

全般季節予報支援資料 1か月予報

2026年4月9日

予報期間：4月11日～5月10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

北日本と沖縄・奄美では期間のはじめ、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。東日本太平洋側と西日本では、向こう1か月の降水量は平年並か多い見込みですが、これまでの少雨の影響が残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、天気は数日の周期で変わるでしょう。

北日本太平洋側と東日本日本海側では、天気は数日の周期で変わり、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。

東日本太平洋側と西日本では、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少ないでしょう。

沖縄・奄美では、天気は数日の周期で変わりますが、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	10:30:60	30:40:30	30:30:40	
	太平洋側		30:40:30	30:30:40	
東日本	日本海側	10:10:80	30:30:40	40:30:30	
	太平洋側		20:40:40	40:40:20	
西日本	日本海側	10:10:80	20:40:40	40:40:20	
	太平洋側		20:40:40	40:40:20	
沖縄・奄美		20:30:50	50:30:20	10:30:60	

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	10:40:50	20:40:40
東日本	10:10:80	10:30:60	10:30:60
西日本	10:10:80	10:30:60	10:30:60
沖縄・奄美	10:10:80	30:50:20	20:40:40

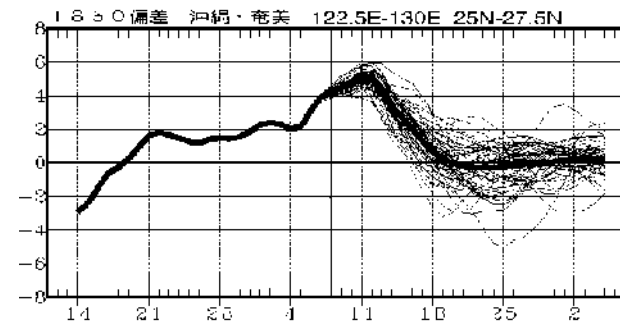
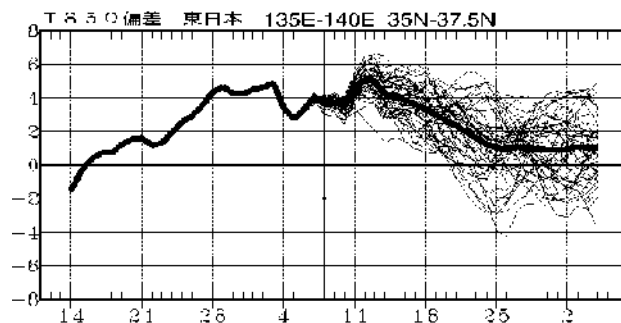
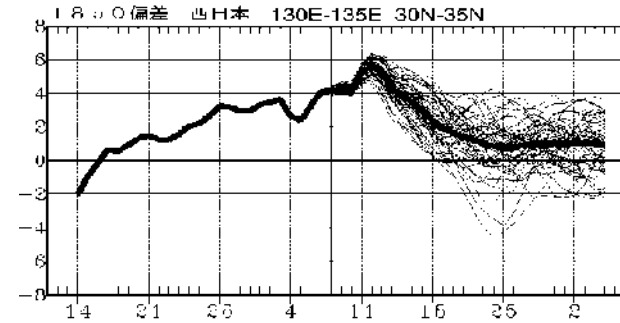
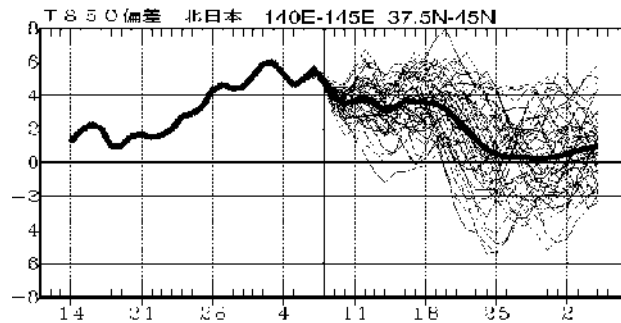
全般1か月予報のポイント

- 全国的に暖かい空気に覆われやすいため、向こう1か月の気温は高いでしょう。北日本と沖縄・奄美では期間のはじめ、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。
- 東日本太平洋側と西日本では、低気圧や前線の影響を受けやすいため、向こう1か月の降水量は平年並か多く、日照時間は平年並か少ないでしょう。
- 東日本太平洋側と西日本では、昨年11月中旬から低気圧や前線の影響を受けにくく、降水量の少ない状態となっています。向こう1か月の降水量は平年並か多い見込みですが、これまでの少雨の影響が残る可能性があります。
- 沖縄・奄美では、高気圧に覆われやすいため、向こう1か月の降水量は少なく、日照時間は多いでしょう。

各週における天候のポイント(気温)

	1週目(4/11~4/17)	2週目(4/18~4/24)	3~4週目(4/25~5/8)
想定される天候(気温)	全国的に高温で、かなり高くなる見込み	全国的に高温で、東・西日本ではかなり高くなる見込み	東・西日本を中心に高温
根拠	偏西風が北偏して流れるため、全国的に暖かい空気に覆われる(P12,P13参照)。	暖かい空気に覆われた状態が、弱まりながらも東・西日本を中心に持続する(P12,P13参照)。	偏西風の位置は平年に近づくが、東・西日本を中心に暖かい空気に覆われやすい傾向が持続する(P12,P13参照)。

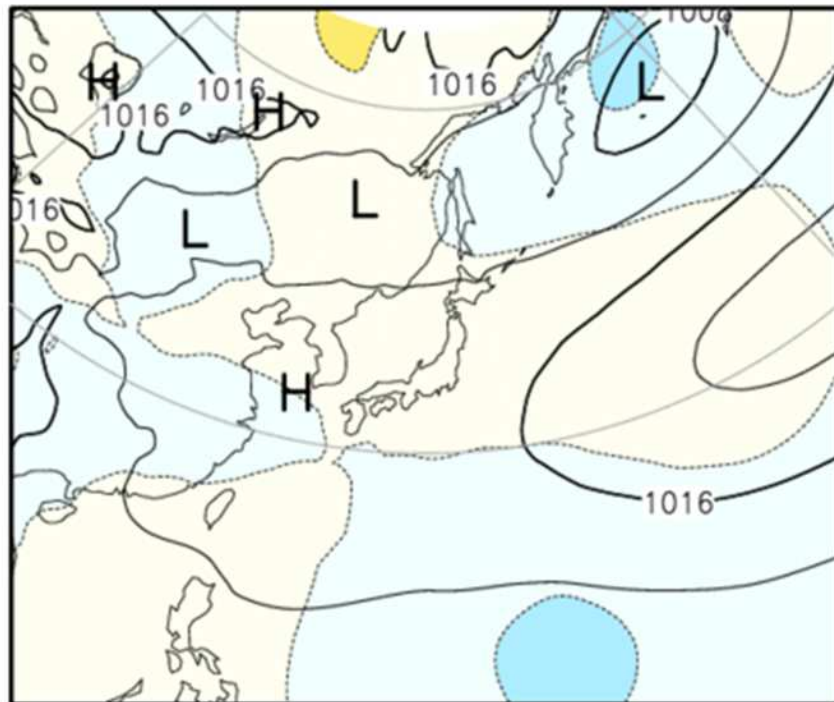
850hPa気温偏差時系列



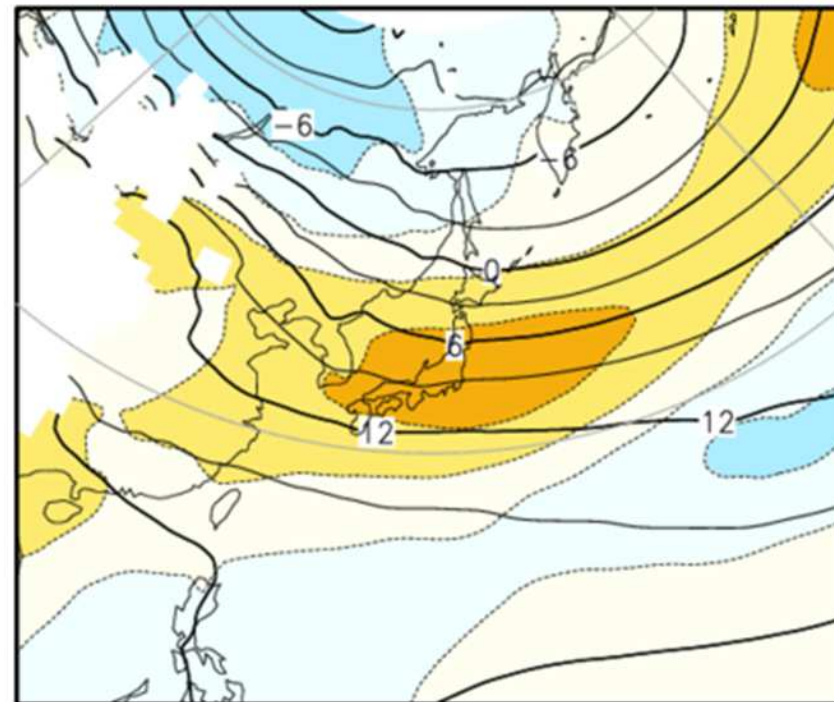
各週における天候のポイント(天気)

	1週目(4/11~4/17)	2週目(4/18~4/24)	3~4週目(4/25~5/8)
想定される天候(天気)	<p>北日本日本海側では、天気は数日の周期で変わでしょう。</p> <p>北日本太平洋側と東日本では、天気は数日の周期で変わり、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。</p> <p>西日本では、天気は数日の周期で変わりますが、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>沖縄・奄美では、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、平年に比べ曇りや雨の日が少ないでしょう。</p>	<p>北日本日本海側では、天気は数日の周期で変わでしょう。</p> <p>北日本太平洋側と東日本では、天気は数日の周期で変わり、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。</p> <p>西日本では、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。</p> <p>沖縄・奄美では、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、平年に比べ曇りや雨の日が少ないでしょう。</p>	<p>北日本日本海側と沖縄・奄美では、天気は数日の周期で変わでしょう。</p> <p>北日本太平洋側と東日本日本海側では、天気は数日の周期で変わり、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。</p> <p>東日本太平洋側と西日本では、天気は数日の周期で変わりますが、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>
根拠	<p>西日本では低気圧や前線の影響を受けやすい。</p> <p>沖縄・奄美では高気圧に覆われやすい(P10-P13参照)。</p>	<p>西日本と沖縄・奄美では高気圧に覆われやすい(P10-P13参照)。</p>	<p>東日本太平洋側と西日本では低気圧や前線の影響を受けやすい(P10-P13参照)。</p>

海面気圧(1か月)



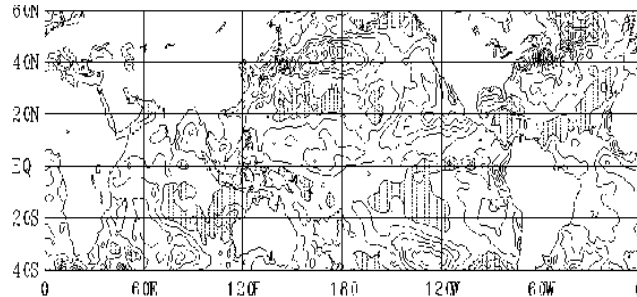
上空約1500mの気温(1か月)



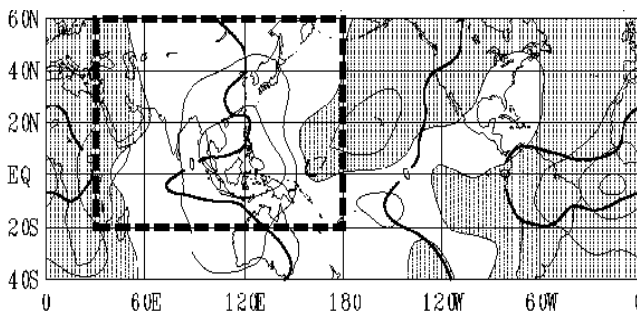
1か月平均の海面気圧(左図)では、本州南岸に弱い気圧の谷があり、東日本太平洋側と西日本では低気圧や前線の影響を受けやすいでしょう。沖縄・奄美では期間の前半を中心に高気圧に覆われやすいでしょう。
上空約1500mの気温(右図)は、全国的に平年より高く、暖かい空気に覆われやすいでしょう。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

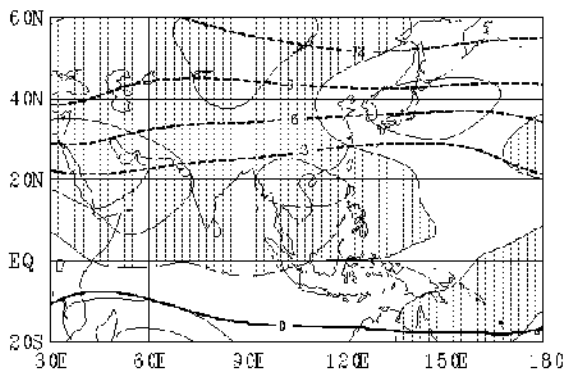
SST偏差



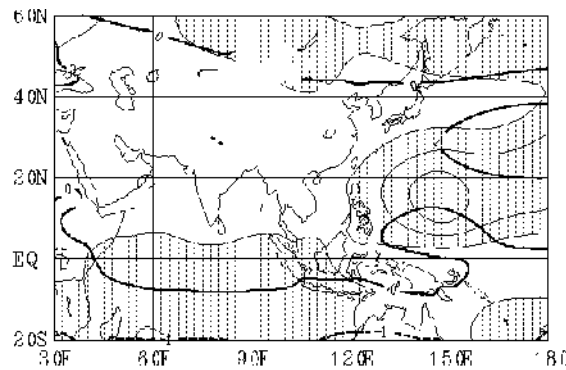
200hPa速度ポテンシャル



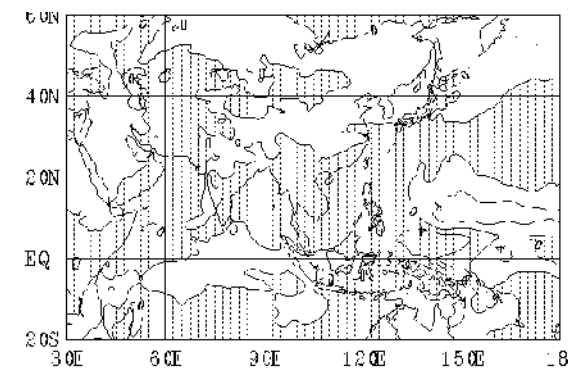
200hPa流線関数



850hPa流線関数



降水量偏差



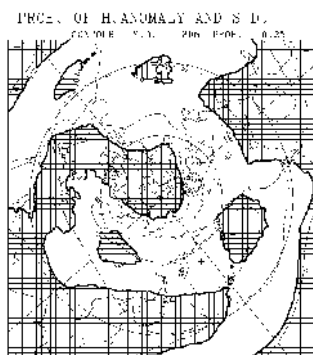
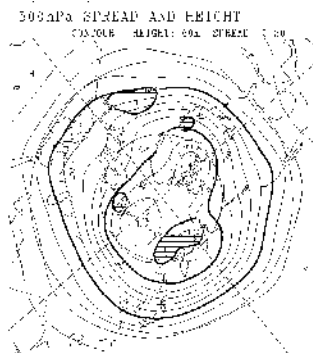
SST偏差は、フィリピンの東から日付変更線付近にかけて正偏差、インドネシア付近の南半球側で負偏差。

200hPa速度ポテンシャルは、SST偏差と熱帯季節内変動等に対応して、日付変更線付近の北太平洋亜熱帯域で上層発散偏差、インドネシア付近を中心に上層収束偏差。

200hPa流線関数は、熱帯の対流活動に対応して、インドシナ半島北部から南シナ海にかけて低気圧性循環偏差。その影響もあり、日本付近では高気圧性循環偏差。

850hPa流線関数は、熱帯の対流活動に対応して、フィリピンの東から日付変更線付近にかけて低気圧性循環偏差。

降水量は、フィリピンの東から日付変更線付近にかけて多雨偏差、インドネシア付近で少雨偏差。日本付近は沖縄・奄美で少雨偏差。

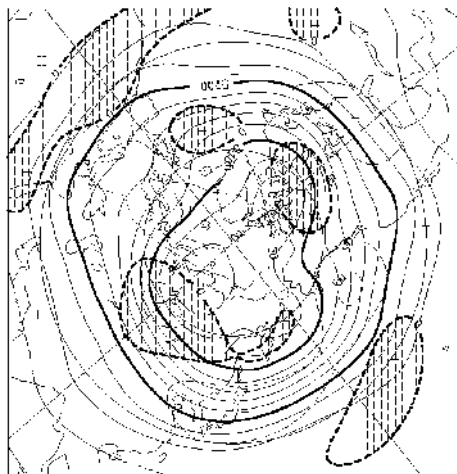


500hPa高度は、極渦がカナダ北部と中央シベリアにある。ユーラシア大陸では後者の極渦を含んで、寒帯前線ジェット気流沿いの波列状の偏差パターンが見られる。これと亜熱帯ジェット気流沿いのロスビー波東伝播により、日本付近から日本の東にかけて正偏差。日本付近は東日本以西を中心に正の高偏差確率75%以上の領域に覆われる。

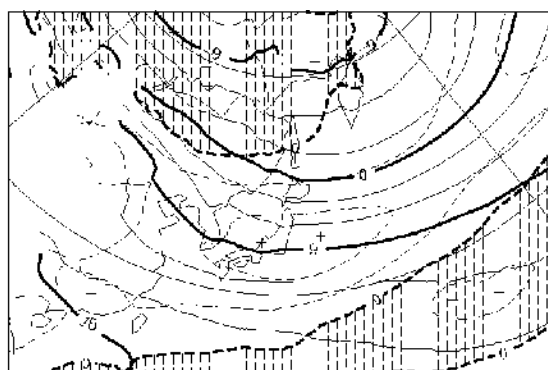
850hPa気温は、日本付近は500hPa高度に対応して平年より高い領域に覆われる。

海面気圧は、本州南岸に弱い気圧の谷があり、東日本太平洋側と西日本では低気圧や前線の影響を受けやすい。沖縄・奄美では期間の前半を中心に高気圧に覆われやすい。

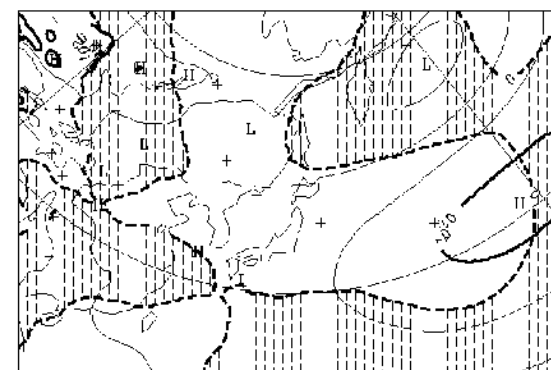
500hPa高度



850hPa気温

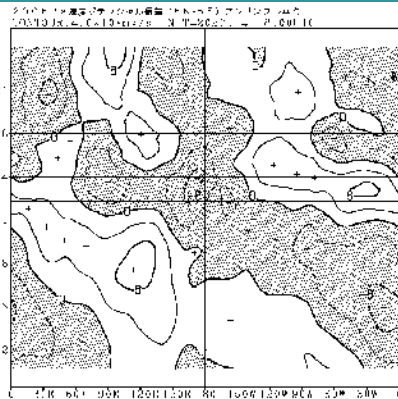


海面気圧



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、予測期間を通して、インドネシア付近で収束偏差、日付変更線付近で発散偏差が持続する。1週目は、フィリピンの東で熱帯じょう乱により発散偏差。

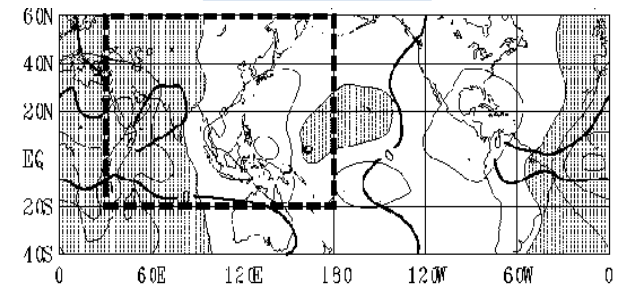
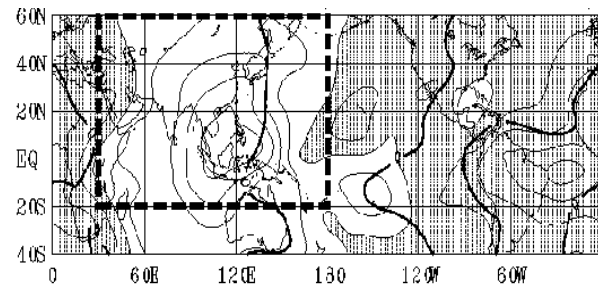
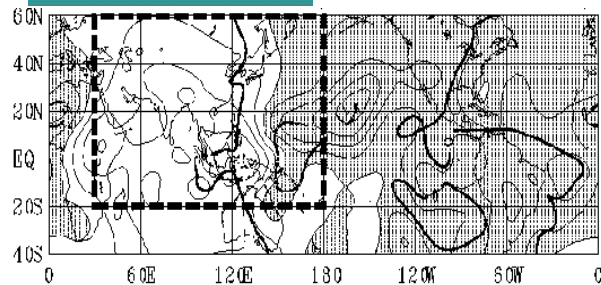
降水量は、予測期間を通して、インドネシア付近で少雨偏差が持続。フィリピンの東では、1週目は多雨偏差だが、2週目以降は少雨偏差となる。日本付近は、1週目と3~4週目は西日本日本海側中心に多雨偏差、2週目は日本の南東で多雨偏差。沖縄・奄美では期間を通して少雨偏差。

200hPa速度ポテンシャル

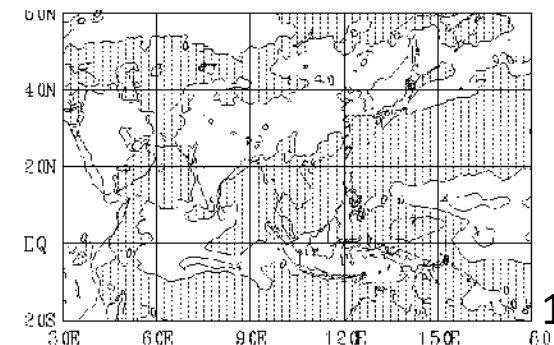
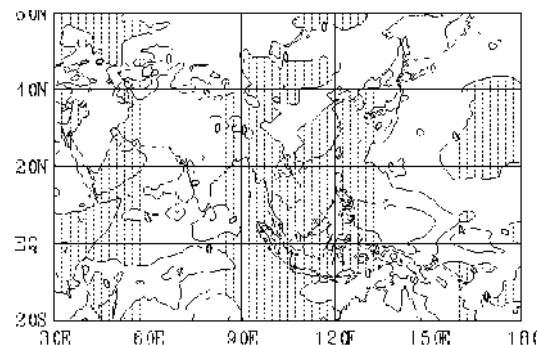
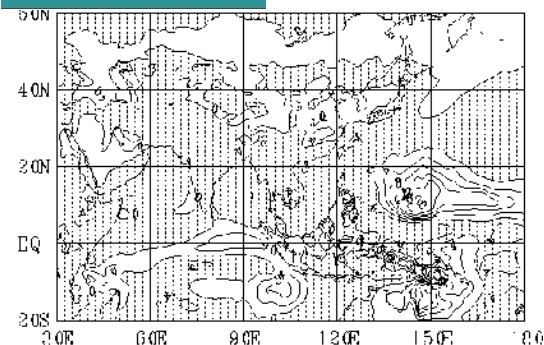
1週目

2週目

3~4週目



降水量偏差

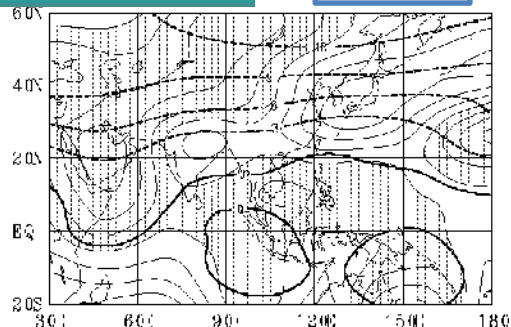


200hPa流線関数は、1週目は熱帯じょう乱の影響に加えて寒帯前線ジェット気流沿いと亜熱帯ジェット沿いのロスビー波東伝播の影響で、日本付近から日本の東で高気圧性循環偏差。東・西日本付近は西谷傾向となる。2週目は、熱帯の対流活動の影響で南シナ海で低気圧性循環偏差、日本付近で高気圧性循環偏差。3~4週目もその傾向が弱まりながらも持続。

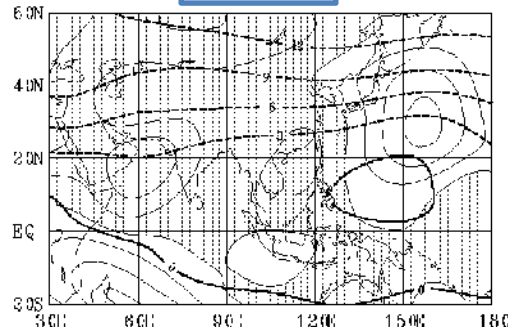
850hPa流線関数は、1週目はフィリピンの東で、2週目には日本の南で低気圧性循環偏差で、沖縄・奄美には湿った空気が流れ込みにくい。3~4週目になると、フィリピン付近の低気圧性循環偏差は弱まり、日本付近で高気圧性循環偏差がやや強まる。

200hPa流線関数

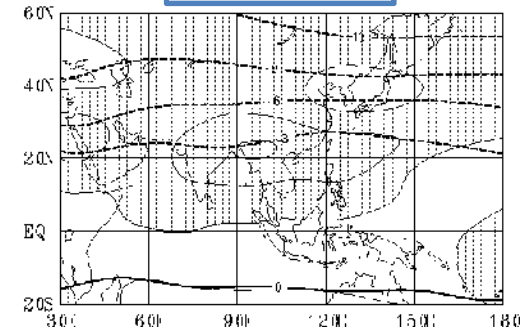
1週目



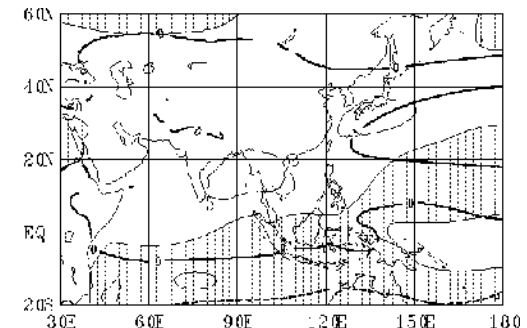
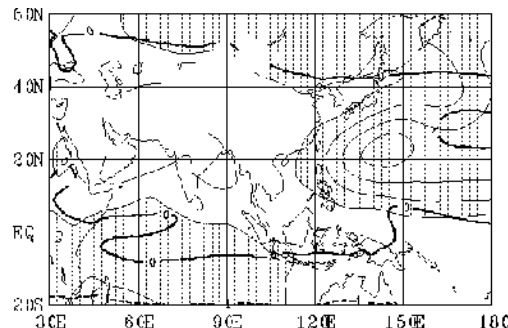
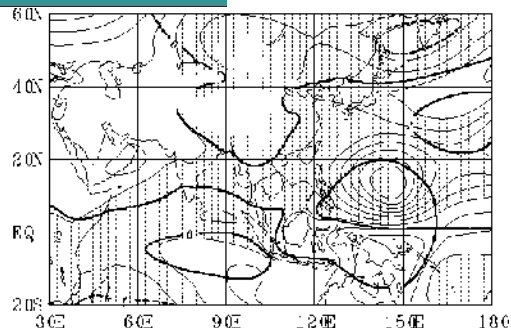
2週目



3~4週目



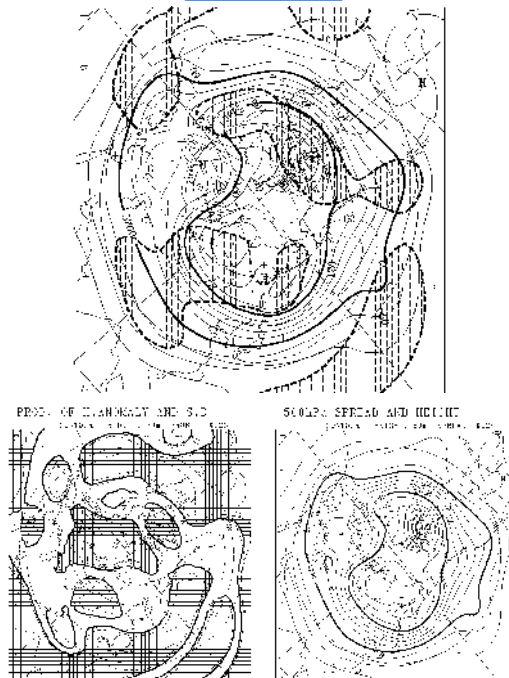
850hPa流線関数



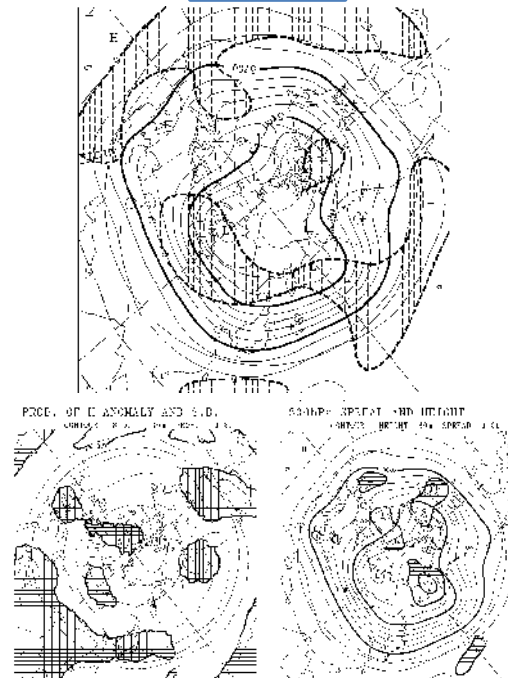
500hPa高度は、1週目は、極渦が中央シベリアにある。それを含む寒帯前線ジェット気流沿いのロスビー波東伝播や熱帯の対流活動の影響等により日本の東を中心に強い正偏差で、日本付近は西谷傾向。2週目には、極渦が弱まり、日本付近は熱帯の対流活動の影響を受けた正偏差域に覆われる。3~4週目もその傾向は持続するが、1・2週目よりも弱まる。

500hPa高度

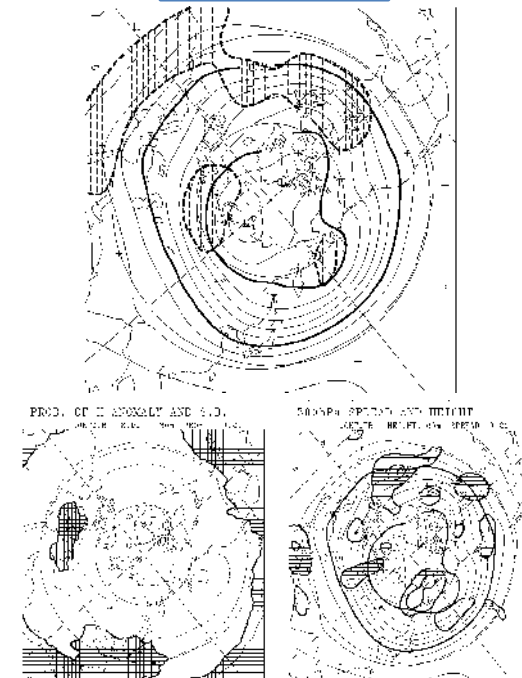
1週目



2週目



3~4週目



850hPa気温は、1・2週目を中心に日本付近は日付変更線付近まで広がる正偏差域に覆われる。

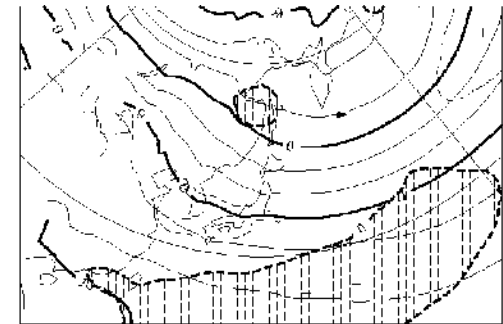
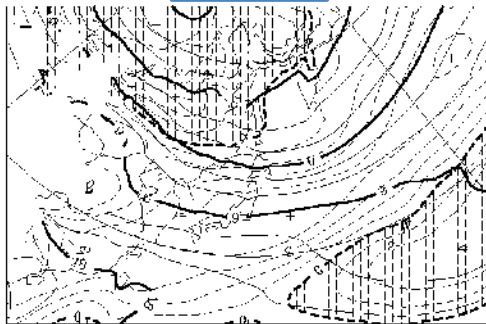
海面気圧は、1週目は本州付近に気圧の谷があり、西日本を中心に低気圧や前線の影響を受けやすい。沖縄・奄美では、気圧の傾きが緩く、高気圧に覆われやすい。2週目は東シナ海を中心に正偏差で、西日本と沖縄・奄美では高気圧に覆われやすい。3～4週目は日本の南に高気圧が張り出し、東日本太平洋側と西日本ではその縁を回る湿った空気が流れ込みやすくなる。

1週目

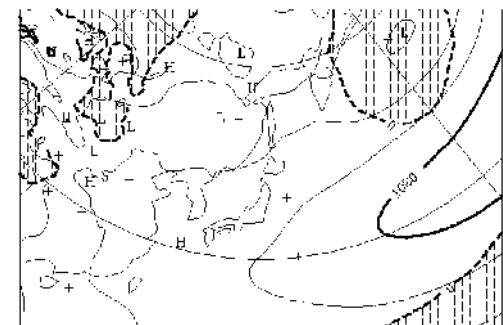
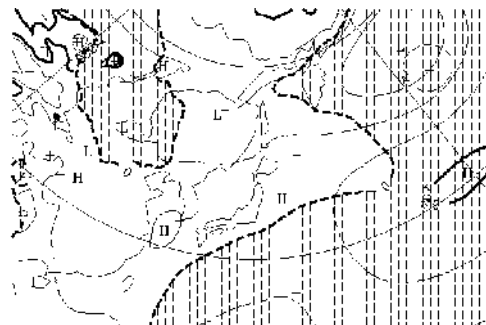
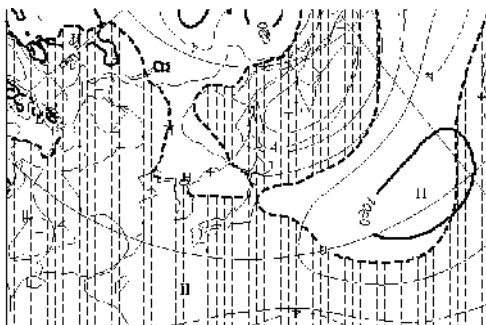
2週目

3～4週目

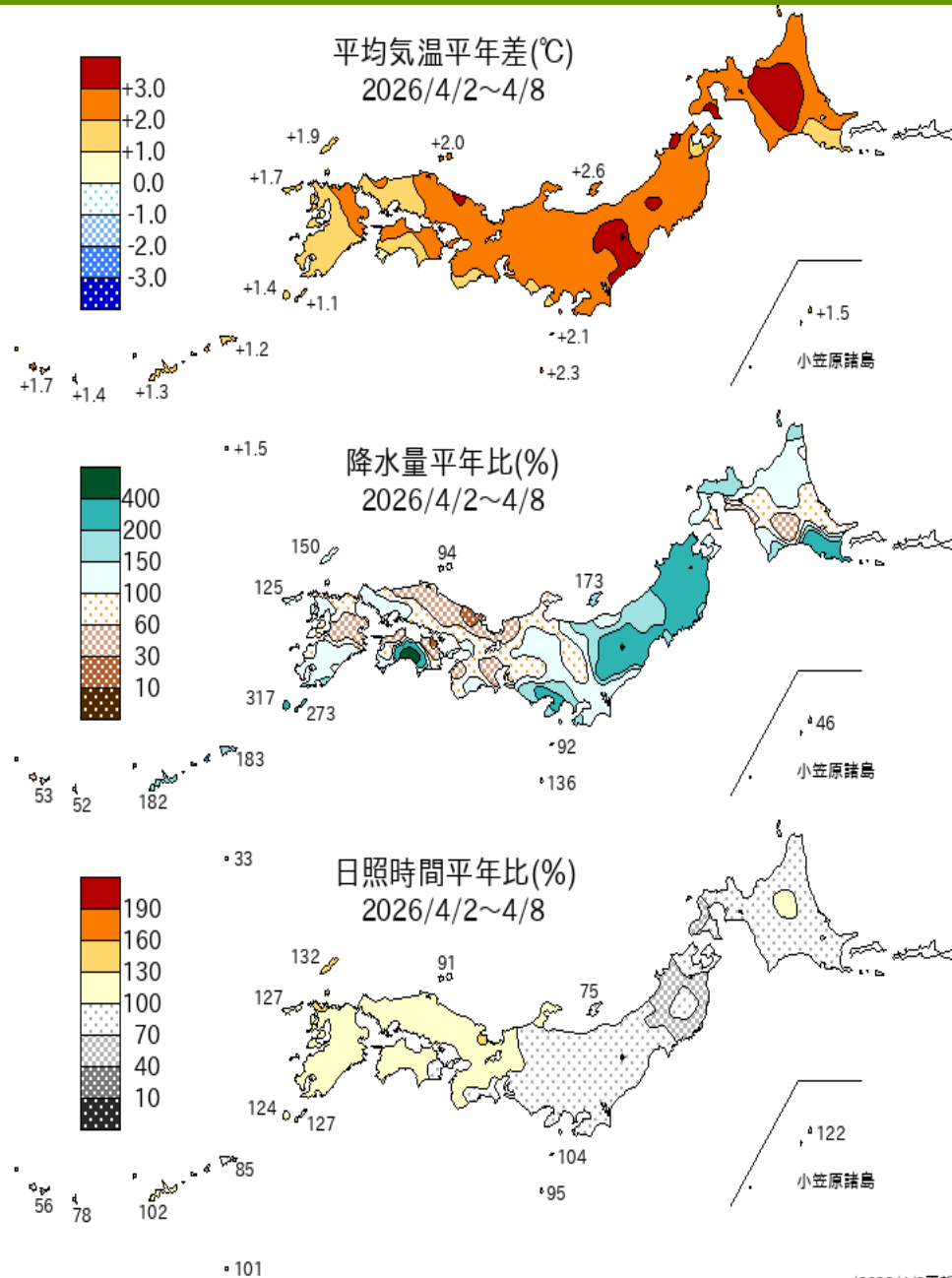
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(4月2日~4月8日)は、全国的に天気は数日の周期で変わり、低気圧や前線の影響で曇りや雨の日がありましたが、西日本を中心に高気圧に覆われて晴れた日もありました。

このため、降水量は西日本日本海側では平年を下回りましたが、そのほかの地方では平年を上回った所が多くなりました。日照時間は西日本で平年を上回りましたが、そのほかの地方では平年を下回りました。

暖かい空気に覆われやすかったため、気温は北・東・西日本を中心に平年を大きく上回り、夏日となった所もありました。