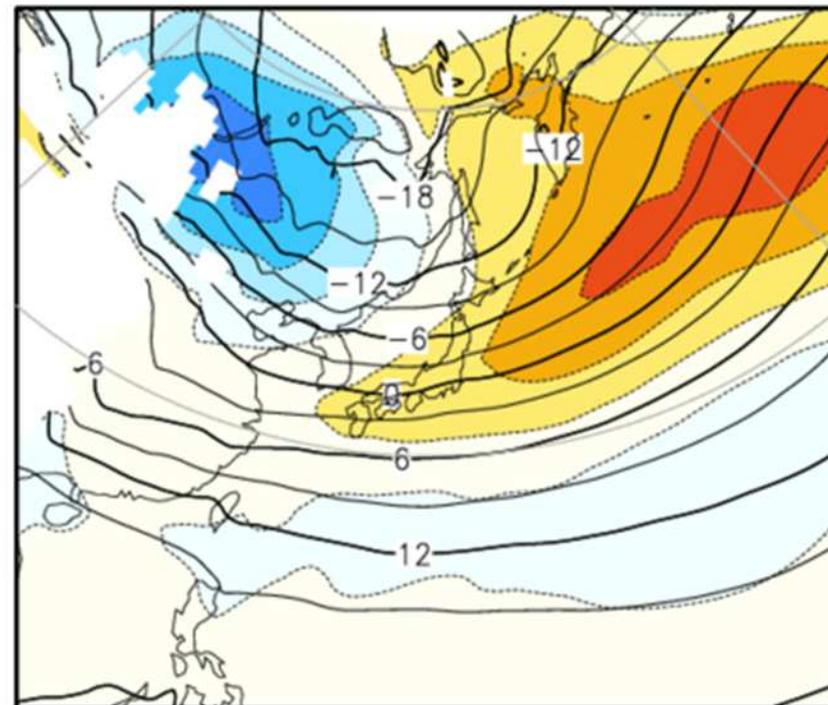
各週における天候のポイント(天気)

	1週目(2/21~2/27)	2週目(2/28~3/6)	3~4週目(3/7~3/20)
想定される天候(天気)	<p>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。</p> <p>北・東・西日本太平洋側では、低気圧や前線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。</p> <p>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。</p> <p>沖縄・奄美では、天気は数日の周期で変わり、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。</p>	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>沖縄・奄美では、天気は数日の周期で変わり、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。</p>	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>沖縄・奄美では、天気は数日の周期で変わり、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。</p>
根拠	<p>北日本太平洋側では低気圧や湿った空気の影響を受ける時期がある。</p> <p>東・西日本太平洋側では低気圧や前線の影響を受ける時期があり、東日本太平洋側では一雨が多い。(P.10-P.13参照)</p>	<p>北日本太平洋側では低気圧の影響を受ける時期がある。</p> <p>東・西日本太平洋側と沖縄・奄美では低気圧や前線の影響を受ける時期がある。(P.10-P.13参照)</p>	<p>東日本太平洋側、西日本と沖縄・奄美では、平年並の天候だが、低気圧や前線の影響を受けにくく、少雨傾向。(P.10-P.13参照)</p>

海面気圧(1か月)



上空約1500mの気温(1か月)

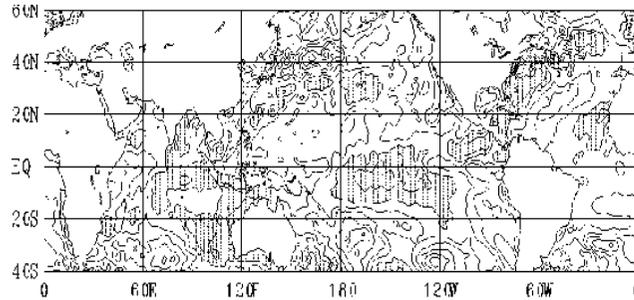


1か月平均の海面気圧(左図)は、日本付近では等圧線の間隔は広く、高気圧と低気圧が交互に通過し、全国的に天気は数日の周期で変わるでしょう。また、オホーツク海付近では低気圧が予測され、北日本太平洋側では、低気圧や湿った空気の影響を受ける時期があるでしょう。

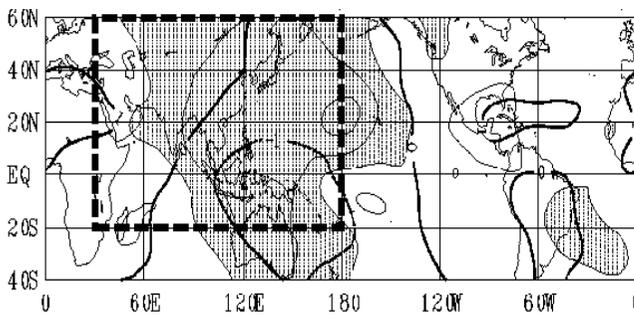
上空約1500mの気温(右図)は、華中から日本の東にかけて平年より高いと予測され、期間の前半を中心に全国的に暖かい空気に覆われやすい見込みです。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

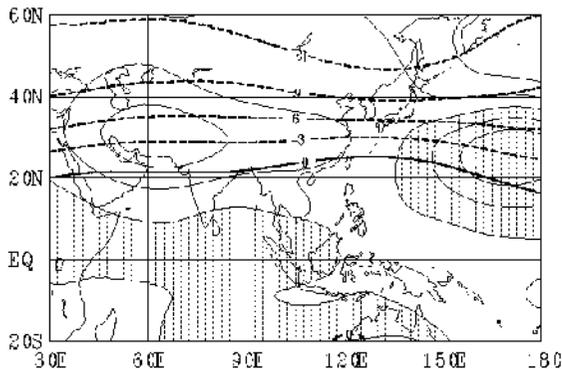
SST偏差



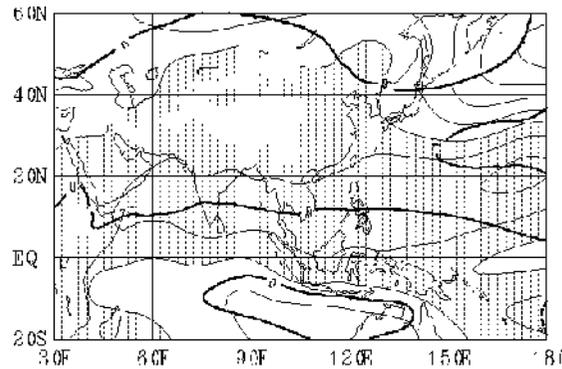
200hPa速度ポテンシャル



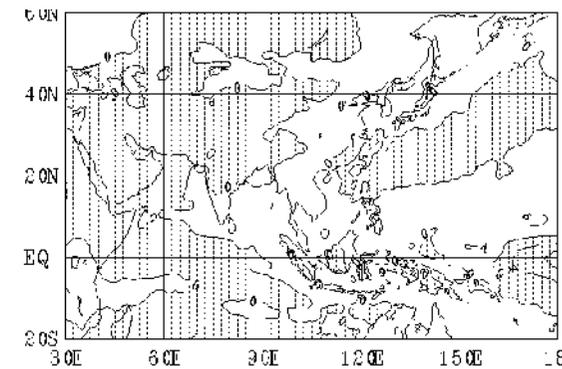
200hPa流線関数



850hPa流線関数



降水量



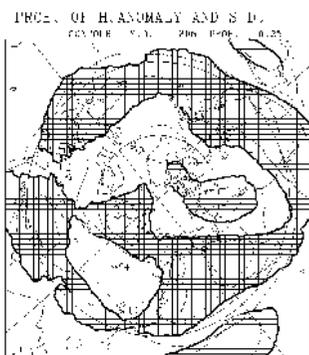
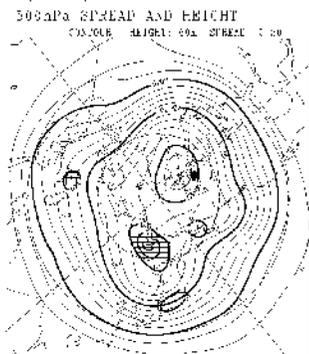
SST偏差は、太平洋熱帯域はラニーニャ現象的分布が弱まりつつある。太平洋西部では正偏差の一方、太平洋中部を中心に負偏差。

200hPa速度ポテンシャルは、インド洋東部から太平洋中部にかけて上層発散偏差の一方、太平洋東部からアフリカにかけて上層収束偏差

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中東付近を中心に高気圧性循環偏差、一方、日本付近は相対的な低気圧性循環偏差。

850hPa流線関数は、フィリピン付近を中心に低気圧性循環偏差が持続。

降水量は、インドネシアからフィリピン付近を中心に多雨偏差。日本付近では、沖縄・奄美を中心に少雨偏差だが、平年からの隔たりは小さい。

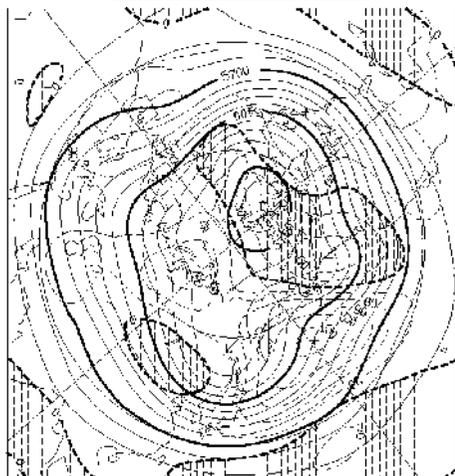


500hPa高度は、アリューシャン近海に正偏差の極大域があり、東シベリア付近にかけて伸長している一方、中国東北区付近にトラフがあり、北日本中心の西谷傾向。

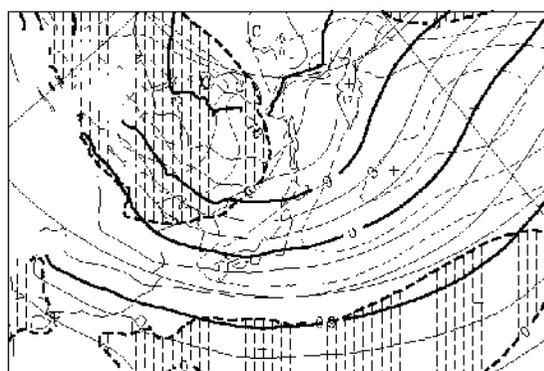
850hPa気温は、アリューシャン近海から東日本にかけて正偏差に覆われている。一方、東シナ海から日本の南にかけて負偏差だが平年からの隔たりは小さい。

海面気圧は、日本付近は等圧線の間隔が広く、全国的に低気圧と高気圧が交互に通過し、天気は数日の周期で変わりやすい。北日本太平洋側では、低気圧や湿った空気の影響を受ける時期がある。ただし、500hPa高度の東シベリアと千島近海にスプレッドの大きい所があり、不確実性があることに留意。

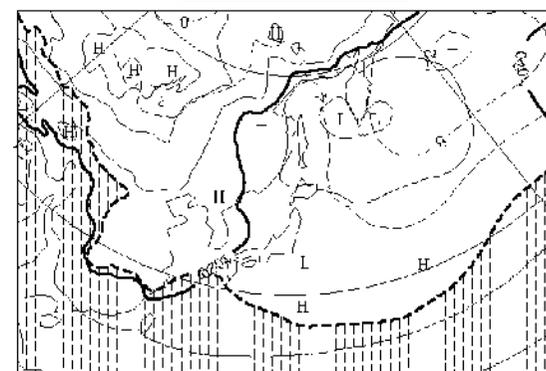
500hPa高度



850hPa気温

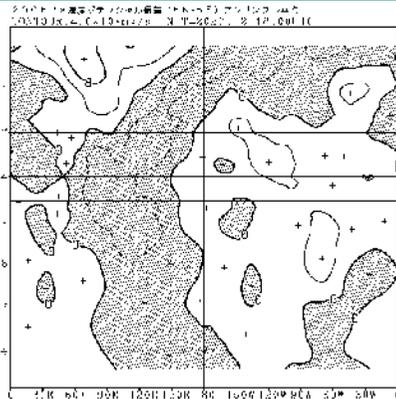


海面気圧



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、熱帯季節内変動の東進に伴い、1週目はインド洋東部からフィリピン付近、2週目以降はフィリピン付近で上層発散偏差が持続する。

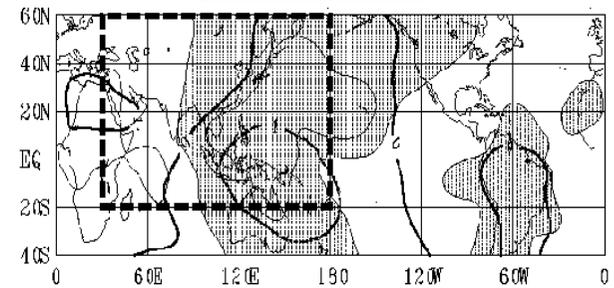
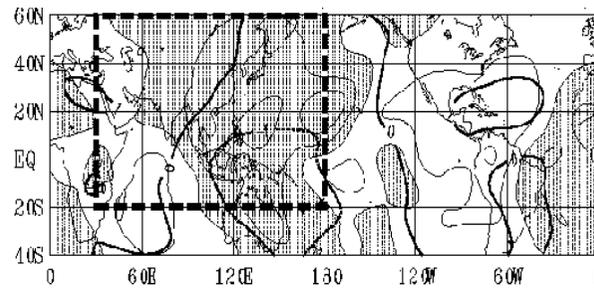
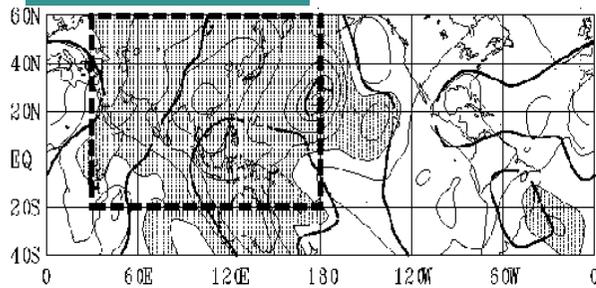
降水量は、1週目はインド洋熱帯域の東部とフィリピン付近では多雨偏差。2週目はフィリピンの北で少雨偏差。3~4週目は、日本付近では、東日本太平洋側、西日本と沖縄・奄美を中心に少雨偏差。

200hPa速度ポテンシャル

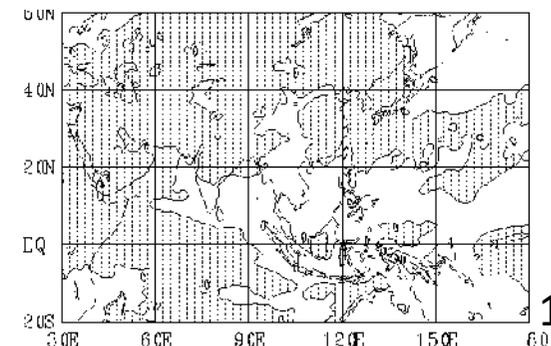
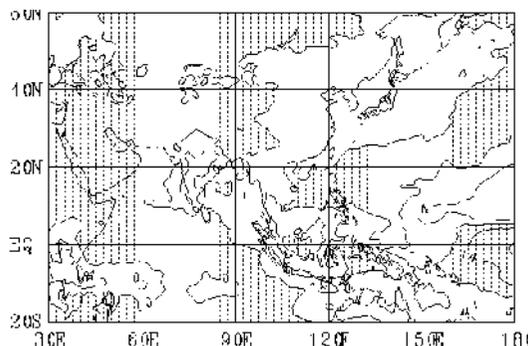
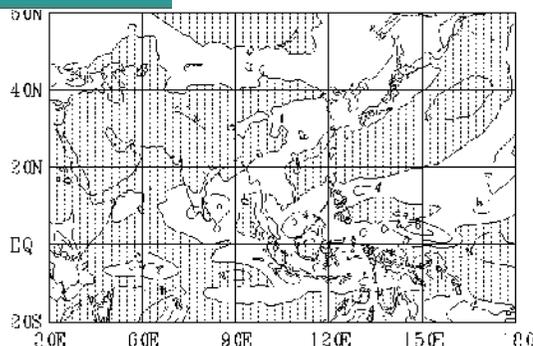
1週目

2週目

3~4週目



降水量



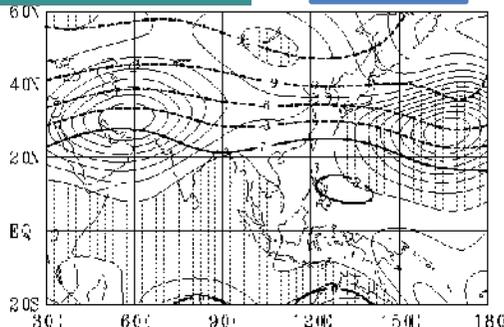
予報資料の解釈(各週) 熱帯循環場

200hPa流線関数は、1週目から2週目はインド洋東部の対流活動と亜熱帯ジェット気流沿いの波列により、中東を中心に東アジアにかけて広く高気圧性循環偏差。一方、中国東北区付近は相対的に低気圧性循環偏差。3~4週目は、対流活動の東進に伴いチベット付近に高気圧性循環偏差の一方、日本付近で低気圧性循環偏差。

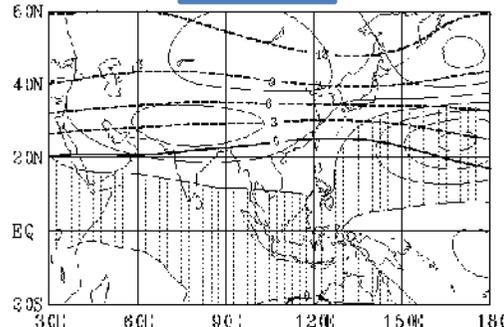
850hPa流線関数は、熱帯の対流活動に対応して、フィリピン付近を中心に1週目と3~4週目中心に低気圧性循環偏差。特に1週目は、日本付近では太平洋側では南東からの湿った空気が入りやすい。一方、期間の後半は日本の南では、北東風偏差が予測され、沖縄・奄美から東日本太平洋側にかけて、南からの湿った空気が入りにくい。

200hPa流線関数

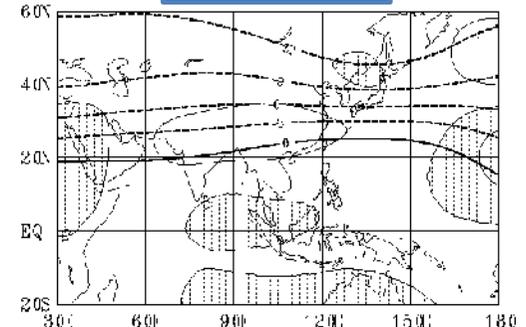
1週目



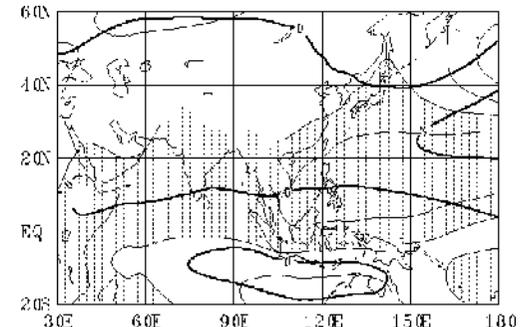
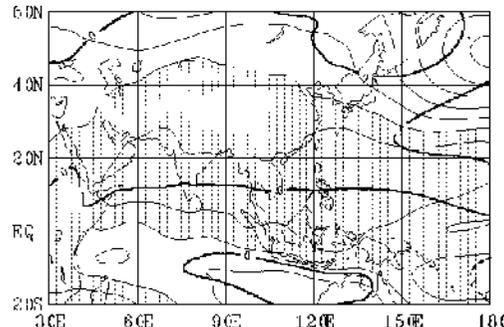
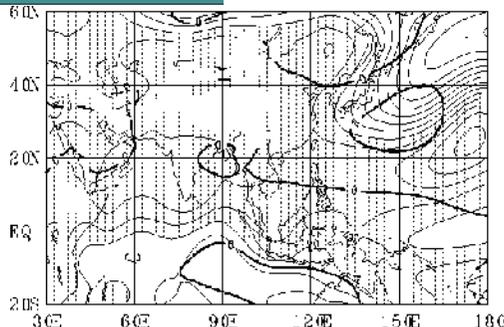
2週目



3~4週目



850hPa流線関数



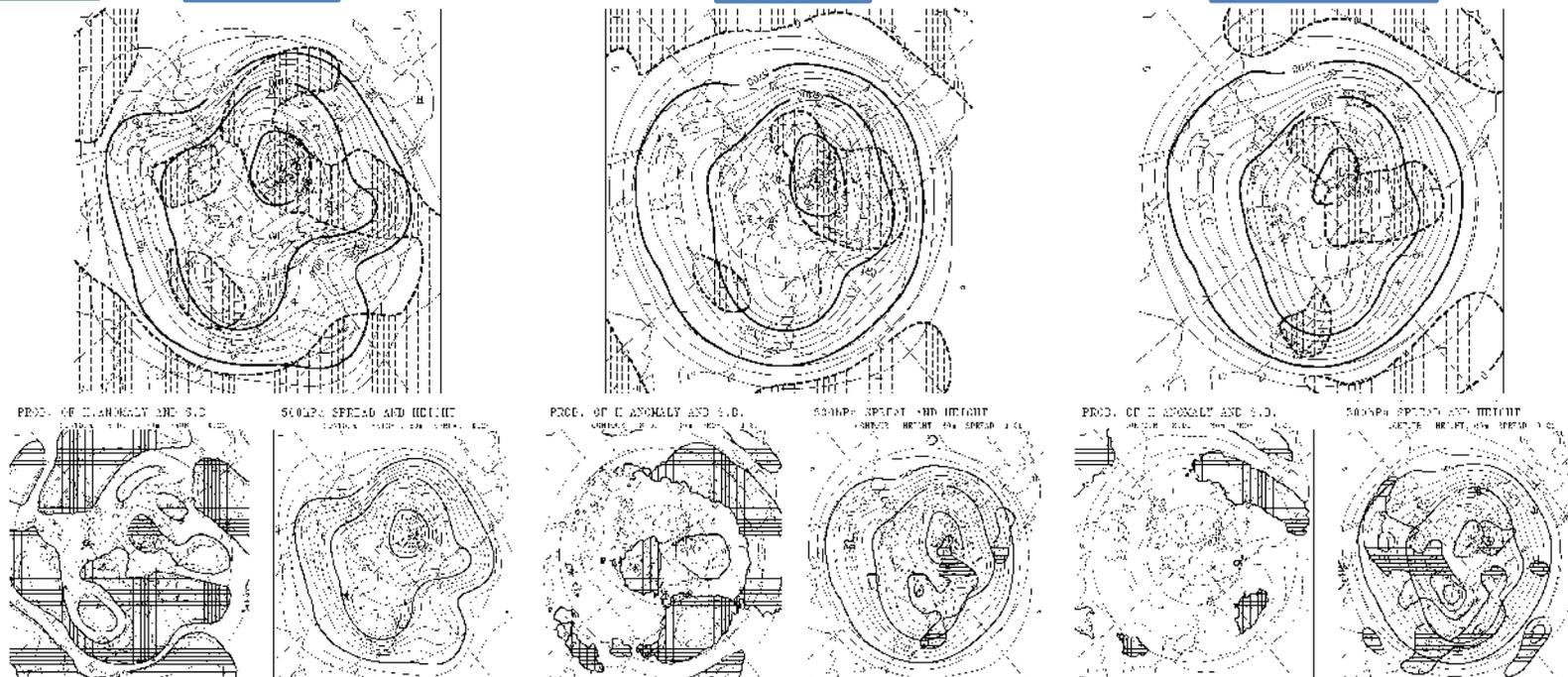
500hPa高度は、1週目は、アリューシャン近海から東シベリア付近にかけて、リッジが伸長する一方、中国東北区付近でトラフとなり、日本付近は北・東日本を中心に日本の東海上からのびる正偏差域に覆われるほか、西谷傾向。2週目は、トラフが沿海州に進み、弱い西谷。3～4週目は東シベリア付近で正偏差の一方、その南に位置する日本付近は負偏差。ただし、2週目以降の亜熱帯ジェット気流及び寒帯前線ジェット気流沿いの位相に不確実性が大きい。

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

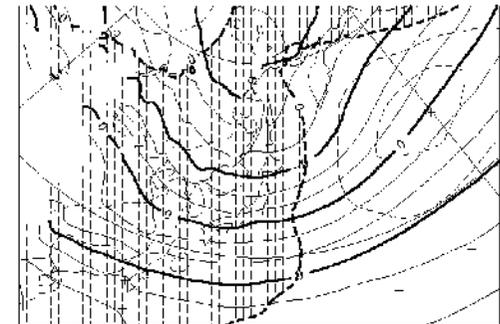
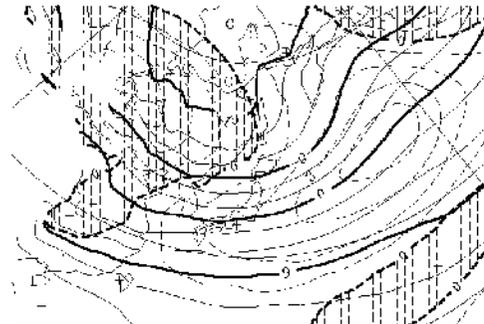
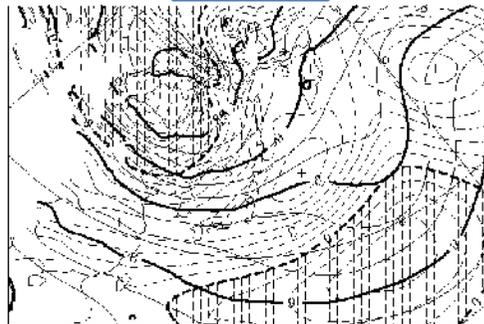
850hPa気温は、1～2週目は、華中から日本の東にかけて正偏差域が広がり、全国的に暖かい空気に覆われやすい。3～4週目は、東・西日本や沖縄・奄美では、大陸からの高気圧の張り出しに伴う寒気の影響を受ける時期がある。ただし、上空の予測に不確実性が大きく、寒気の影響にも不確実性がある。海面気圧は、1週目は、低気圧や高気圧が交互に通過し、周期変化だが、北・東日本太平洋側を中心に低気圧の影響を受けやすい時期がある。2週目は、北日本太平洋側では低気圧の影響を受ける時期があるほか、東シナ海から日本の南にかけて気圧が低く、東・西日本太平洋側では低気圧や前線の影響を受ける時期があるが、不確実性が大きい。3～4週目は、大陸から本州付近にかけて気圧が平年より高く、東日本太平洋側、西日本と沖縄・奄美では低気圧や前線の影響を受けにくい。

1週目

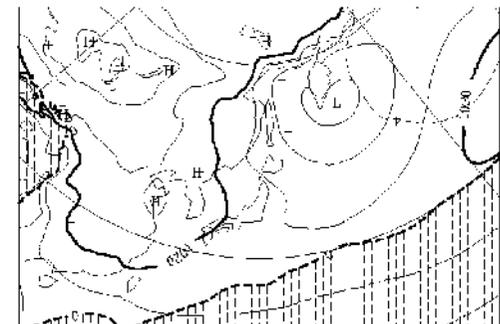
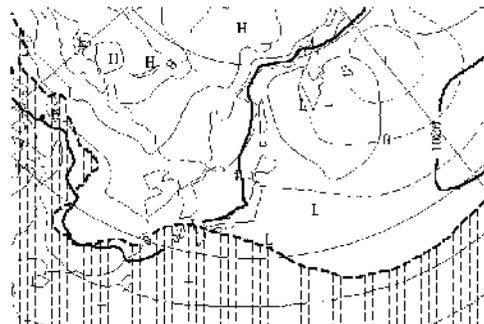
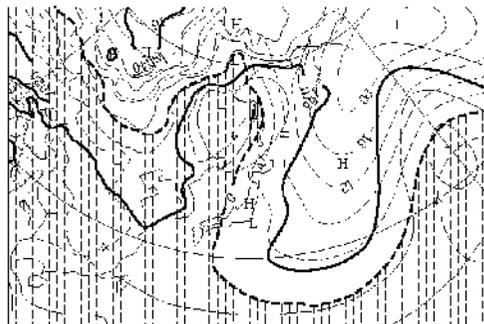
2週目

3～4週目

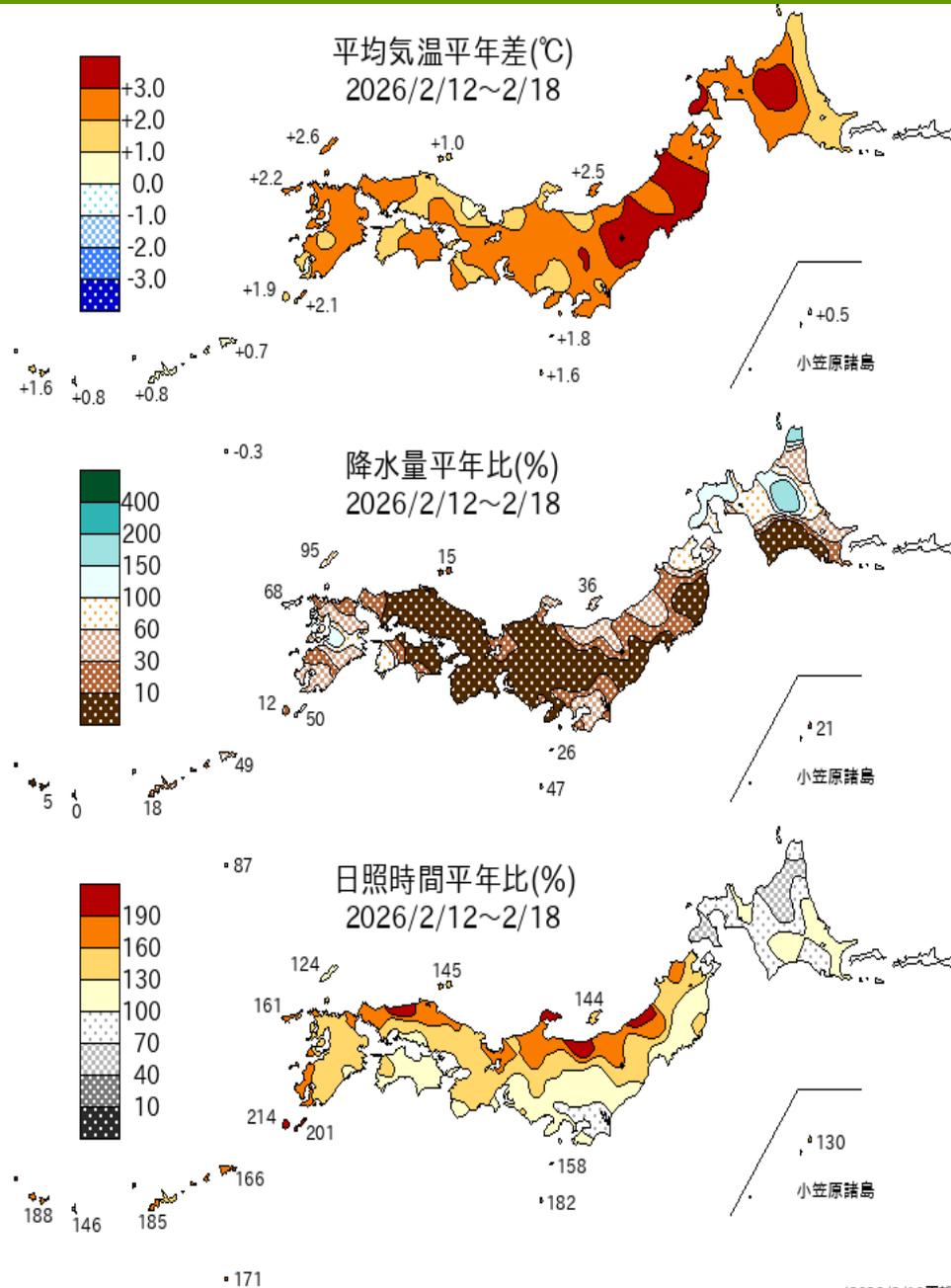
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(2月12日~2月18日)は、北日本では低気圧の影響を受けた時期がありましたが、冬型の気圧配置は長続きしませんでした。東・西日本と沖縄・奄美では高気圧と低気圧が交互に通過し、天気は数日の周期で変化しました。低気圧の影響を受けた北海道日本海側では降水量は平年を上回り、日照時間は平年を下回りました。一方、北日本太平洋側、東・西日本と沖縄・奄美では、低気圧や前線の影響を受けにくかったことから、降水量は平年を大きく下回り、日照時間は日本海側を中心に平年を大きく上回った所が多くなりました。気温は、全国的に冬型の気圧配置が長続きせず暖かい空気が流れ込む時期があり、平年を大きく上回りました。

(2026/2/19更新)

All rights reserved. Copyright(c) Japan Meteorological Agency