

全般季節予報支援資料 1か月予報

2026年4月23日

予報期間：4月25日～5月24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多いでしょう。

東・西日本日本海側では、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・西日本太平洋側では、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、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	10:40:50	30:40:30	20:40:40	
	太平洋側		30:40:30	20:40:40	
東日本	日本海側	10:40:50	30:40:30	30:30:40	
	太平洋側		30:30:40	40:40:20	
西日本	日本海側	10:40:50	30:40:30	40:30:30	
	太平洋側		30:30:40	40:40:20	
沖縄・奄美		10:40:50	30:30:40	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	20:40:40	20:40:40	20:30:50
東日本	20:40:40	20:40:40	10:30:60
西日本	20:40:40	20:40:40	10:30:60
沖縄・奄美	20:40:40	10:40:50	20:30:50

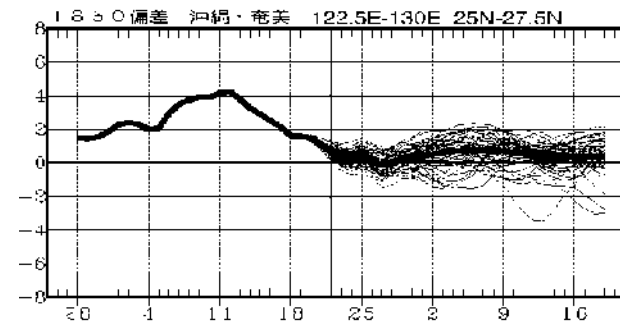
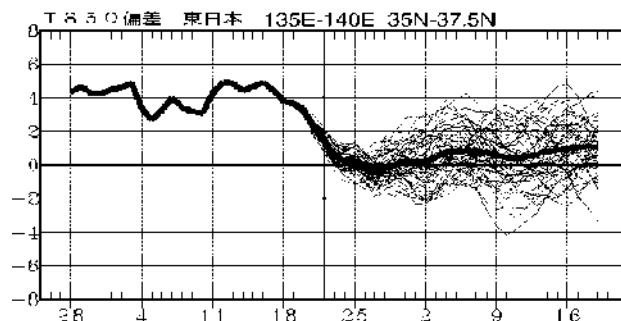
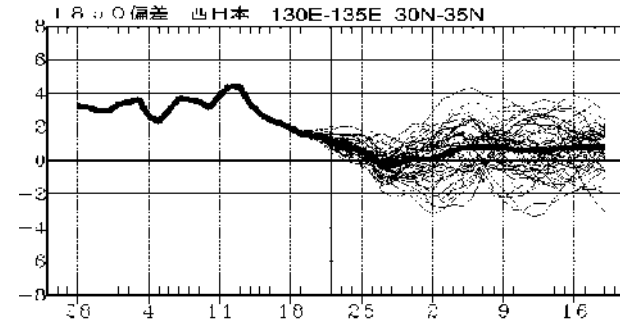
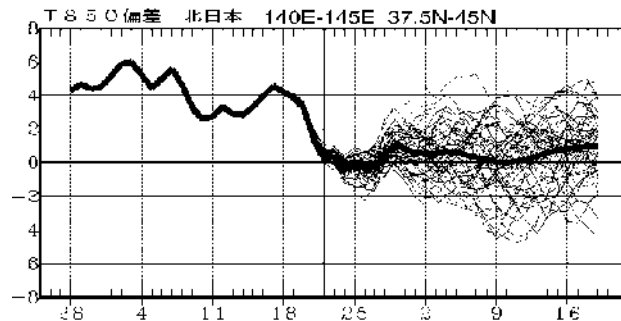
全般1か月予報のポイント

- 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。
- 北日本では、高気圧に覆われやすいため、向こう1か月の日照時間は平年並か多いでしょう。
- 東・西日本太平洋側では、期間の前半を中心に前線や湿った空気の影響を受けやすいため、向こう1か月の日照時間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(4/25~5/1)	2週目(5/2~5/8)	3~4週目(5/9~5/22)
想定される天候(気温)	全国的に高温傾向	北・東・西日本で高温傾向、沖縄・奄美で高温	全国的に高温
根拠	全国的に暖かい空気が流れ込みやすい(P12,P13参照)。	全国的に暖かい空気が流れ込みやすい(P12,P13参照)。	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)。

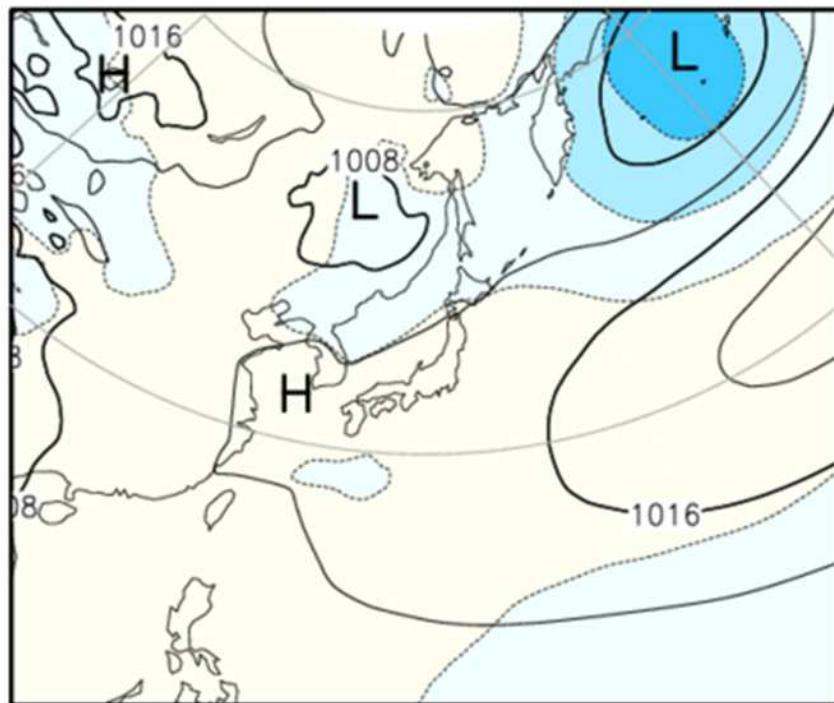
850hPa気温偏差時系列



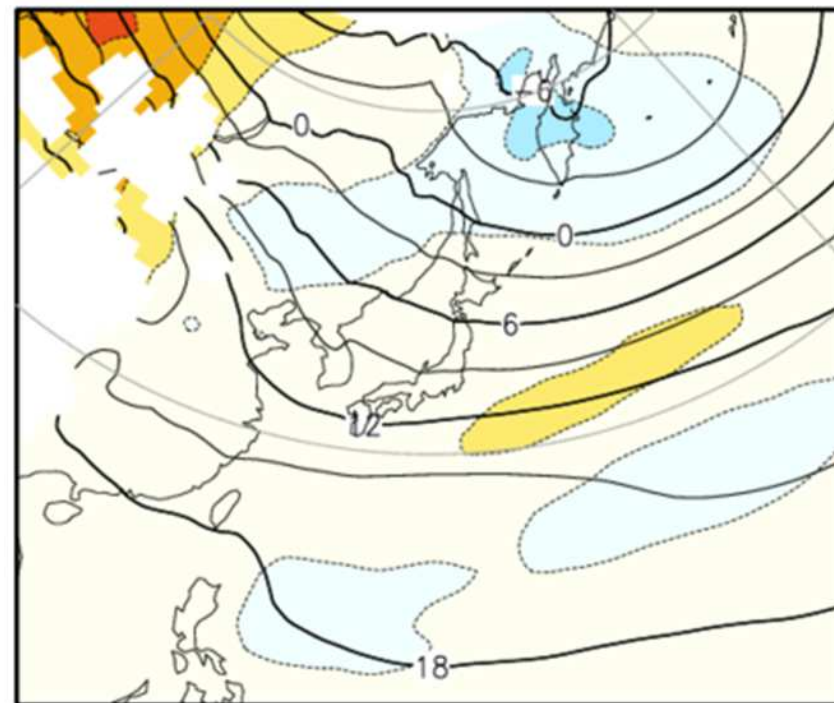
各週における天候のポイント(天気)

	1週目(4/25~5/1)	2週目(5/2~5/8)	3~4週目(5/9~5/22)
想定される天候(天気)	<p>北・西日本と東日本太平洋側では、天気は数日の周期で変わるでしょう。</p> <p>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>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。</p>	<p>北日本では、天気は数日の周期で変わるでしょう。</p> <p>東・西日本日本海側では、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・西日本太平洋側では、天気は数日の周期で変わりますが、前線や湿った空気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、前線や湿った空気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。</p>	<p>北日本では、天気は数日の周期で変わるでしょう。</p> <p>東・西日本では、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>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。</p>
根拠	<p>北日本では高気圧にやや覆われやすい(P10-P13参照)。</p>	<p>東・西日本太平洋側と沖縄・奄美では前線や湿った空気の影響を受けやすい。北日本と東日本日本海側では高気圧にやや覆われやすい(P10-P13参照)。</p>	<p>北日本と東日本日本海側では高気圧にやや覆われやすい(P10-P13参照)。</p>

海面気圧(1か月)



上空約1500mの気温(1か月)

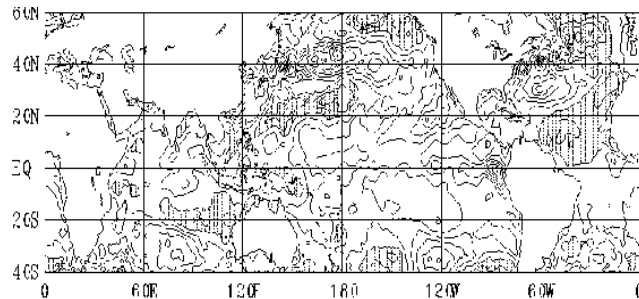


1か月平均の海面気圧(左図)では、日本の東に高気圧があり、日本付近まで気圧の高い領域が広がると予測されています。北日本では高気圧に覆われやすいでしょう。一方、日本の南には弱い気圧の谷が予測されています。東・西日本太平洋側では期間の前半を中心に高気圧の縁を回る湿った空気や前線の影響を受けやすいでしょう。

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。

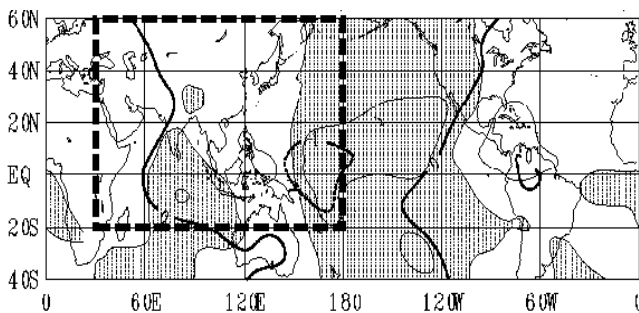
予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

SST偏差



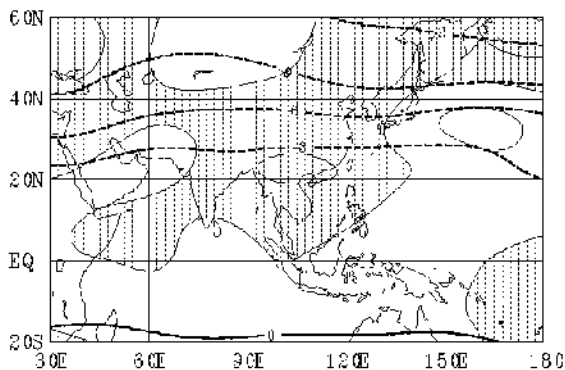
SST偏差は、太平洋熱帯域ではパプアニューギニア付近で負偏差のほかは、広く正偏差。また、インド洋赤道域でも正偏差。

200hPa速度ポテンシャル



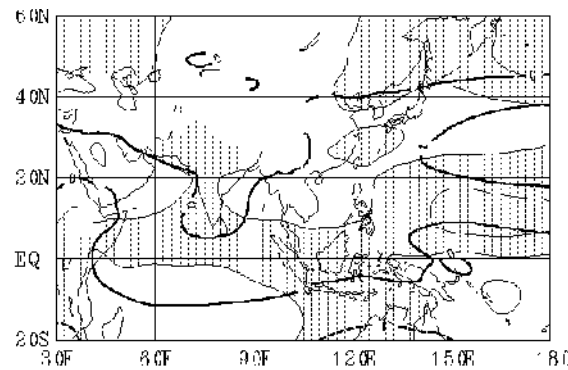
200hPa速度ポテンシャルは、SST偏差と熱帯季節内変動等に対応して、日付変更線付近を中心とした北太平洋亜熱帯域とインド洋で上層発散偏差、インドネシア付近で上層収束偏差。

200hPa流線関数



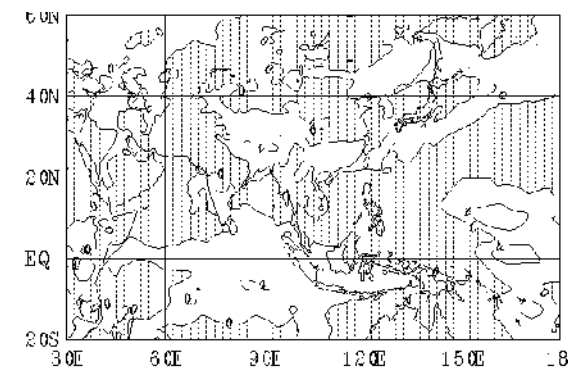
200hPa流線関数は、熱帯の対流活動に対応して、インドシナ半島付近で低気圧性循環偏差。その影響もあり、日本付近では日本の東を中心に高気圧性循環偏差。

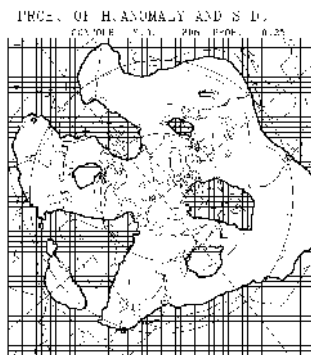
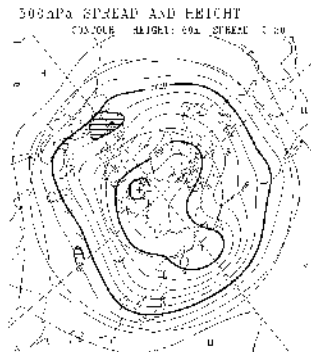
850hPa流線関数



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、日付変更線付近とインド洋で多雨偏差。日本付近は日本の南で多雨偏差。

降水量偏差



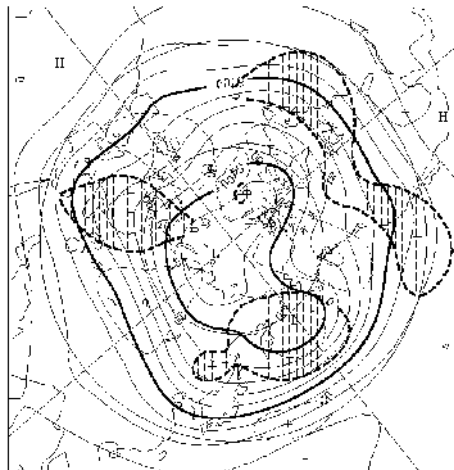


500hPa高度は、中国東北区で負偏差だが、その北には弱いリッジが見られる。一方、日本の南東海上で正偏差が明瞭。東・西日本を中心に西谷傾向。

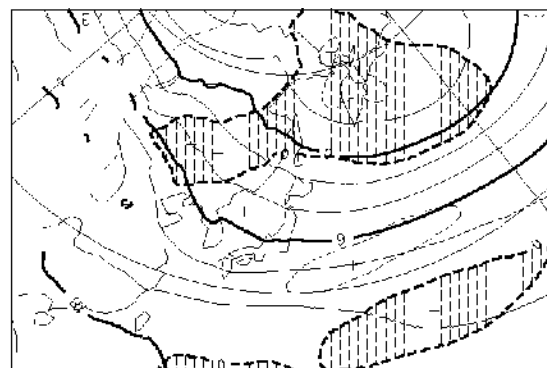
850hPa気温は、日本付近は日本の東を中心とした正偏差。

海面気圧は、日本の東に高気圧があり、日本付近まで気圧の高い領域が広がる。北日本では高気圧に覆われやすい。一方、日本の南には弱い気圧の谷がある。東・西日本太平洋側では期間の前半を中心に高気圧の縁を回る湿った空気や前線の影響を受けやすい。

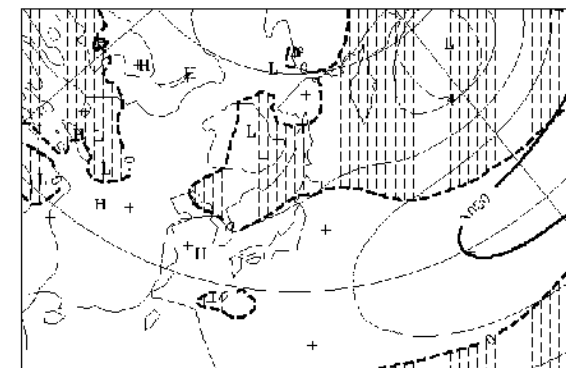
500hPa高度



850hPa気温

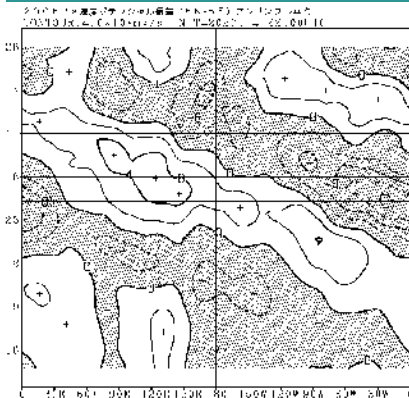


海面気圧



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、太平洋熱帯域の日付変更線付近で発散偏差が持続。また、熱帯季節内変動に伴う対流活発域がインド洋から太平洋を東進し、1週目はインド洋西部、2週目以降は太平洋で発散偏差となる。3~4週目はインド洋中部で発散偏差だが、インド洋西部とインドネシア付近で収束偏差。

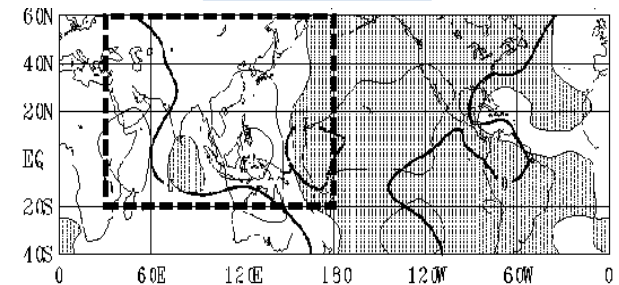
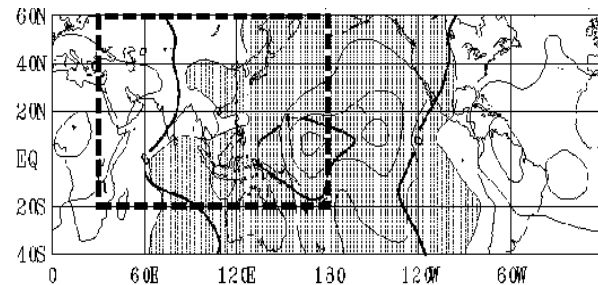
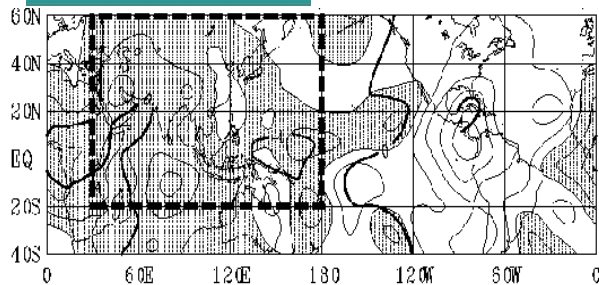
降水量は、予測期間を通して、太平洋熱帯域の日付変更線付近で多雨偏差が持続。日本付近は、1・2週目は日本の南で多雨偏差。

200hPa速度ポテンシャル

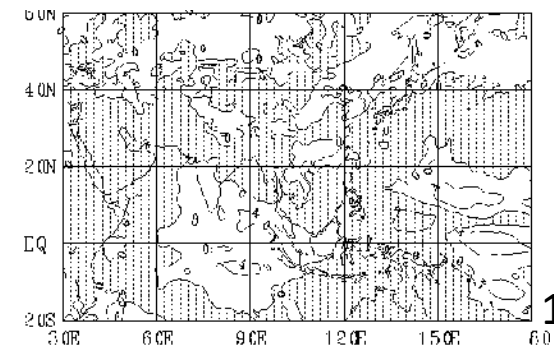
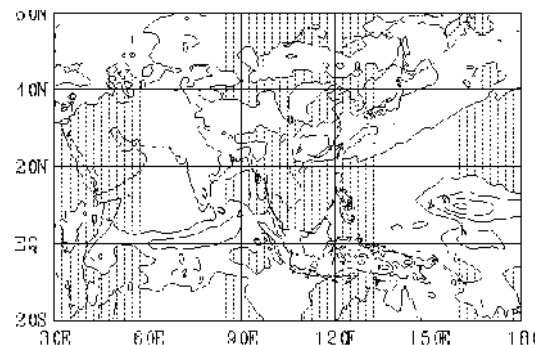
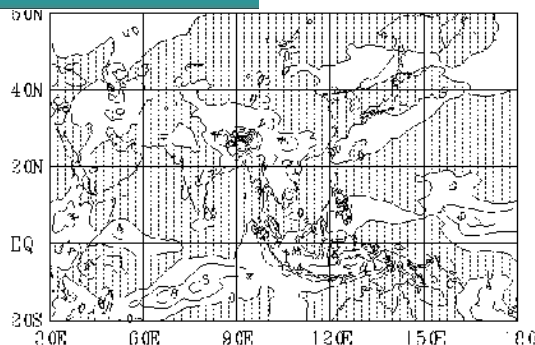
1週目

2週目

3~4週目



降水量偏差



200hPa流線関数は、1週目は寒帯前線ジェット気流沿いの波束伝播に加えて、亜熱帯ジェット気流沿いの波束伝播の影響もあり、華北付近で低気圧性循環偏差、日本の東で高気圧性循環偏差。日本の東の高気圧性循環偏差は2週目も持続。3~4週目は、熱帯の対流活動の影響で、アラビア半島とインドの北東で低気圧性循環偏差となり、その影響もあって日本付近は高気圧性循環偏差。

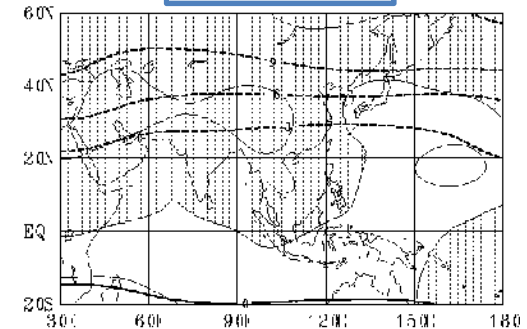
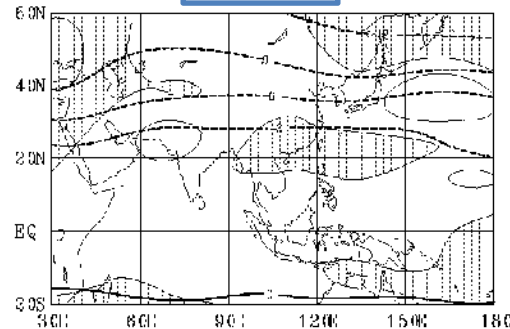
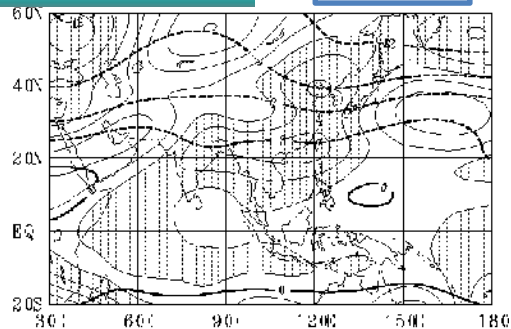
850hPa流線関数は、1週目に日本の南から沖縄・奄美にかけて高気圧性循環偏差。これは2週目には弱まって東に後退する。3~4週目はフィリピンの東を中心に低気圧性循環偏差となる。

200hPa流線関数

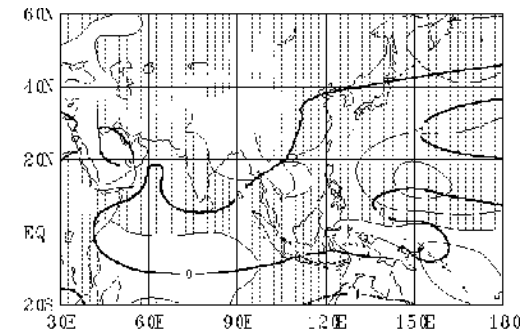
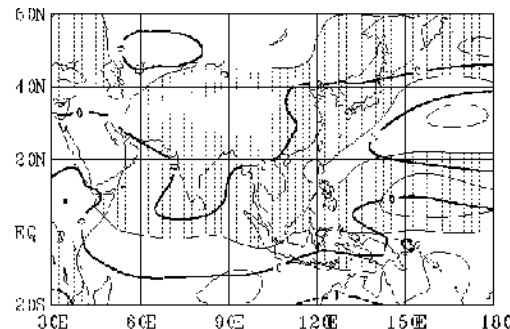
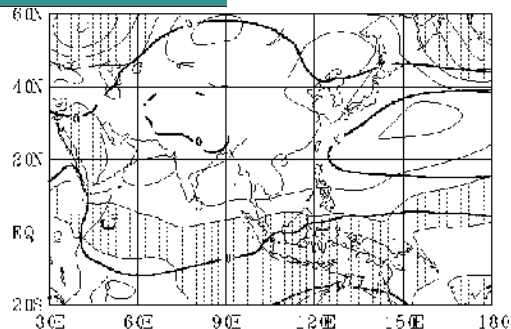
1週目

2週目

3~4週目



850hPa流線関数



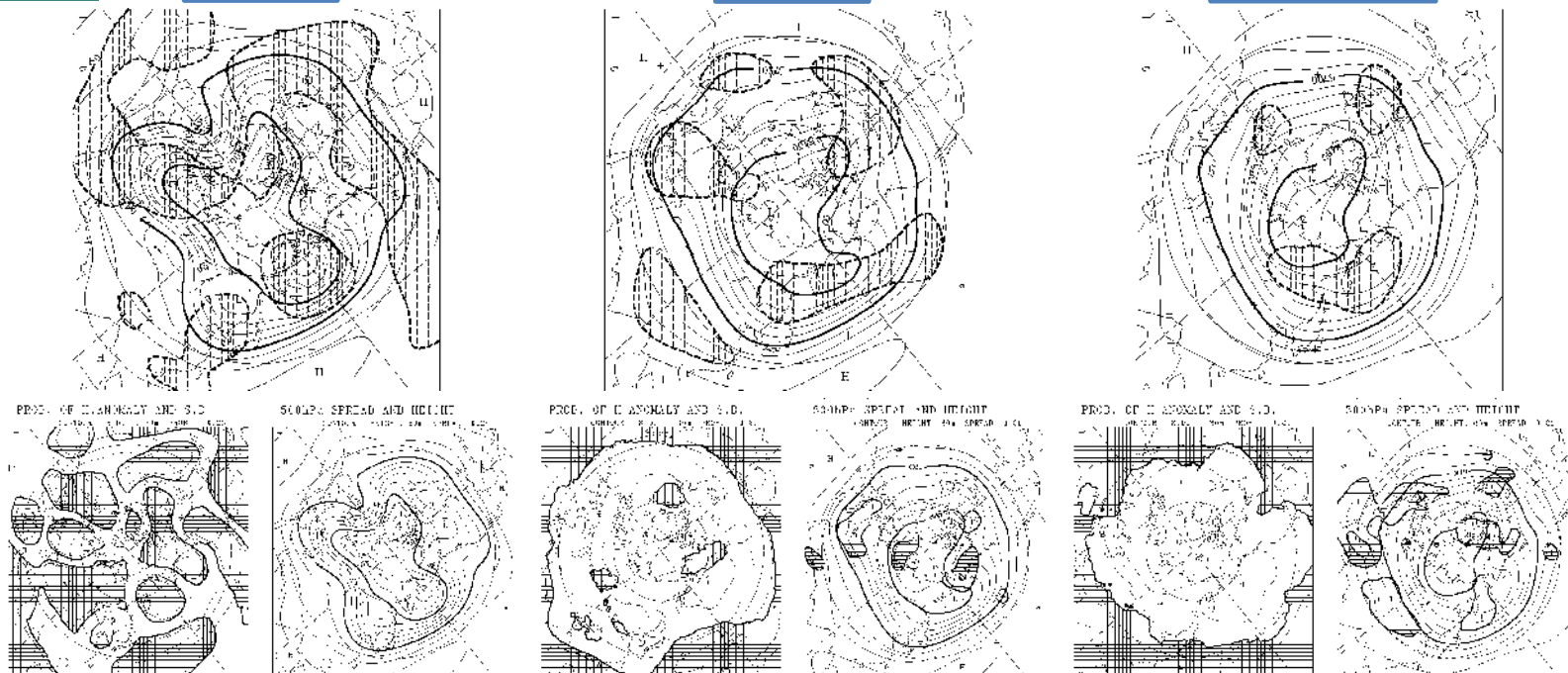
500hPa高度は、期間を通じて日本の南東海上で正偏差。1週目は中国東北区付近から東シナ海にかけてトラフ、その北には弱いリッジが見られる。日本付近は東・西日本を中心に西谷傾向。2週目は、日本の北のトラフは東進するが、華南でも弱いトラフがみられ、沖縄・奄美でも西谷傾向。3~4週目は日本の北のトラフがカムチャツカ半島付近まで東進する。

500hPa高度

1週目

2週目

3~4週目



850hPa気温は、1週目は本州付近を中心に負偏差が見られるが、2週目は本州付近は正偏差となり、負偏差は日本の北が中心となる。3～4週目は、日本付近は正偏差。

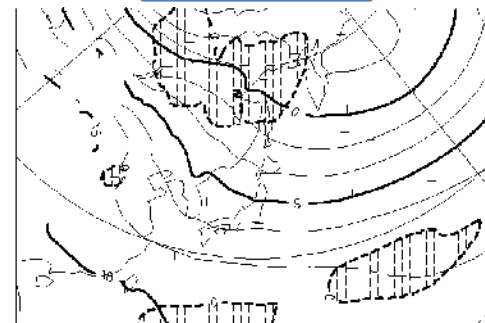
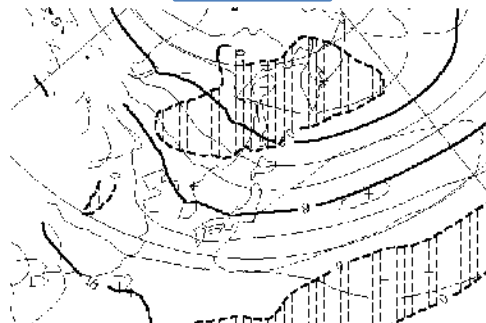
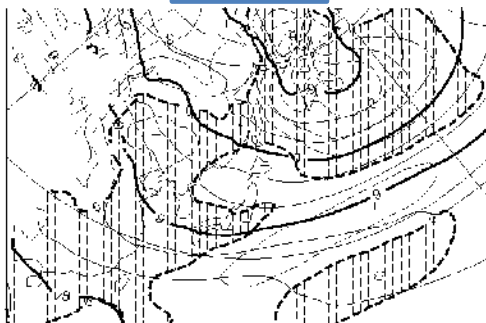
海面気圧は、1週目は日本の東に高気圧、日本海に負偏差が見られる。2週目は日本付近は気圧の谷となり、東・西日本太平洋側と沖縄・奄美を中心に日本の東の高気圧の縁を回る湿った空気や前線の影響を受けやすい。3～4週目は日本付近は正偏差となり、北日本と東日本日本海側では高気圧にやや覆われやすい。

1週目

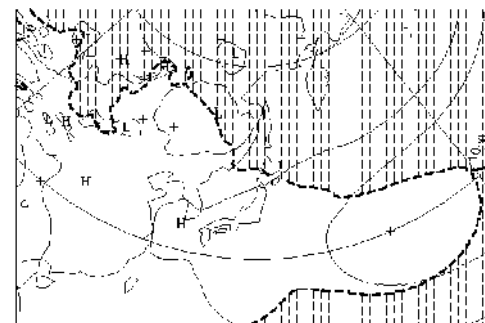
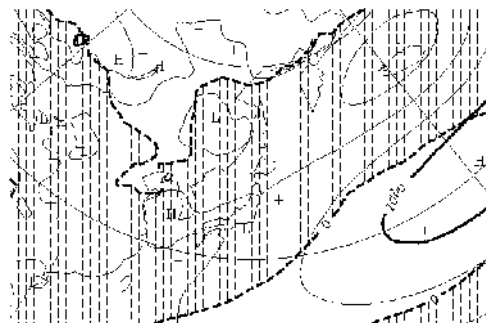
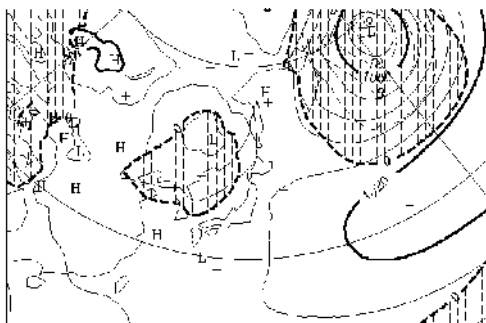
2週目

3～4週目

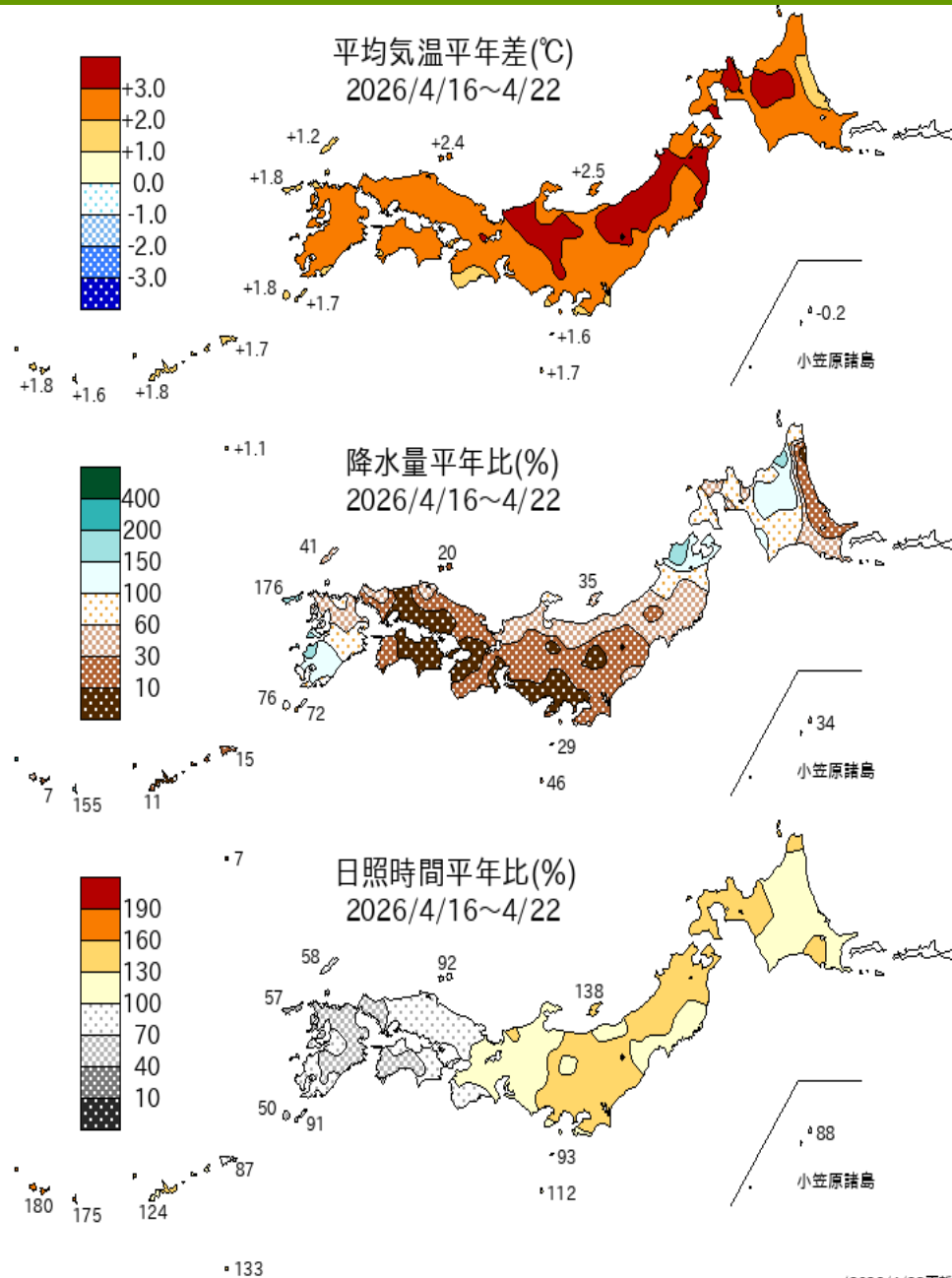
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(4月16日~4月22日)は、日本付近を低気圧と高気圧が交互に通過しました。高気圧に覆われやすかった北・東日本と沖縄・奄美では晴れの日が多くなった一方、前線や低気圧の影響を受けやすかった西日本では曇りや雨の日が多くなりました。

このため、日照時間は西日本で平年を下回り、そのほかの地方では平年を上回りました。降水量は東・西日本を中心に平年を下回った所が多くなりました。

暖かい空気に覆われやすかったため、気温は全国的に平年を大きく上回りました。