

全般季節予報支援資料 1か月予報

2026年5月7日

予報期間：5月9日～6月8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

北日本では期間の前半、東・西日本では2週目は、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

北日本では、天気は数日の周期で変わるでしょう。
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	10:20:70	40:30:30	30:30:40	
	太平洋側		40:30:30	30:30:40	
東日本	日本海側	10:30:60	40:30:30	30:30:40	
	太平洋側		40:30:30	30:30:40	
西日本	日本海側	10:40:50	40:30:30	30:30:40	
	太平洋側		30:40:30	30:40:30	
沖縄・奄美		20:40:40	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	10:30:60	10:20:70	20:30:50
東日本	20:50:30	10:10:80	10:30:60
西日本	30:50:20	10:10:80	10:30:60
沖縄・奄美	40:40:20	20:50:30	10:30:60

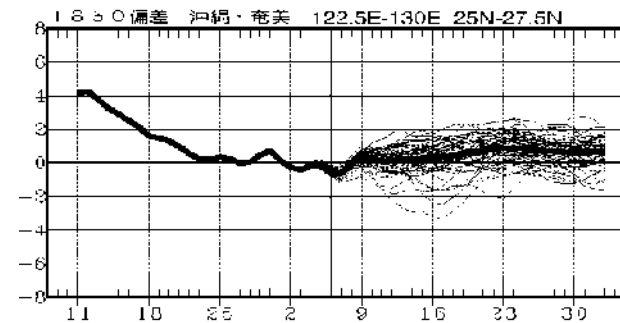
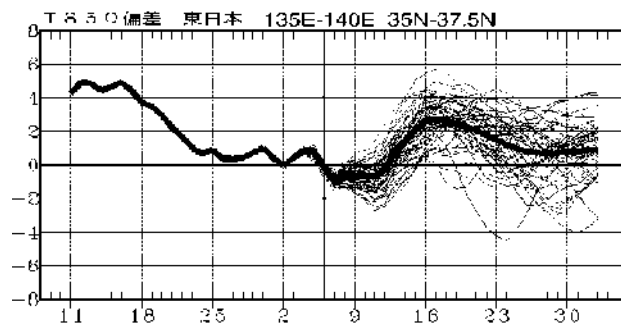
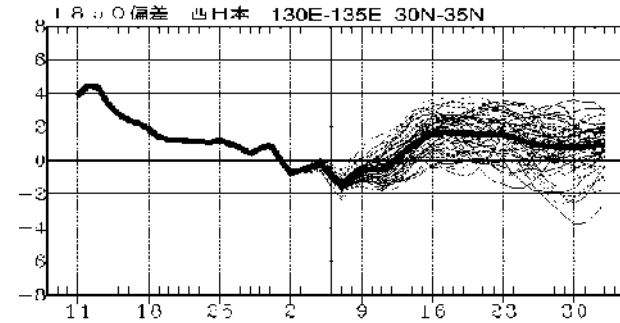
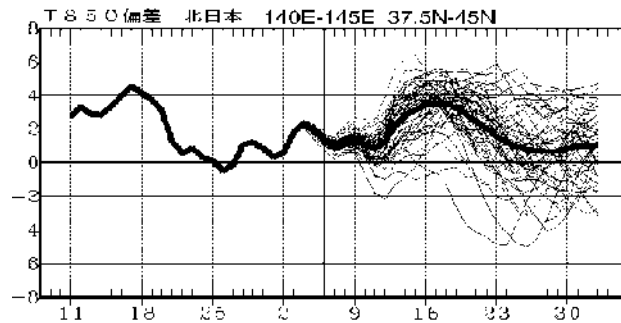
全般1か月予報のポイント

- 全国的に暖かい空気に覆われやすいため、向こう1か月の気温は北・東・西日本で高く、沖縄・奄美では平年並か高いでしょう。北日本では期間の前半、東・西日本では2週目は、気温がかなり高くなる見込みです。

各週における天候のポイント(気温)

	1週目(5/9~5/15)	2週目(5/16~5/22)	3~4週目(5/23~6/5)
想定される天候(気温)	北日本で高温、東・西日本では平年並。沖縄・奄美では低温傾向。	北・東・西日本でかなりの高温、沖縄・奄美は平年並。	全国的に高温。
根拠	北日本は暖かい空気に覆われやすい一方、沖縄・奄美では冷涼な空気の影響を受ける(P12,P13参照)。	偏西風が北偏して流れるため、北・東・西日本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、暖かい空気に覆われやすい(P12,P13参照)。

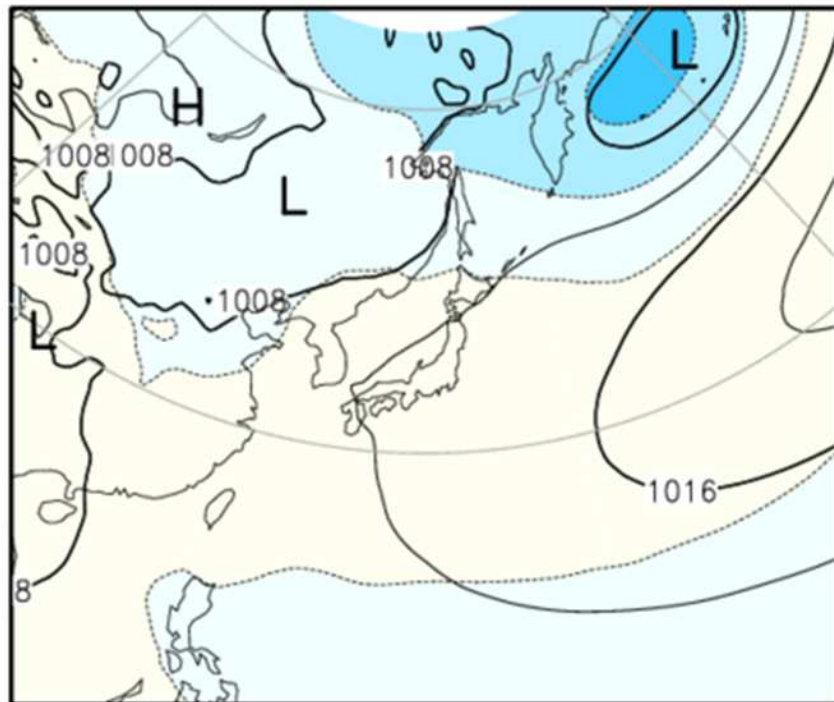
850hPa気温偏差時系列



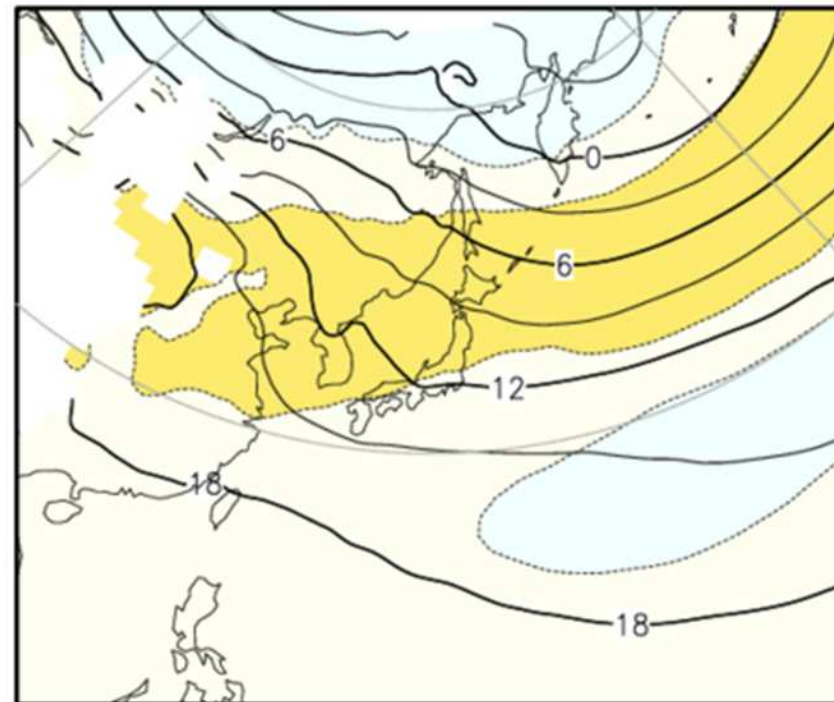
各週における天候のポイント(天気)

	1週目(5/9～5/15)	2週目(5/16～5/22)	3～4週目(5/23～6/5)
想定される天候(天気)	<p>北・東・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にくく、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、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>北・東・西日本では低気圧や前線の影響を受けにくく、高気圧に覆われやすい。一方、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)

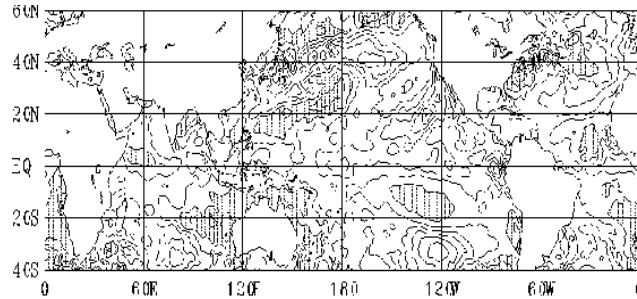


1か月平均の海面気圧(左図)では、日本の東の高気圧が本州付近へ張り出し、期間のはじめは北・東・西日本では高気圧に覆われやすいでしょう。一方、日本の南には弱い気圧の谷があり、湿った空気の影響を受けやすい時期もあるでしょう。

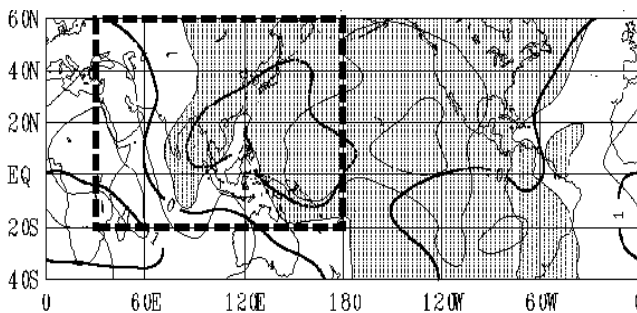
上空約1500mの気温(右図)は、大陸から日本の東にかけて平年より高く、北・東・西日本を中心に暖かい空気に覆われやすいでしょう。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

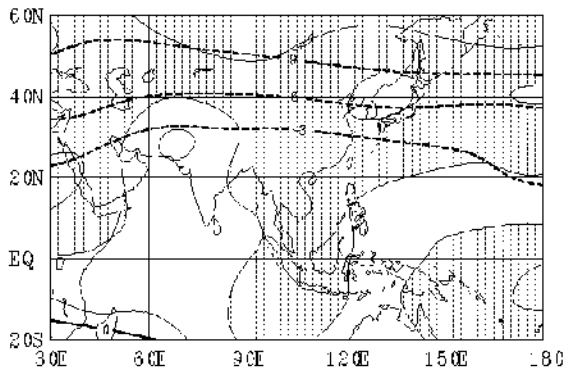
SST偏差



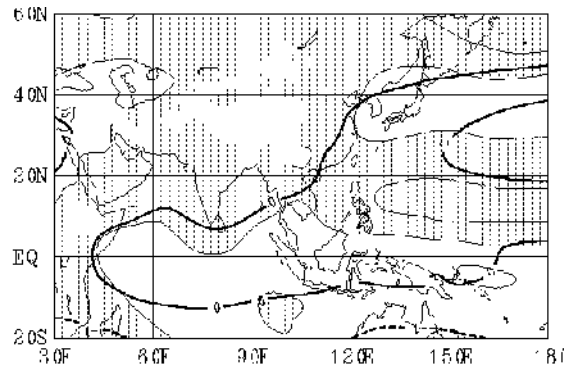
200hPa速度ポテンシャル



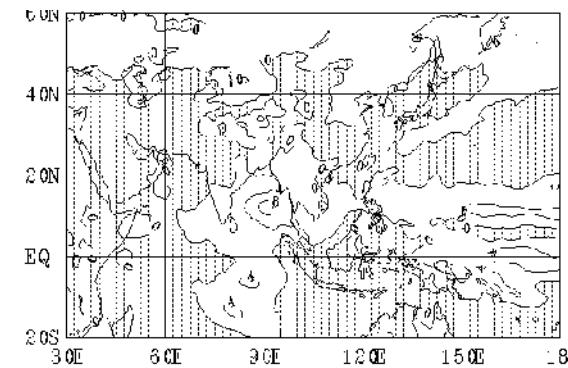
200hPa流線関数



850hPa流線関数

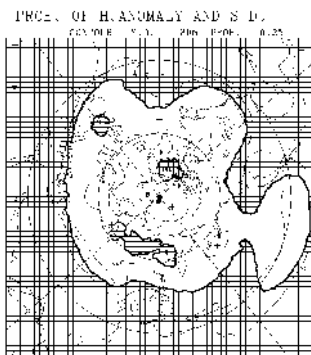
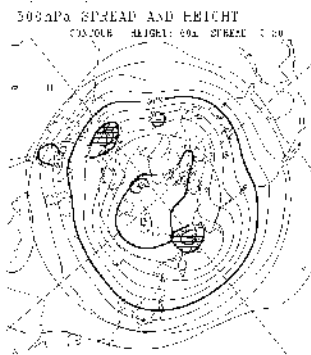


降水量偏差



SST偏差は、インド洋から太平洋熱帯域では、南シナ海やインド洋西部の一部等を除いて広く正偏差。
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、太平洋熱帯域で上層発散偏差、アフリカ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、太平洋熱帯域の西部で高気圧性循環偏差。
850hPa流線関数は、熱帯の対流活動に対応して、太平洋熱帯域の西部で低気圧性循環偏差。
降水量は、フィリピンの東から日付変更線付近とベンガル湾東部で多雨偏差。日本付近の偏差は小さい。

予報資料の解釈(1か月) 北半球循環場

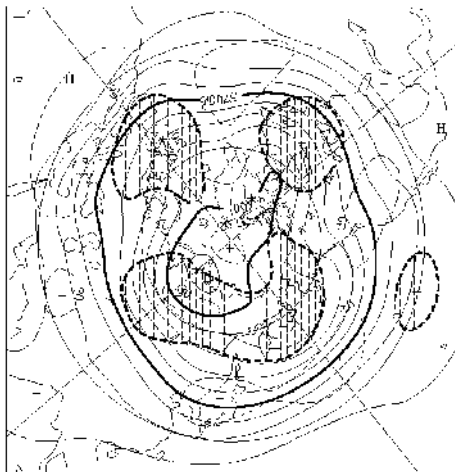


500hPa高度は、シベリア付近で負偏差の一方、日本付近から北太平洋にかけては帯状に正偏差。

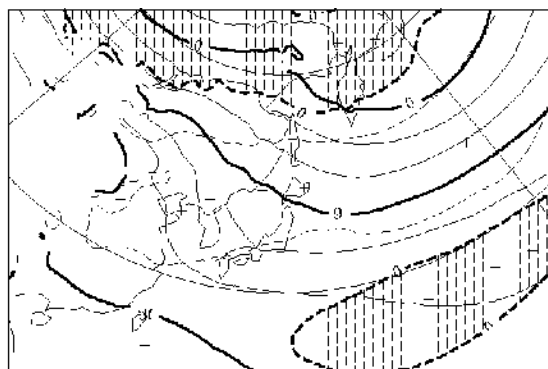
850hPa気温は、500hPa高度偏差に対応して、北・東・西日本を中心に東西に伸びる正偏差に覆われる。

海面気圧は、日本の東の高気圧が本州付近へ張り出し、期間のはじめは北・東・西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り、湿った空気の影響を受けやすい時期もある。

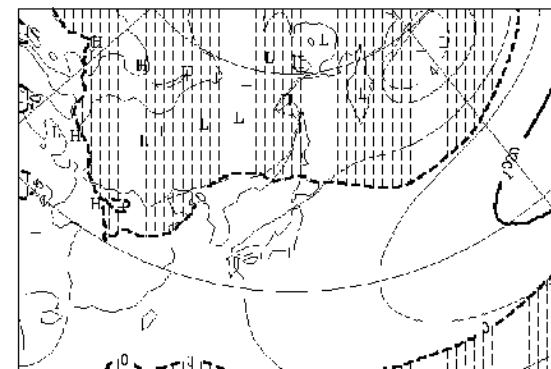
500hPa高度



850hPa気温

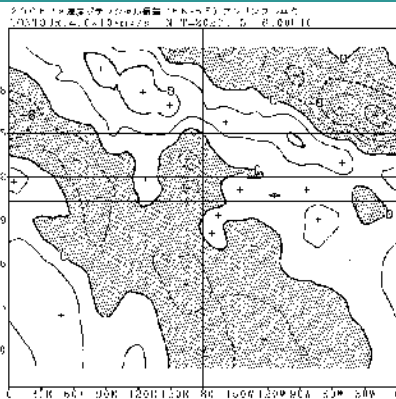


海面気圧



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、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へ東進。一方、対流不活発域は南米付近からインド洋へ東進し、3～4週目はインドネシア付近でも対流不活発となる。

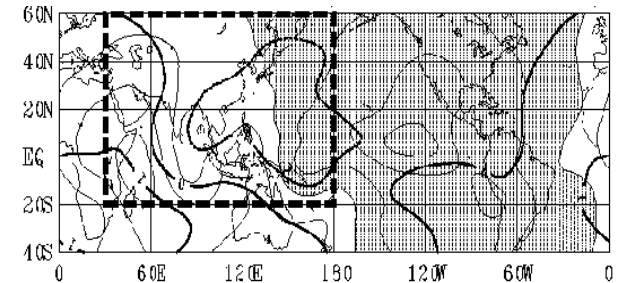
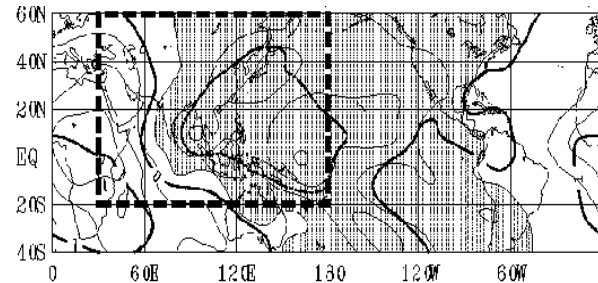
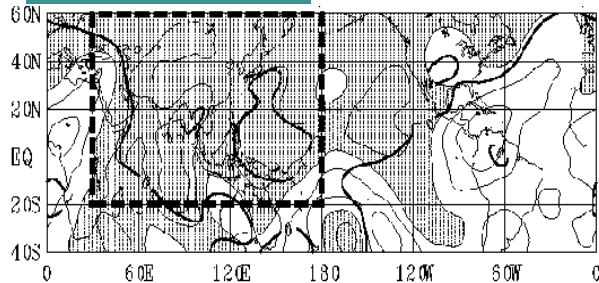
降水量は、期間を通してベンガル湾やフィリピンの東から日付変更線付近で多雨偏差。1週目はフィリピンの東を中心に、2週目はベンガル湾東部から日付変更線付近にかけて多雨偏差。日本付近は、1週目は日本の南で多雨偏差、北・東・西日本は少雨偏差。2週目は日本の南で少雨偏差。

200hPa速度ポテンシャル

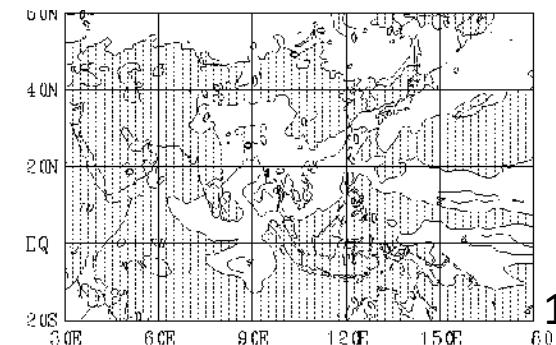
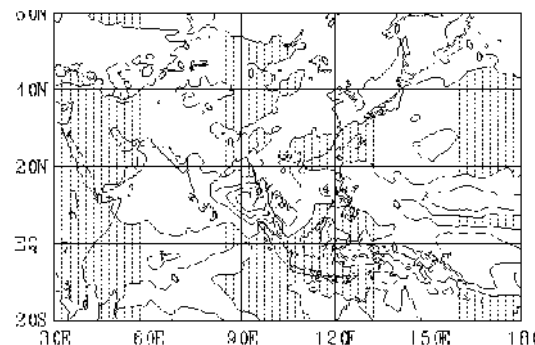
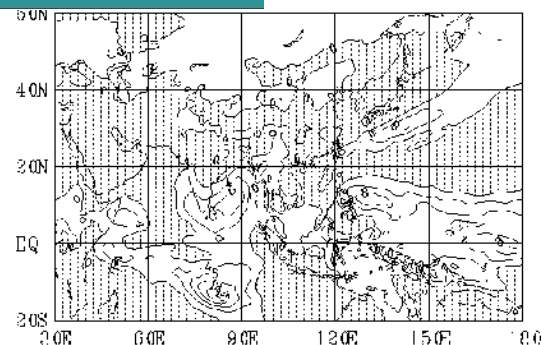
1週目

2週目

3～4週目



降水量偏差



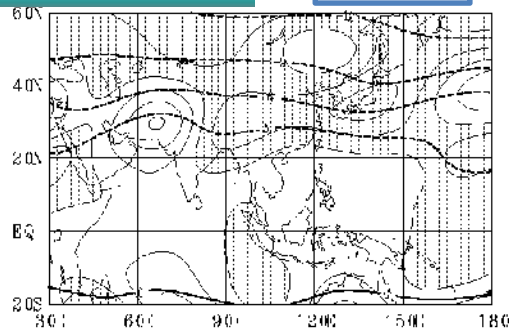
予報資料の解釈(各週) 熱帯循環場

200hPa流線関数は、1週目は主に寒帯前線ジェット気流沿いの波束伝播の影響で、西日本付近で低気圧性循環偏差。2週目は、日本付近は高気圧性循環偏差となる。3~4週目は日本付近は相対的な低気圧性循環偏差だが偏差は小さい。

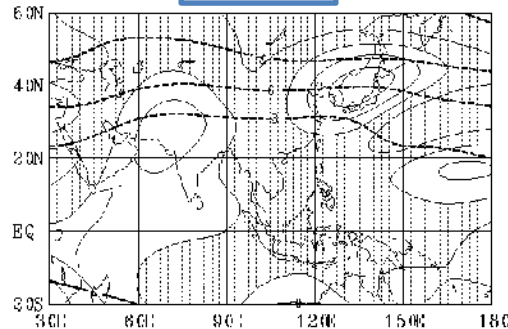
850hPa流線関数は、1週目は本州付近を中心に、2週目は日本の東を中心に高気圧性循環偏差。2週目はフィリピンの東で低気圧性循環偏差が強まり、沖縄・奄美では南からの湿った空気の影響を受けにくくなる。3~4週目は熱帯の対流活動に対応して、太平洋熱帯域は広く低気圧性循環偏差。

200hPa流線関数

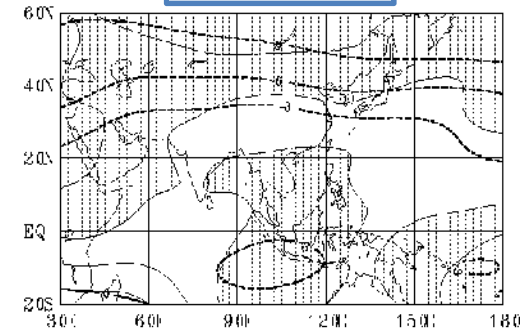
1週目



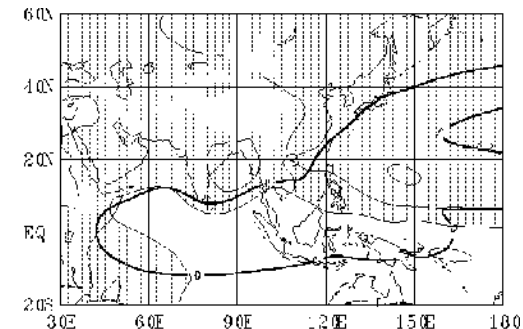
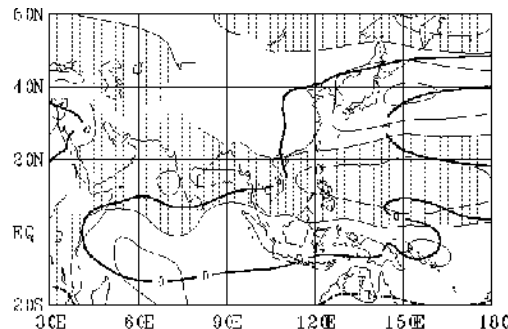
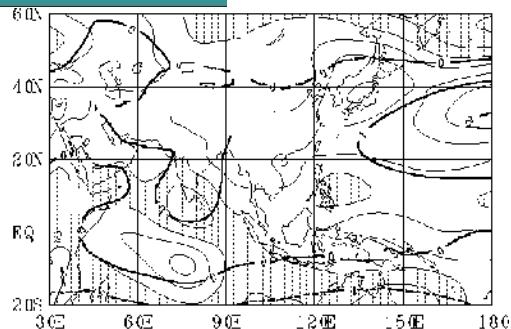
2週目



3~4週目



850hPa流線関数



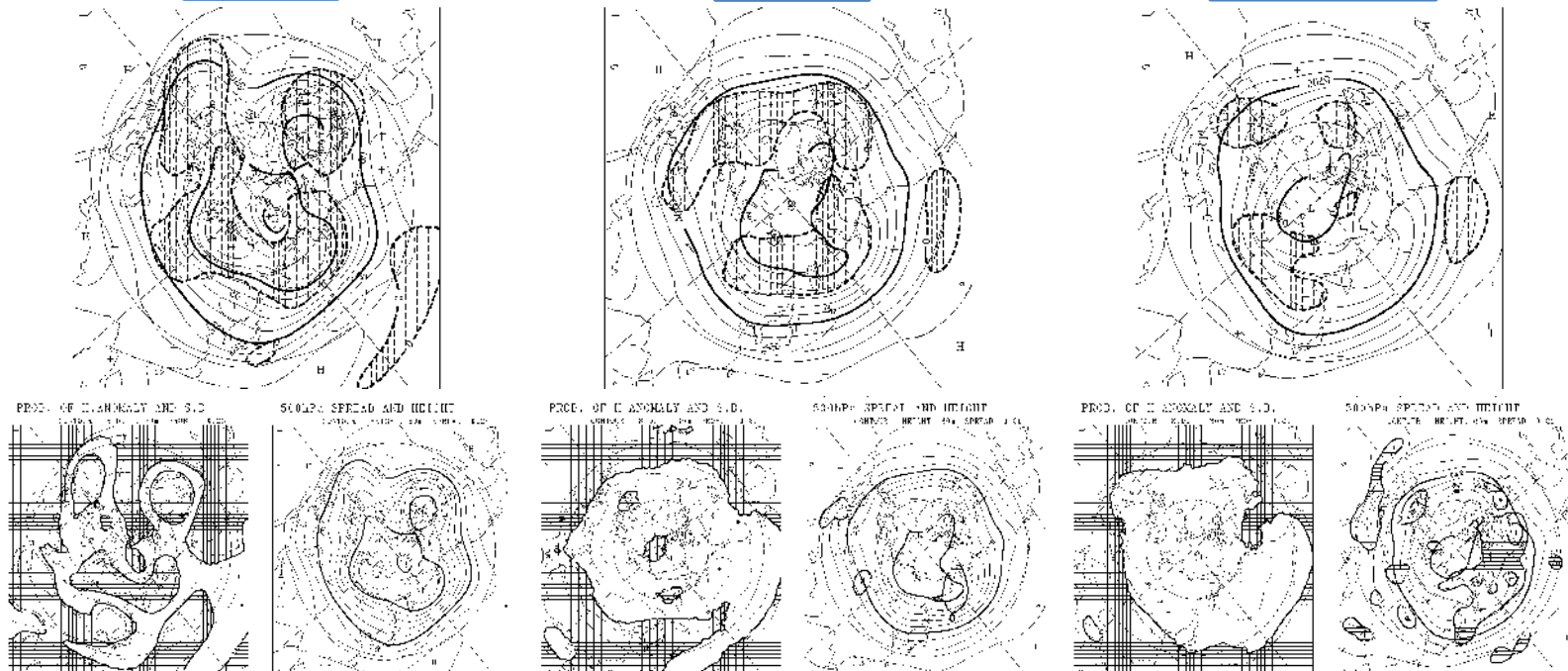
500hPa高度は、1週目は寒帯前線ジェット気流沿いの波東伝播の影響で、中国東北区付近がリッジ、日本の東がトラフとなり、日本付近は東谷傾向。2週目は中国東北区付近のリッジが日本付近まで東進して強まる。3～4週目も日本付近は正偏差が続く。

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週目は大陸から北日本中心に正偏差。東・西日本付近には負偏差も見られる。2週目は、500hPa高度偏差に対応して北日本を中心に正偏差が強まる。3~4週目も日本付近は正偏差が続く。

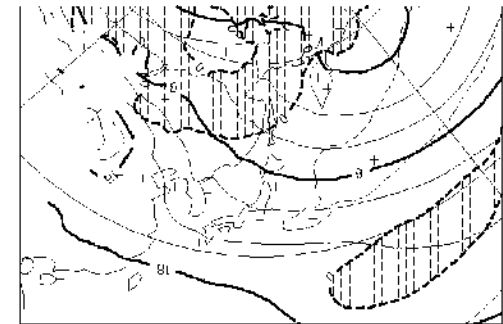
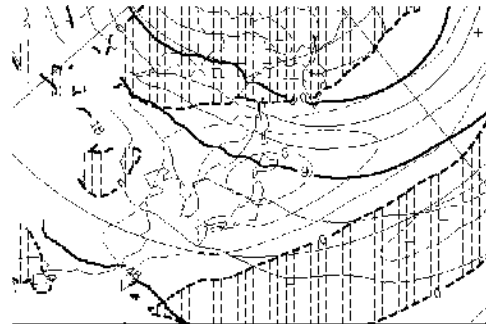
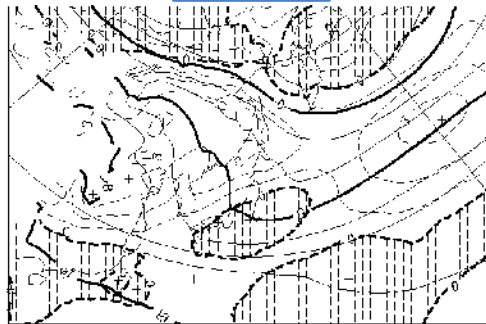
海面気圧は、1週目は日本の北を低気圧が通りやすい一方、本州付近は高気圧に覆われやすい。日本の南には前線が停滞し、沖縄・奄美では前線や湿った空気の影響を受けやすい。2週目は日本の東の高気圧が日本の南に張り出し、前線は1週目より南下して不明瞭となる。沖縄・奄美では前線や湿った空気の影響を受けにくく、北・東・西日本では高気圧の縁を回る湿った空気の影響をやや受けやすい。3~4週目は日本付近の偏差は小さくなるが、本州の南で前線が顕在化し、西日本太平洋側はその影響をやや受けやすい。

1週目

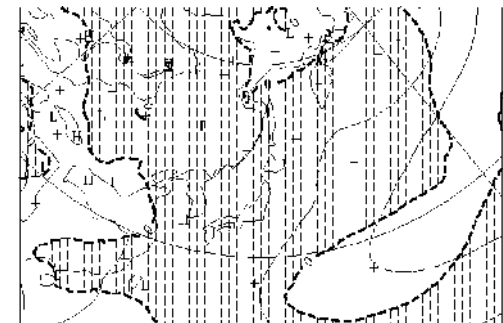
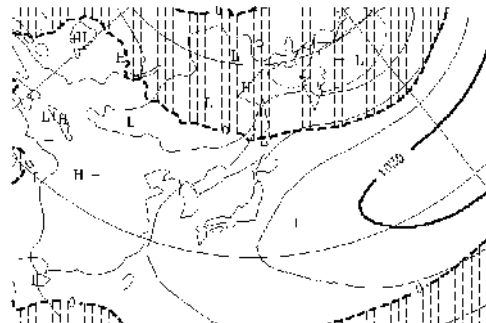
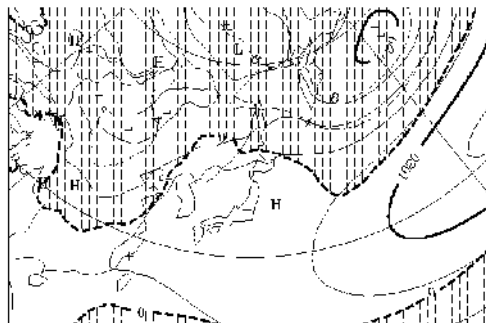
2週目

3~4週目

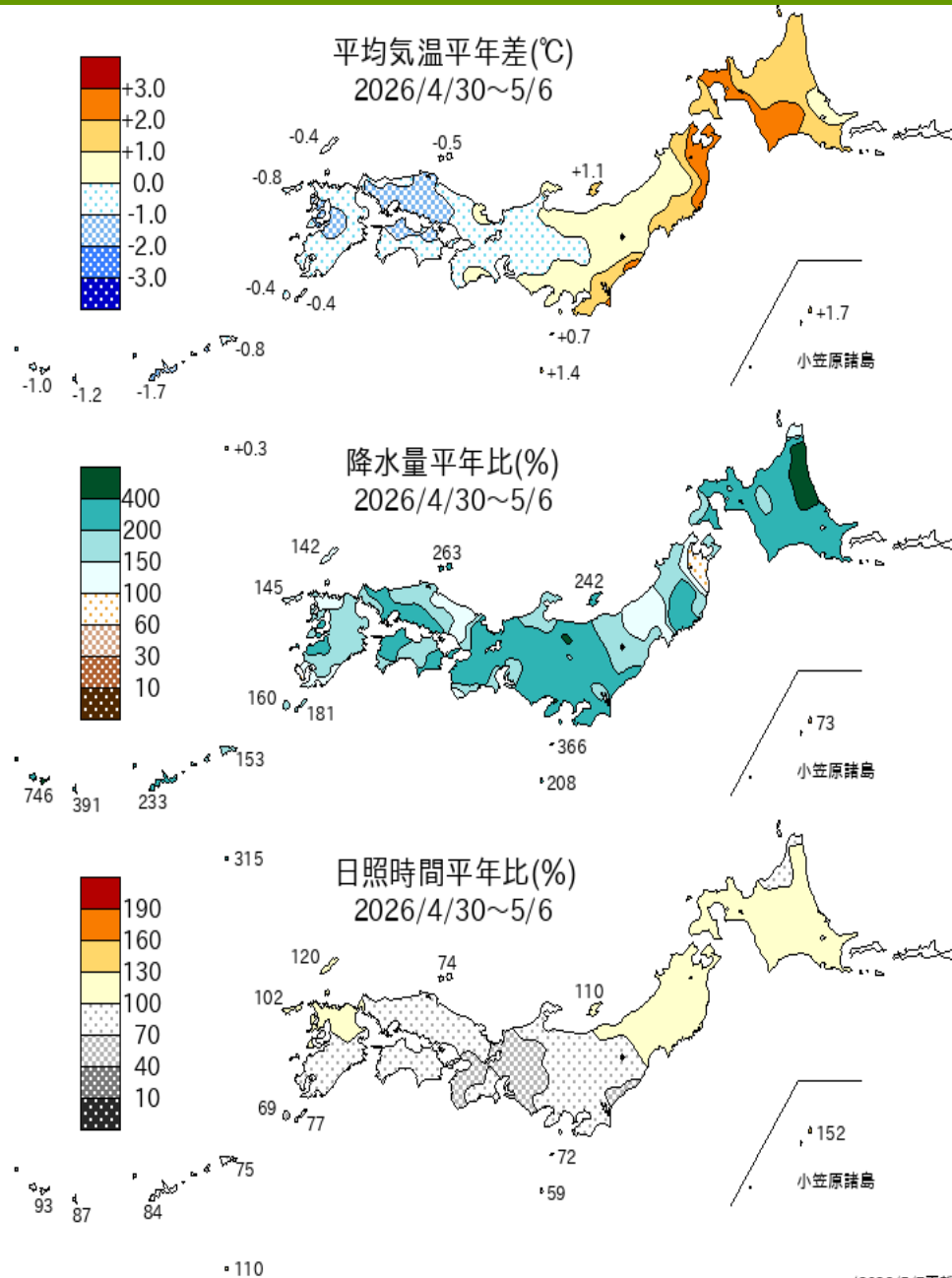
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(4月30日~5月6日)は、高気圧に覆われて晴れた日もありましたが、全国的に低気圧や前線の影響を受けやすく、降水量は全国的に平年を上回り、日照時間は東・西日本と沖縄・奄美で平年を下回りました。気温は、暖かい空気が流れ込みやすかった北日本を中心に平年を上回った一方、冷涼な空気の影響を受けた西日本と沖縄・奄美では平年を下回りました。