

全般季節予報支援資料 1か月予報

2026年4月30日

予報期間：5月2日～6月1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。

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		30:40:30	40:30:30	
西日本	日本海側	20:30:50	30:40:30	40:30:30	
	太平洋側		30:40:30	40:30:30	
沖縄・奄美		20:30:50	30:40:30	30:40:30	

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

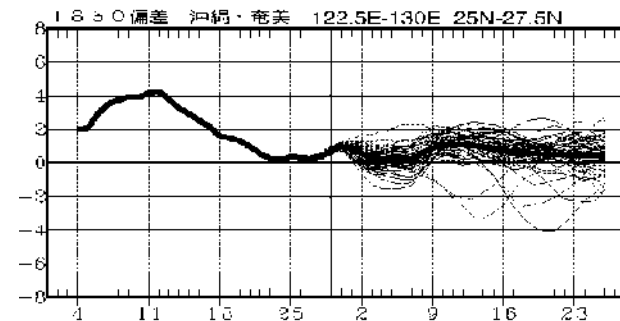
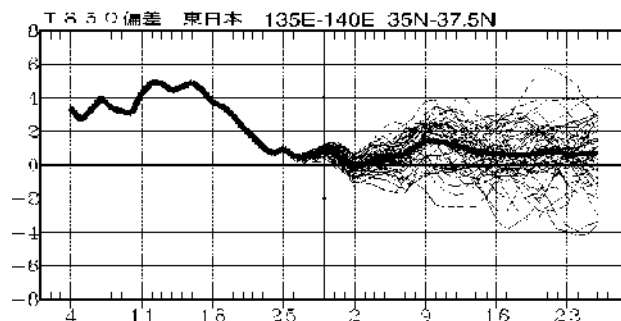
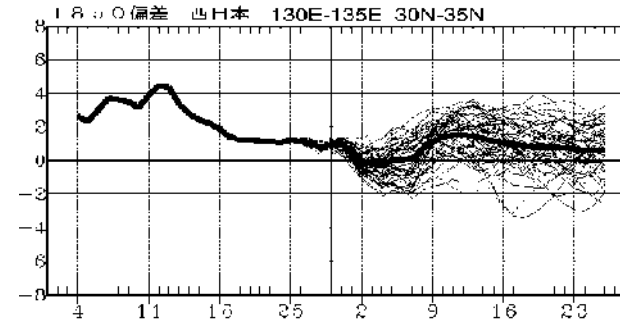
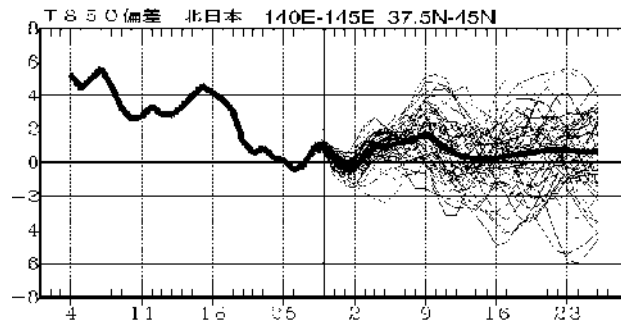
全般1か月予報のポイント

- 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、低気圧や前線の影響を受けにくいため、向こう1か月の日照時間は平年並か多いでしょう。

各週における天候のポイント(気温)

	1週目(5/2~5/8)	2週目(5/9~5/15)	3~4週目(5/16~5/29)
想定される天候(気温)	北日本で高温、東日本で高温傾向、西日本と沖縄・奄美では平年並。	北日本で高温傾向、東・西日本と沖縄・奄美で高温	全国的に高温
根拠	北・東日本では暖かい空気に覆われやすい(P12,P13参照)。	偏西風が北偏して流れるため、本州以南を中心に暖かい空気に覆われやすい(P12,P13参照)。	暖かい空気に覆われやすい傾向が持続(P12,P13参照)。

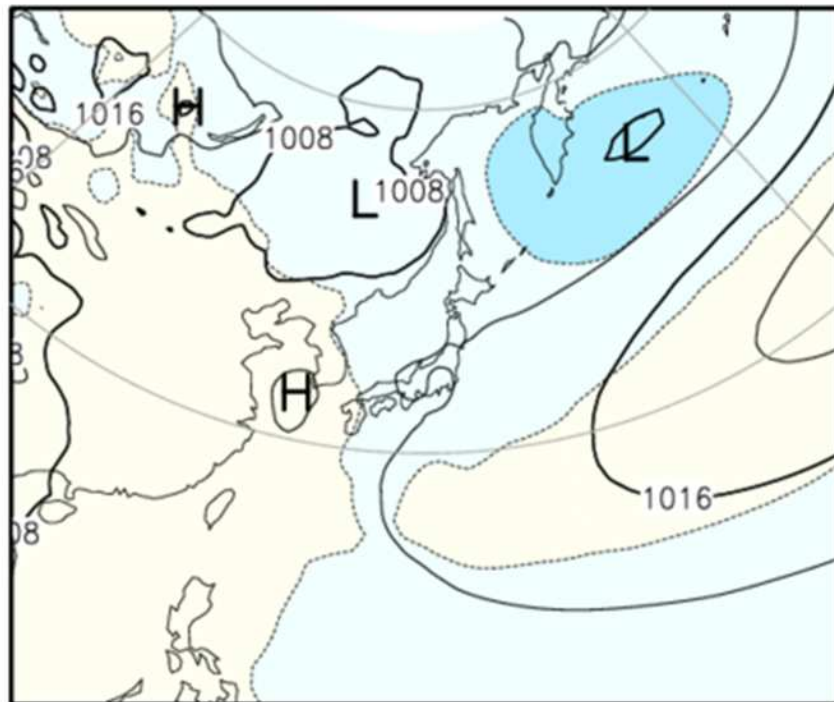
850hPa気温偏差時系列



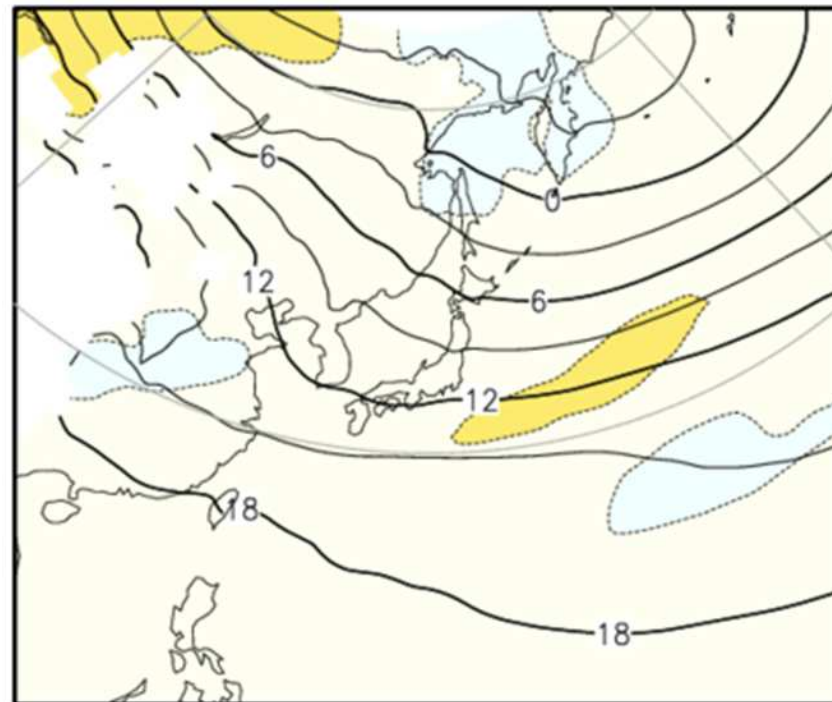
各週における天候のポイント(天気)

	1週目(5/2～5/8)	2週目(5/9～5/15)	3～4週目(5/16～5/29)
想定される天候(天気)	<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、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、前線や湿った空気の影響を受けにくいいため、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>沖縄・奄美では前線や湿った空気の影響を受けやすい(P10-P13参照)。</p>	<p>沖縄・奄美では前線や湿った空気の影響を受けにくい(P10-P13参照)。</p>	<p>全国的に平年と同様の天候(P10-P13参照)。</p>

海面気圧(1か月)



上空約1500mの気温(1か月)

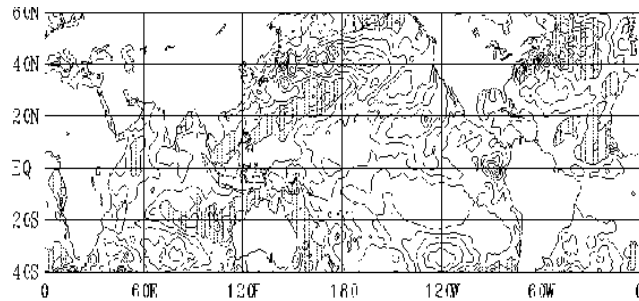


1か月平均の海面気圧(左図)では、日本の北で平年より低く、低気圧は日本より北を通過しやすいと予測されています。一方、本州付近には弱い気圧の谷が予測されています。その間の北日本では低気圧や前線の影響を受けにくいでしょう。

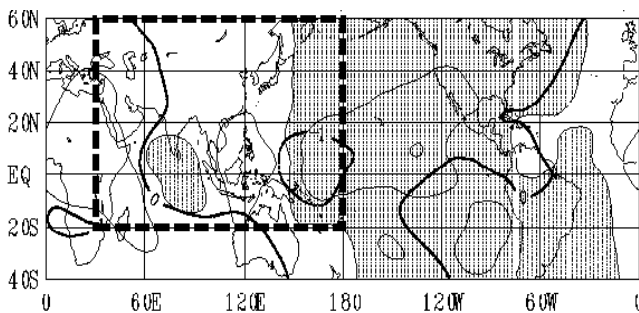
上空約1500mの気温(右図)は、全国的に平年より高く、暖かい空気に覆われやすいでしょう。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

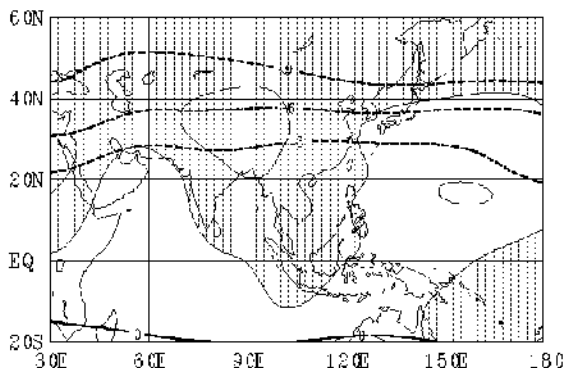
SST偏差



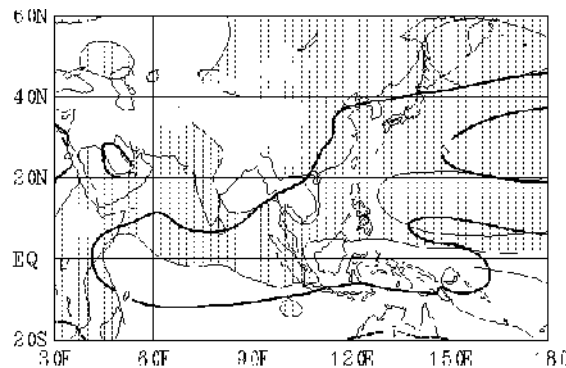
200hPa速度ポテンシャル



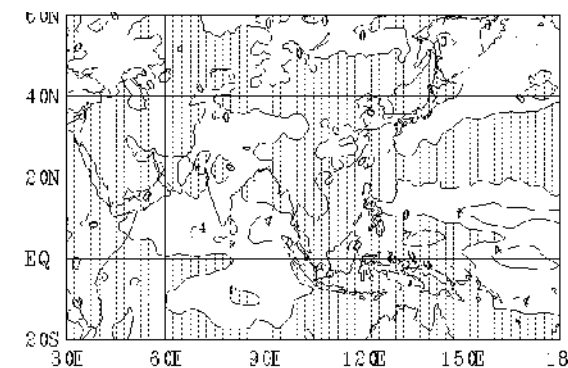
200hPa流線関数



850hPa流線関数



降水量偏差



SST偏差は、インド洋から太平洋熱帯域ではオーストラリアの北方海上とフィリピンの東で負偏差のほかは、広く正偏差。また、インド洋も東部を中心に正偏差。

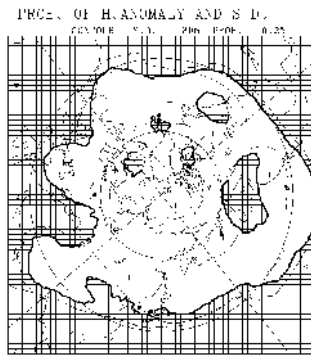
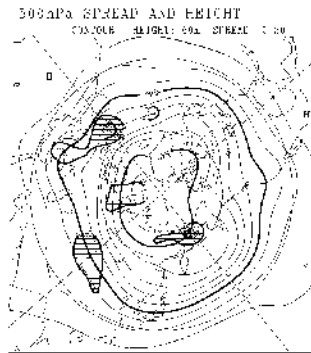
200hPa速度ポテンシャルは、SST偏差と熱帯季節内変動等に対応して、日付変更線付近から北太平洋亜熱帯域東部で上層発散偏差、インドネシア付近で上層収束偏差。

200hPa流線関数は、熱帯の対流活動に対応して、インドの北東を中心に低気圧性循環偏差。マリアナ諸島近海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、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。

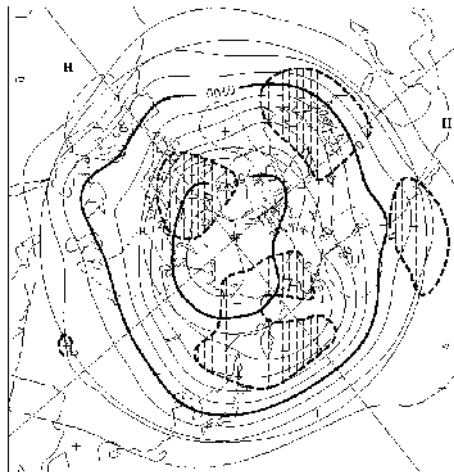
予報資料の解釈(1か月) 北半球循環場



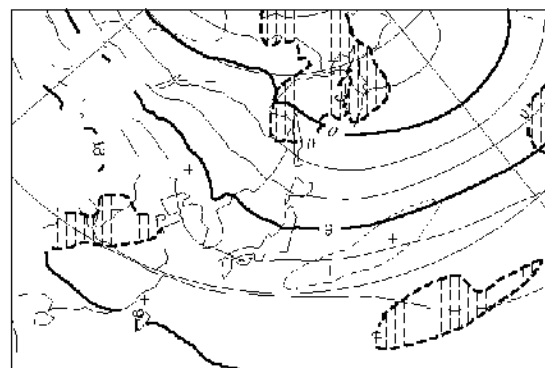
500hPa高度は、スカンジナビア半島付近とカムチャツカ半島付近にトラフがある。日本付近は弱い西谷だが、日本の北では東谷傾向。
850hPa気温は、日本付近は日本の南東を中心とした正偏差に覆われる。

海面気圧は、日本の北で平年より低く、低気圧は日本より北を通過しやすい。一方、本州付近には弱い気圧の谷がある。その間の北日本では低気圧や前線の影響を受けにくい。

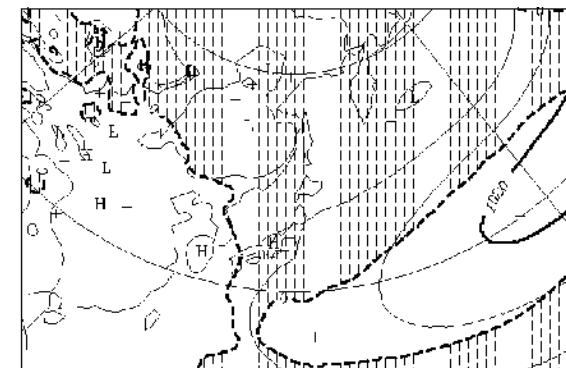
500hPa高度



850hPa気温

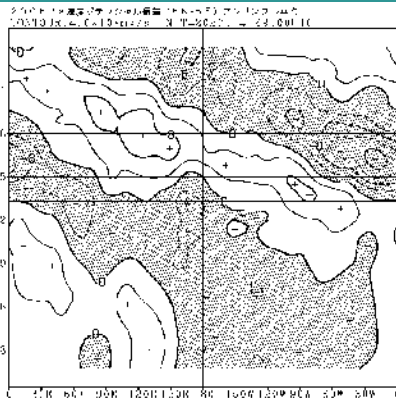


海面気圧



予報資料の解釈(各週) 熱帯の対流活動

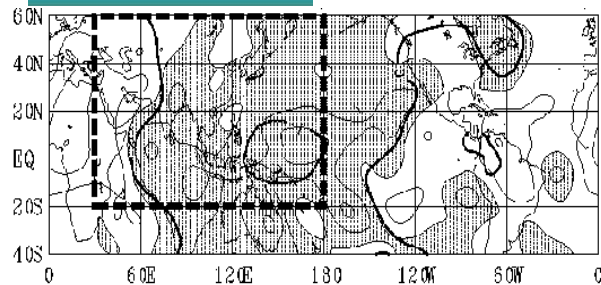
200hPa速度ポテンシャル偏差時系列



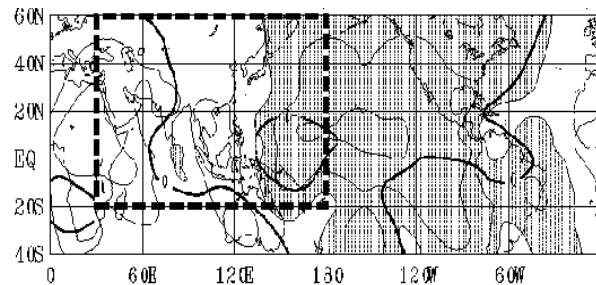
200hPa速度ポテンシャルは、太平洋熱帯域の日付変更線付近で発散偏差が持続することに加え、熱帯季節内変動に伴う対流活発域が太平洋を東進する。1週目はインド洋から太平洋西部、2週目以降は太平洋中部から東部で発散偏差。2週目以降はインドネシア付近で収束偏差が明瞭になる。降水量は、予測期間を通して、太平洋熱帯域の日付変更線付近で多雨偏差が持続。1週目はフィリピンの東で、2週目はフィリピン付近で多雨偏差。日本付近は、1週目に日本の南から沖縄・奄美にかけて多雨偏差。

200hPa速度ポテンシャル

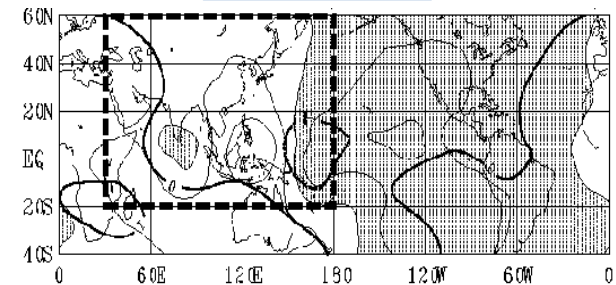
1週目



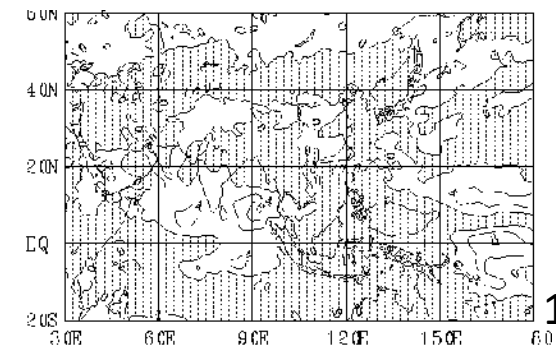
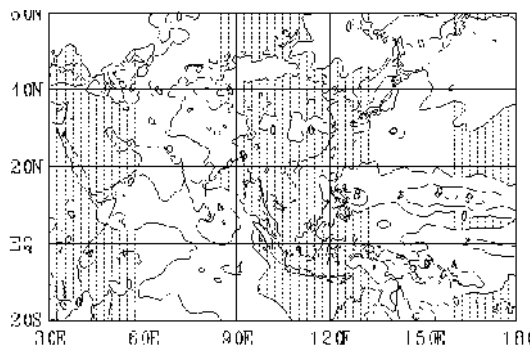
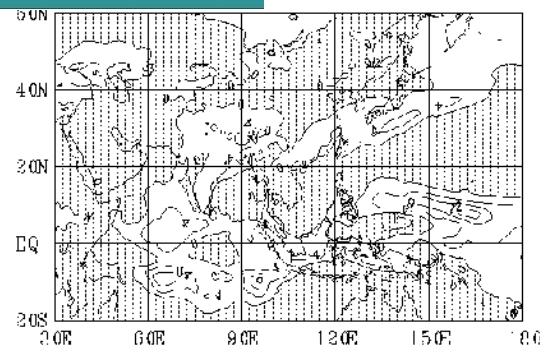
2週目



3~4週目



降水量偏差



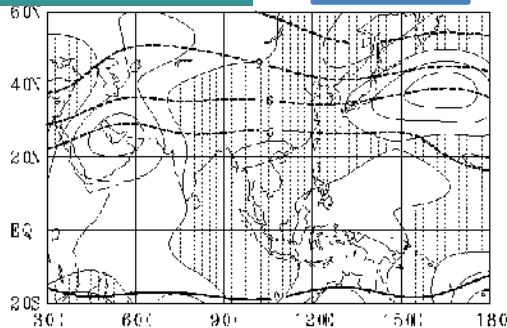
予報資料の解釈(各週) 熱帯循環場

200hPa流線関数は、1週目は寒帯前線ジェット気流沿いと亜熱帯ジェット気流沿いの波束伝播の影響で、東シベリアとインドシナ半島付近で低気圧性循環偏差、日本の東で高気圧性循環偏差。2週目は、亜熱帯ジェット気流沿いの波束伝播および熱帯の対流活動の影響で、インドの北東で低気圧性循環偏差、日本付近は高気圧性循環偏差。3~4週目は高気圧性循環偏差の中心は南東に移り、マリアナ諸島付近。

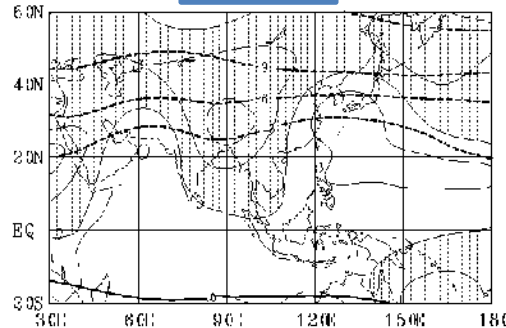
850hPa流線関数は、1週目は日本の南東で高気圧性循環偏差。フィリピンの東では低気圧性循環偏差で、3~4週目は日本の南まで低気圧性循環偏差。沖縄・奄美では、1週目は前線や湿った空気の影響を受けやすく、2週目は受けにくい。

200hPa流線関数

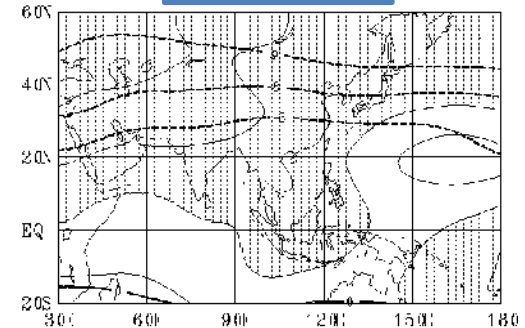
1週目



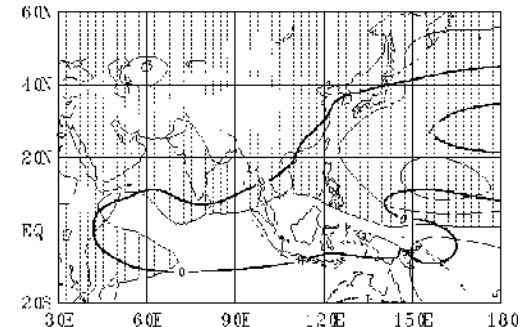
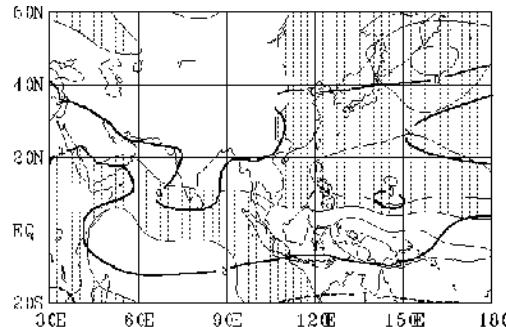
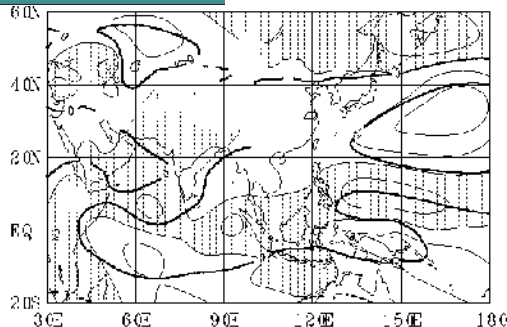
2週目



3~4週目



850hPa流線関数



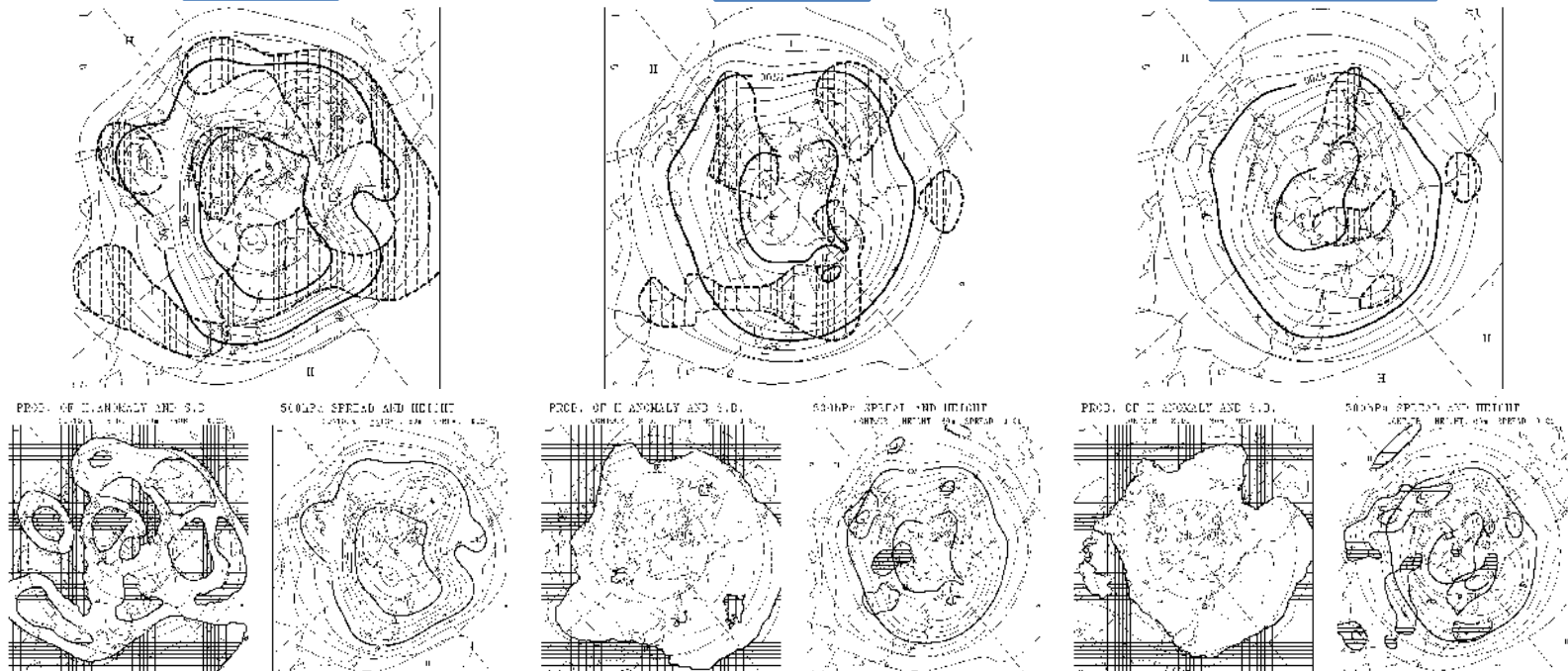
500hPa高度は、期間を通じて日本の南東海上で正偏差。1週目はサハリン付近と華中に負偏差があり、日本付近は西谷傾向。2週目は日本の北で東谷傾向。3～4週目は日本付近は弱い西谷だが、サハリン付近には弱いリッジが見られる。

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

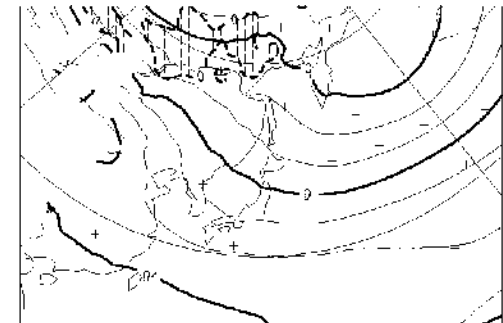
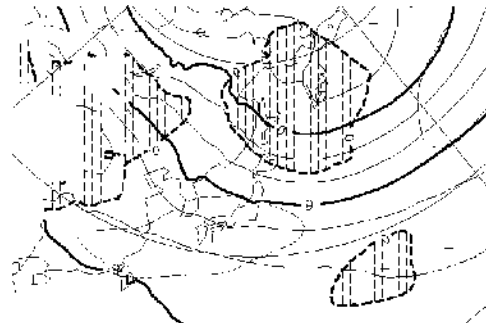
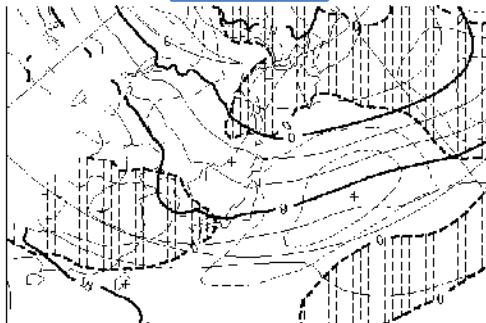
850hPa気温は、1週目は北・東日本は正偏差だが、西日本以西は華中から広がる負偏差の影響で平年からの隔たりが小さい。2週目はオホーツク海で負偏差、本州以南では正偏差となる。3～4週目は、日本付近は広く正偏差。
海面気圧は、1～2週目は本州付近に弱い気圧の谷がある。期間を通して日本の北で気圧が低く、低気圧は日本より北を通過しやすい。北日本では低気圧や前線の影響をやや受けにくい状態が持続する。

1週目

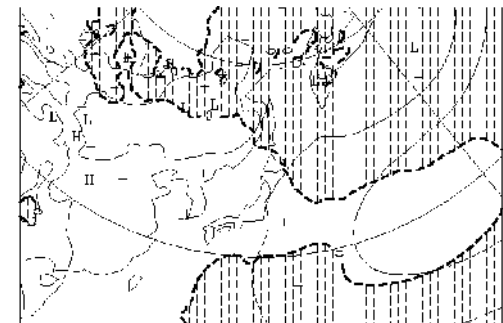
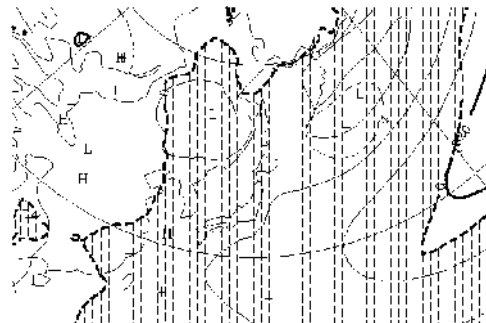
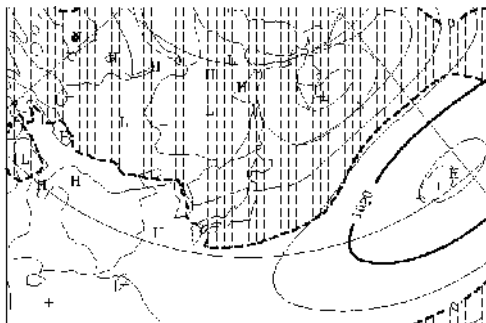
2週目

3～4週目

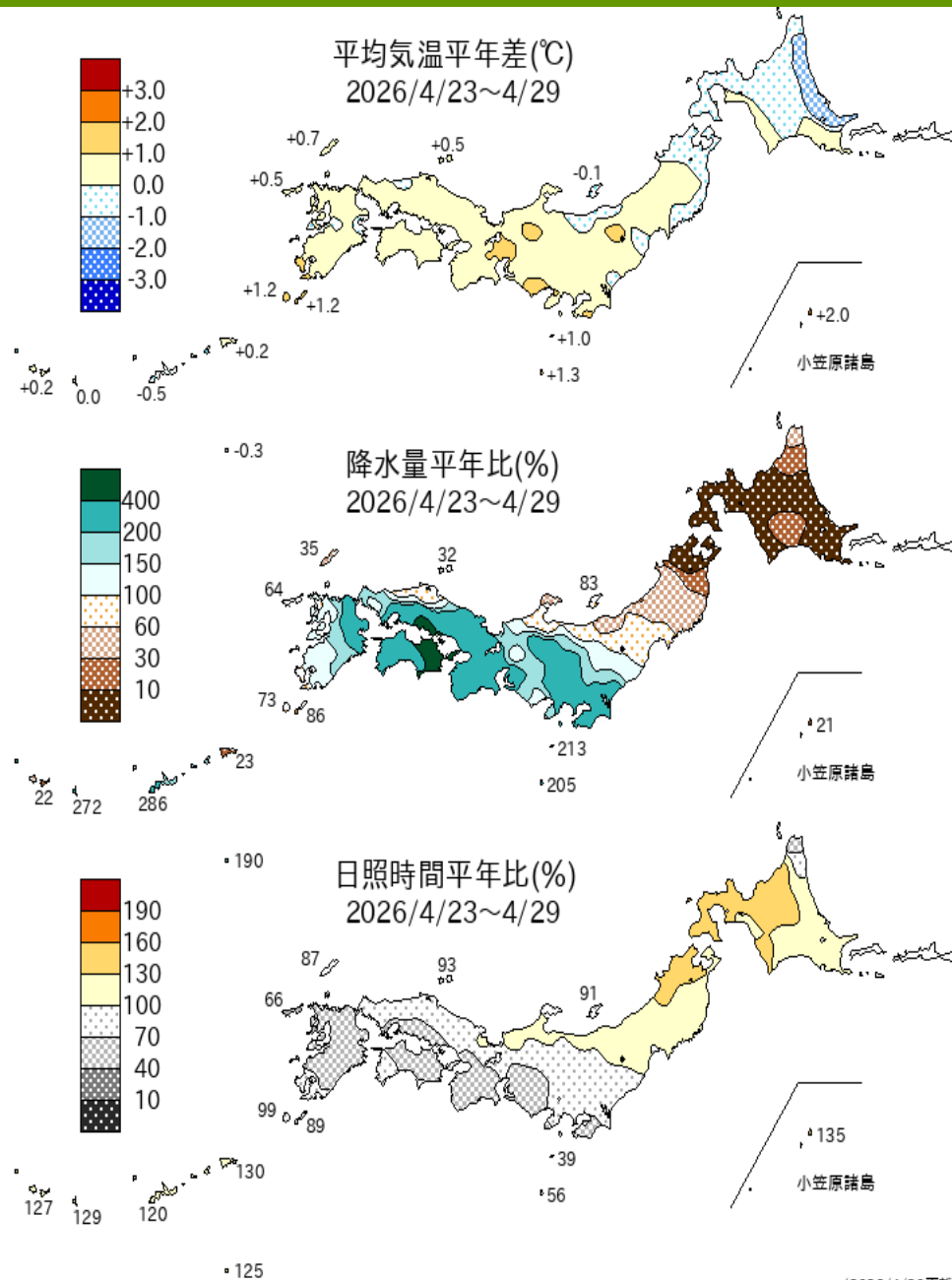
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(4月23日~4月29日)は、高気圧に覆われやすかった北日本で晴れの日が多くなった一方、本州南岸を通過した低気圧や前線の影響を受けやすかった東・西日本では曇りや雨の日が多くなりました。沖縄・奄美では、高気圧に覆われやすかったものの、前線や湿った空気の影響を受けた日がありました。

このため、降水量は東日本太平洋側、西日本、沖縄・奄美で平年を上回り、北日本と東日本日本海側で下回りました。日照時間は北日本、東日本日本海側、沖縄・奄美で平年を上回り、東日本太平洋側と西日本では下回りました。暖かい空気に覆われやすかったため、気温は東・西日本を中心に平年を上回りました。