

# 全般季節予報支援資料 1か月予報

2026年5月14日

予報期間：5月16日～6月15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・東・西日本では期間の前半、沖縄・奄美では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。

西日本では、期間の前半は、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。期間の後半は、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。

沖縄・奄美では、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	30:30:40	30:40:30	
	太平洋側		30:40:30	30:40:30	
東日本	日本海側	10:10:80	20:40:40	40:40:20	
	太平洋側		20:40:40	40:40:20	
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		10:20:70	50:30:20	20:30:50	

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	10:40:50	20:30:50
東日本	10:10:80	10:10:80	10:30:60
西日本	10:10:80	10:10:80	10:30:60
沖縄・奄美	20:50:30	10:20:70	10:30:60

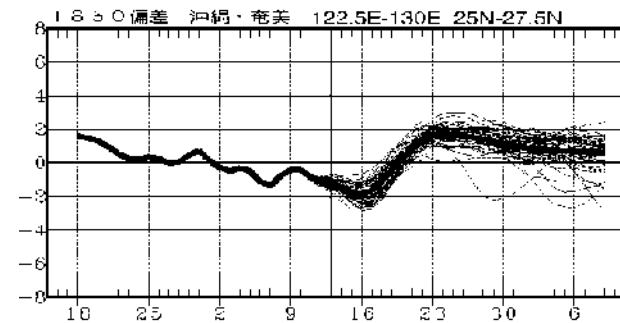
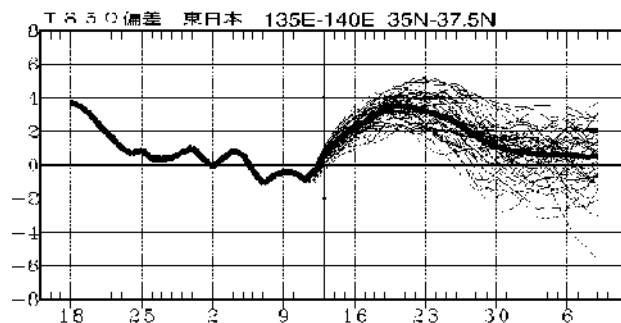
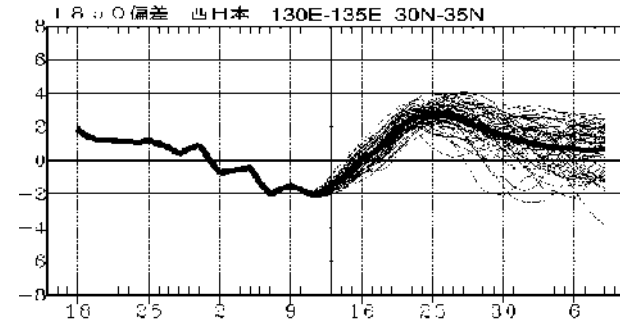
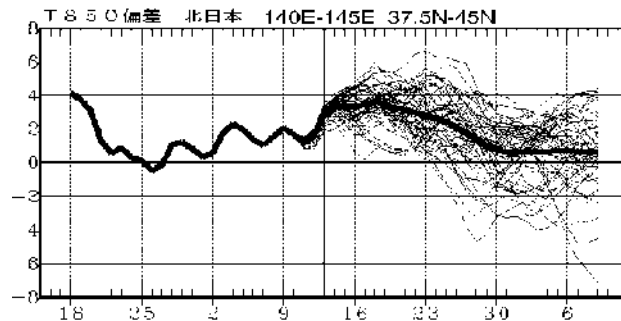
## 全般1か月予報のポイント

- 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いでしょう。北・東・西日本では期間の前半、沖縄・奄美では2週目は、気温がかなり高くなる見込みです。
- 東・西日本では、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。
- 沖縄・奄美では、期間の前半を中心に前線や湿った空気の影響を受けにくいいため、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(5/16~5/22)	2週目(5/23~5/29)	3~4週目(5/30~6/12)
想定される天候(気温)	北・東・西日本ではかなりの高温。沖縄・奄美では平年並。	全国的にかなりの高温。	全国的に高温。
根拠	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)。	偏西風が北偏して流れる傾向が続く(P12,P13参照)。

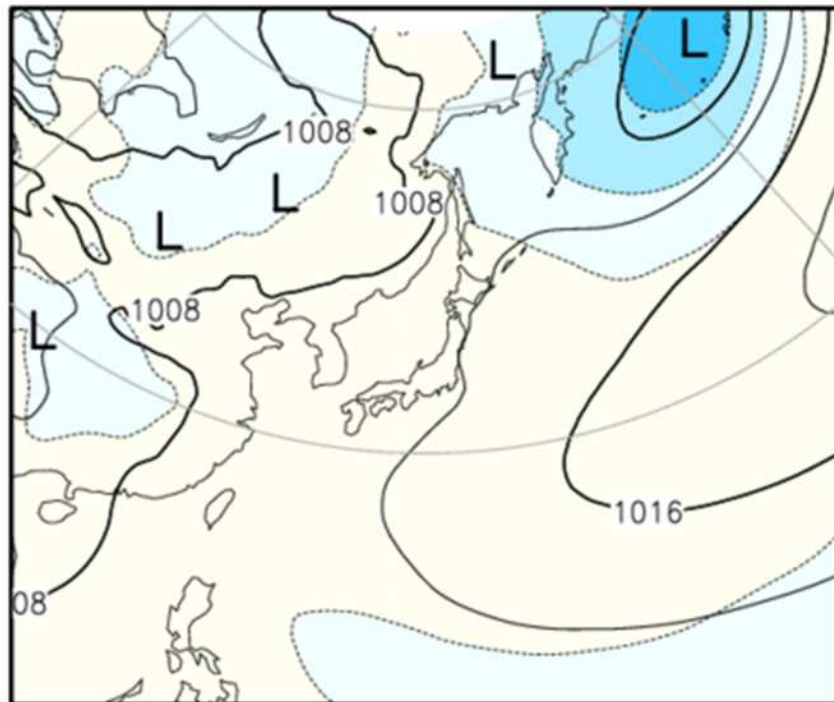
## 850hPa気温偏差時系列



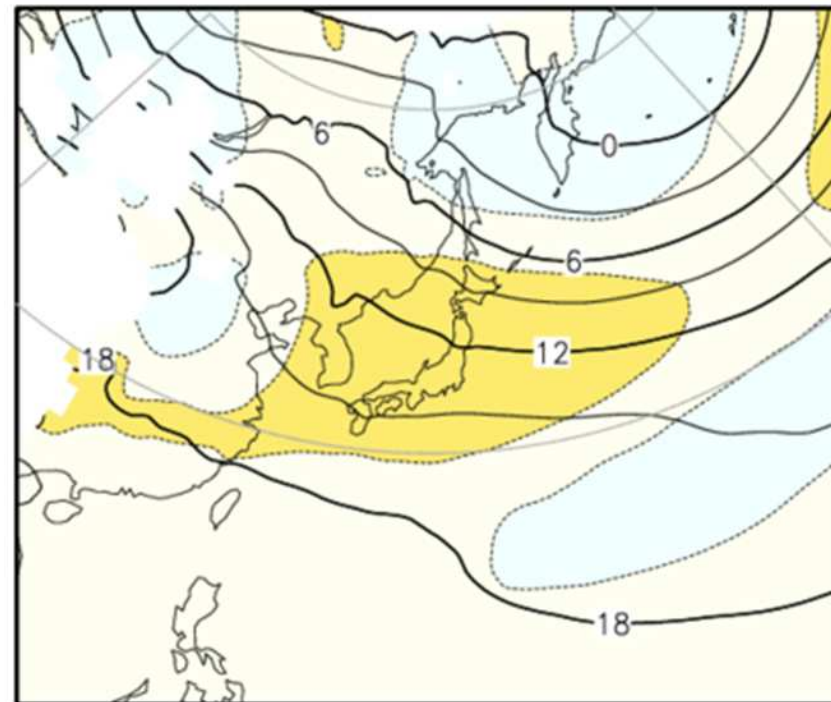
# 各週における天候のポイント(天気)

	1週目(5/16~5/22)	2週目(5/23~5/29)	3~4週目(5/30~6/12)
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。</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ります。</p> <p>東・西日本では、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・東日本では、天気は数日の周期で変わります。</p> <p>西日本と沖縄・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にくい(P10-P13参照)。</p>	<p>東・西日本では前線や湿った空気の影響を受けやすい。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)

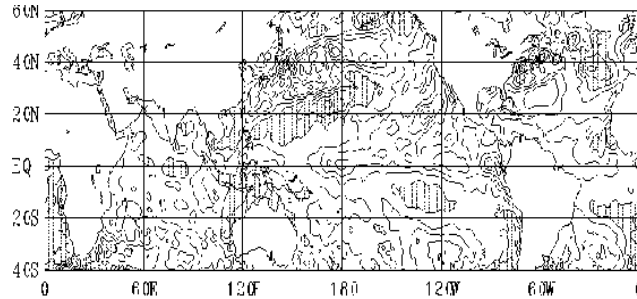


1か月平均の海面気圧(左図)では、日本の東の高気圧が日本の南へ張り出し、沖縄・奄美では期間の前半を中心に前線や湿った空気の影響を受けにくいでしょう。一方、華中から東・西日本付近には弱い気圧の谷が予測されており、東・西日本を中心に前線や高気圧の縁を回る湿った空気の影響を受けやすいでしょう。

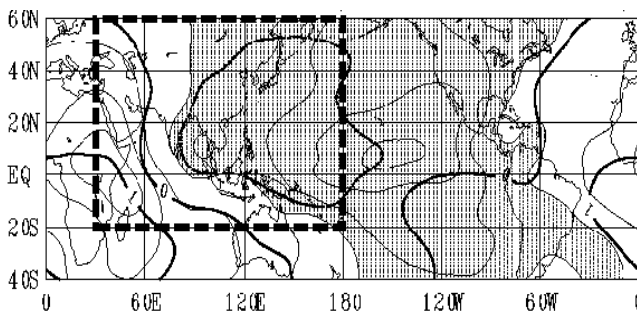
上空約1500mの気温(右図)は、日本付近で平年より高く、全国的に暖かい空気に覆われやすいでしょう。

# 予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

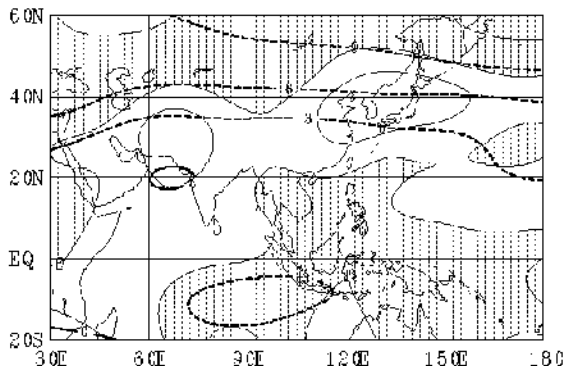
## SST偏差



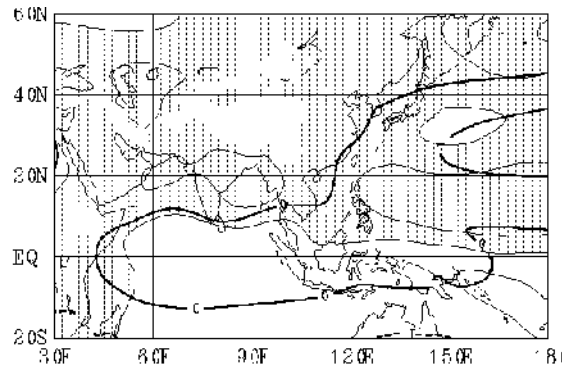
## 200hPa速度ポテンシャル



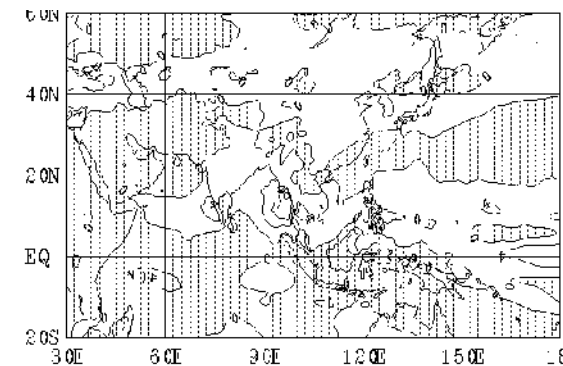
## 200hPa流線関数



## 850hPa流線関数



## 降水量偏差



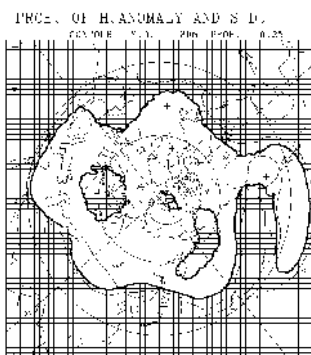
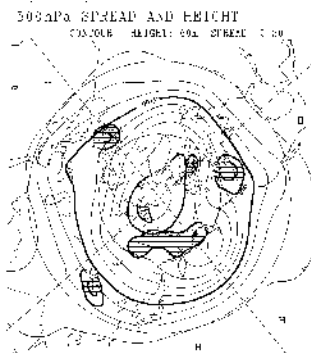
SST偏差は、インド洋から太平洋熱帯域では、太平洋熱帯域の中・東部を中心に広く正偏差。

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。日本付近は亜熱帯ジェット気流沿いの波束伝播の影響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、インド付近と太平洋熱帯域の西部で低気圧性循環偏差で、沖縄・奄美は南からの湿った空気の影響を受けにくい。

降水量は、インドの西、ベンガル湾東部、フィリピンの東から日付変更線付近で多雨偏差。日本の南で少雨偏差。東・西日本付近で多雨偏差。

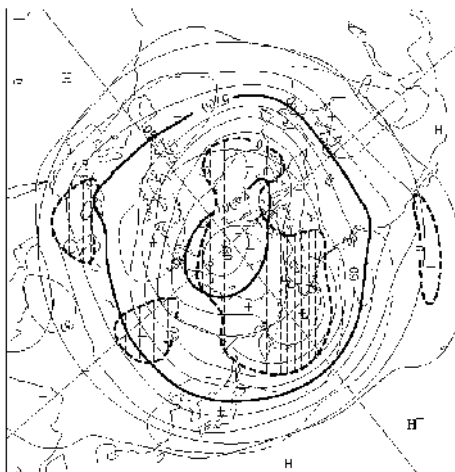


500hPa高度は、極付近で負偏差、中緯度帯で正偏差。東半球では寒帯前線ジェット気流沿いの波列が見られ、バイカル湖の西で負偏差、日本付近で正偏差。

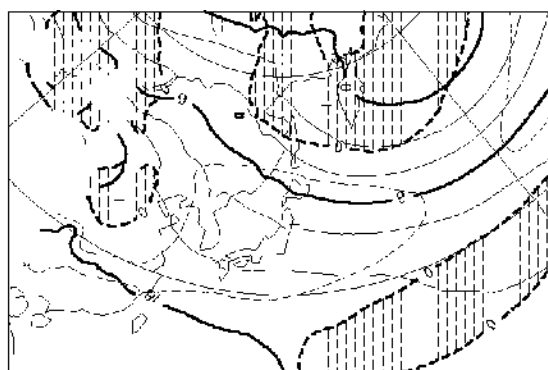
850hPa気温は、500hPa高度偏差に対応して、全国的に正偏差に覆われる。

海面気圧は、日本付近は正偏差で、日本の東の高気圧が日本の南に張り出す。沖縄・奄美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にくい。一方、華中から東・西日本付近には弱い気圧の谷が予測されており、東・西日本を中心に前線や高気圧の縁を回る湿った空気の影響を受けやすい。

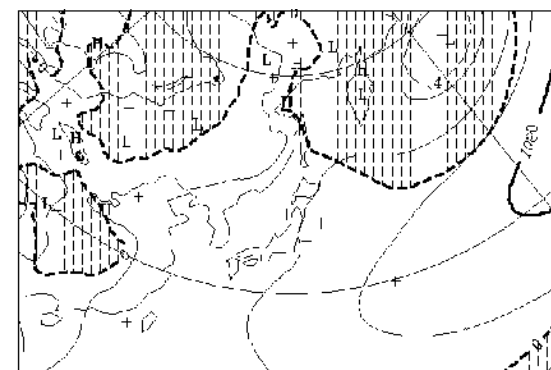
500hPa高度



850hPa気温

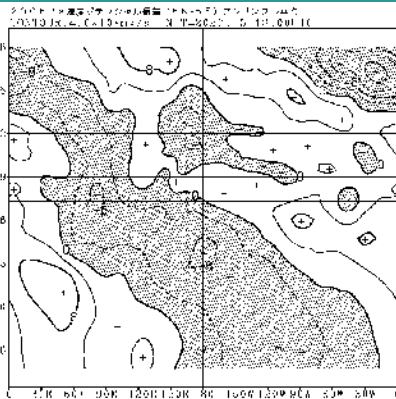


海面気圧



# 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、2週目にかけて熱帯季節内変動に伴う対流活発域が太平洋へ東進、対流不活発域はインド洋西部へ東進。3~4週目は位相が固定されるとともに、インドネシア付近では対流不活発となる。

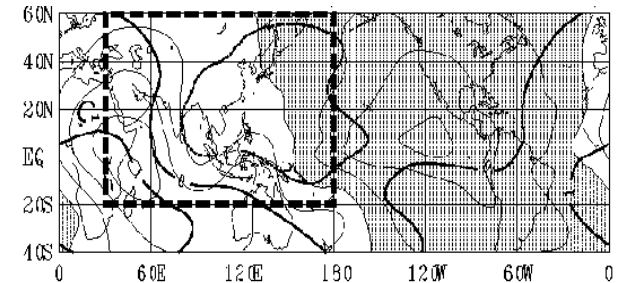
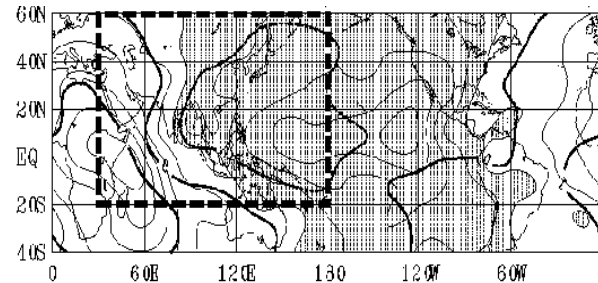
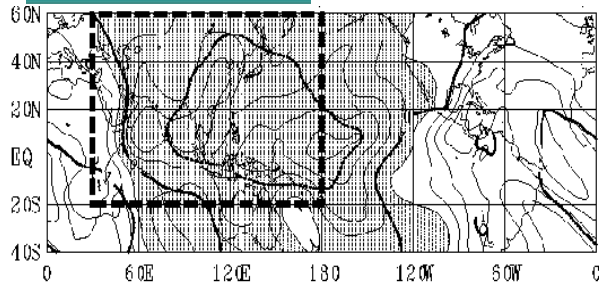
降水量は、1、2週目はアラビア海やベンガル湾東部で多雨偏差。2週目はフィリピンの東で多雨偏差。3~4週目はインドシナ半島からフィリピンの東にかけての15N帯付近で多雨偏差。日本付近は、1、2週目は日本の南で少雨偏差。東・西日本付近は2週目以降多雨偏差となる。

## 200hPa速度ポテンシャル

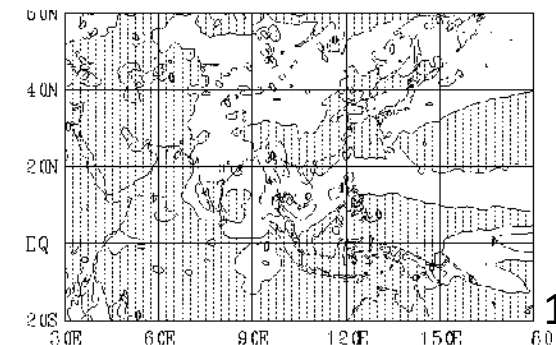
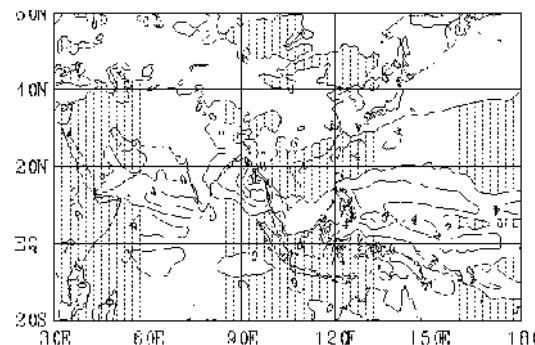
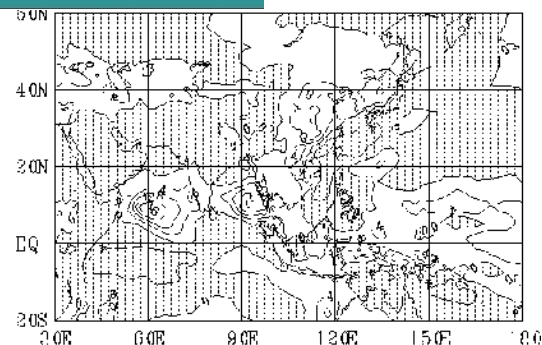
1週目

2週目

3~4週目



## 降水量偏差



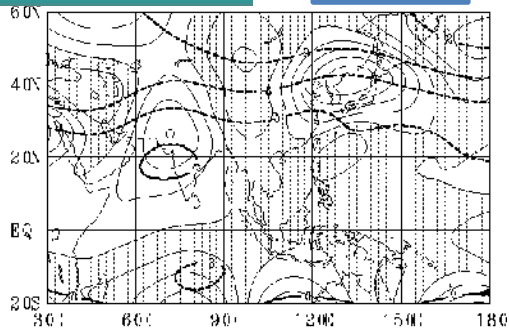
# 予報資料の解釈(各週) 熱帯循環場

200hPa流線関数は、1週目は寒帯前線ジェットと亜熱帯ジェット気流沿いの波束伝播の影響で、日本付近で高気圧性循環偏差。2週目も日本付近は高気圧性循環偏差だが、波列の位相が西にずれる。3~4週目は日本付近の偏差は小さい。

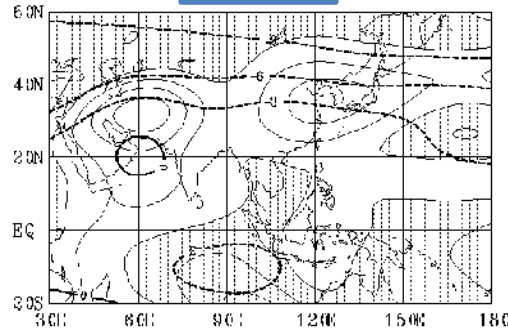
850hPa流線関数は、1週目は日本付近で高気圧性循環偏差。2週目は熱帯の対流活動に対応してフィリピンの東で低気圧性循環偏差が強まり、沖縄・奄美では南からの湿った空気の影響を受けにくい。

## 200hPa流線関数

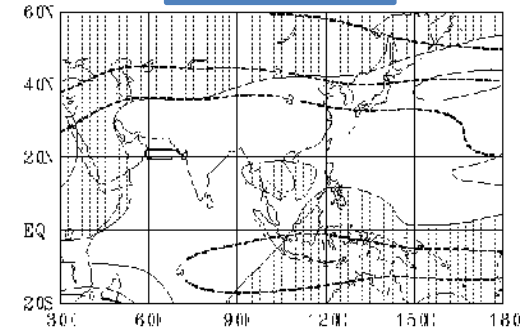
1週目



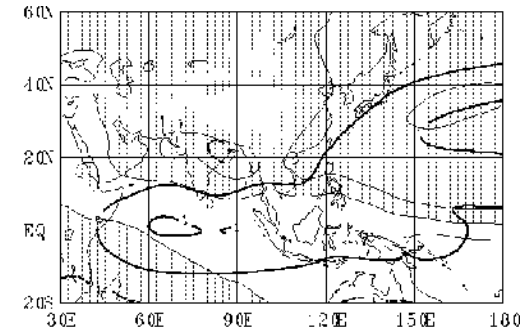
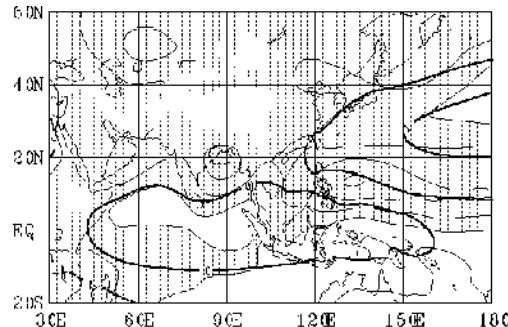
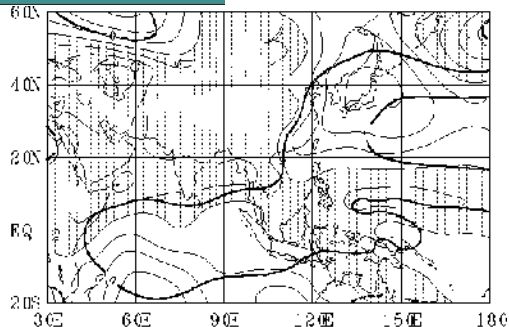
2週目



3~4週目



## 850hPa流線関数



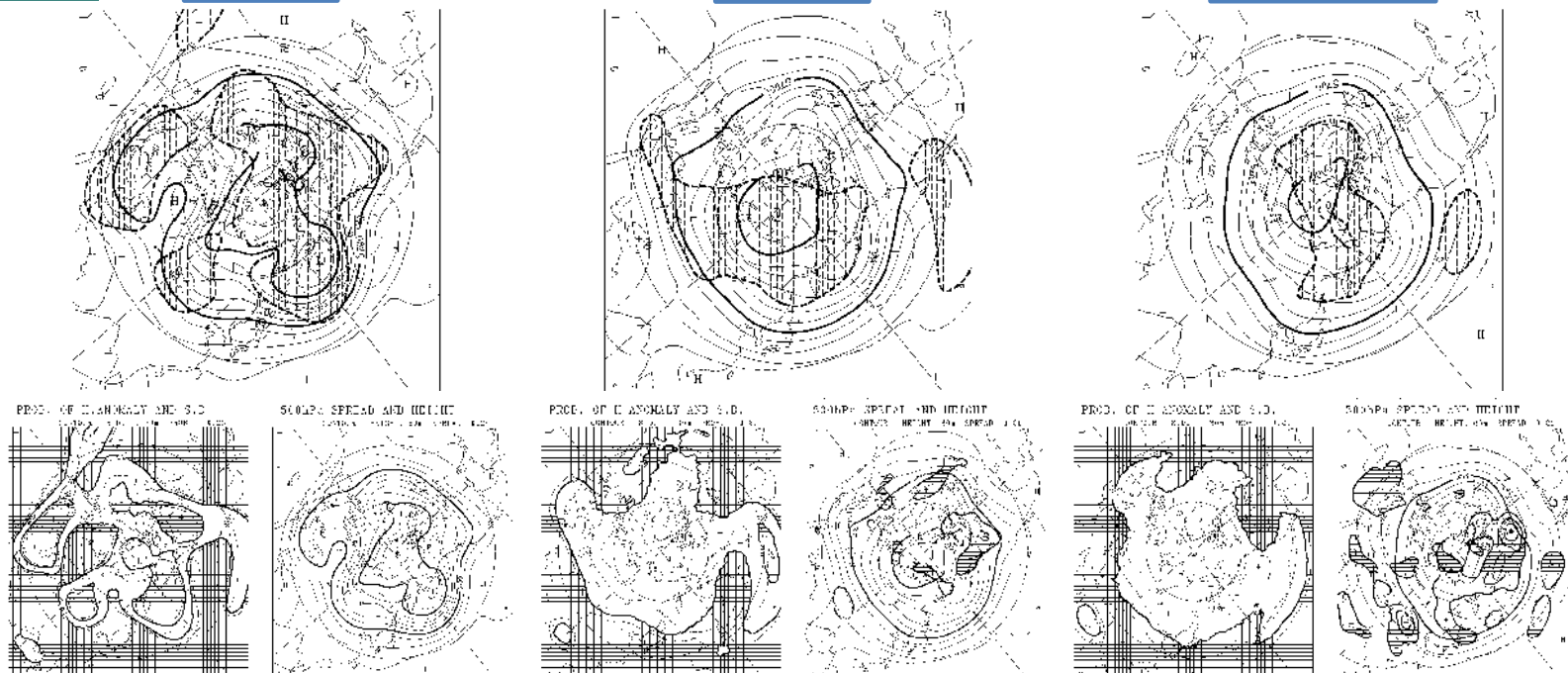
500hPa高度は、1週目は寒帯前線ジェットと亜熱帯ジェット気流沿いの波束伝播の影響で、日本付近で正偏差。日本の南には弱いトラフ。2週目以降も日本付近は正偏差が続くが、3~4週目は本州付近はやや西谷傾向となる。

## 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

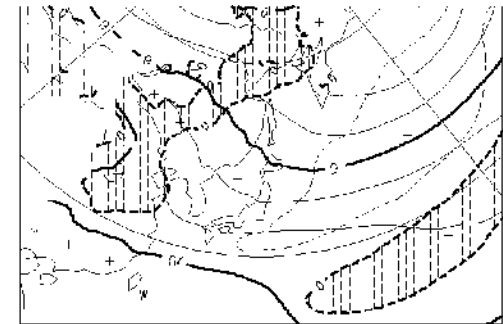
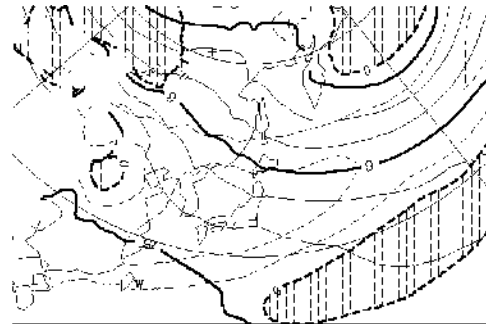
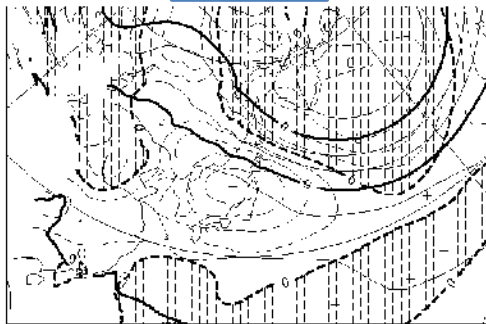
850hPa気温は、500hPa高度偏差に対応して、1週目は本州付近を中心に正偏差。一方、日本の南では負偏差。2週目は東・西日本中心に正偏差。3～4週目も日本付近は正偏差が続く。海面気圧は、1週目は本州付近を中心に正偏差で、前線は不明瞭。沖縄・奄美は前線や湿った空気の影響を受けにくい。2週目は日本の東の高気圧が日本の南に張り出し、沖縄・奄美では前線や湿った空気の影響を受けにくい。一方、華中付近から東・西日本付近は弱い気圧の谷となり、東・西日本中心に前線や高気圧の縁を回る湿った空気の影響を受けやすい。3～4週目は日本付近の偏差は小さいが、引き続き東・西日本は弱い気圧の谷となり、前線や湿った空気の影響をやや受けやすい。沖縄・奄美は負偏差で、湿った空気の影響を受ける可能性もある。

1週目

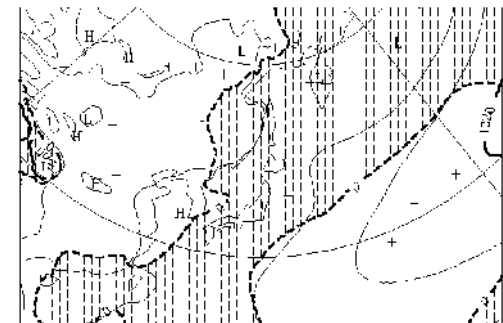
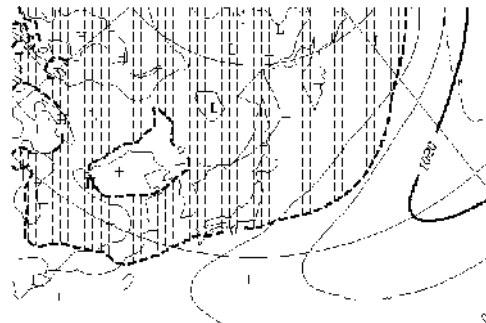
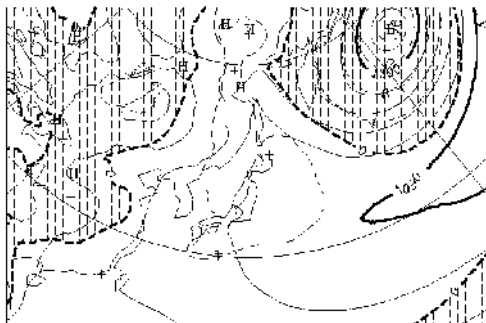
2週目

3～4週目

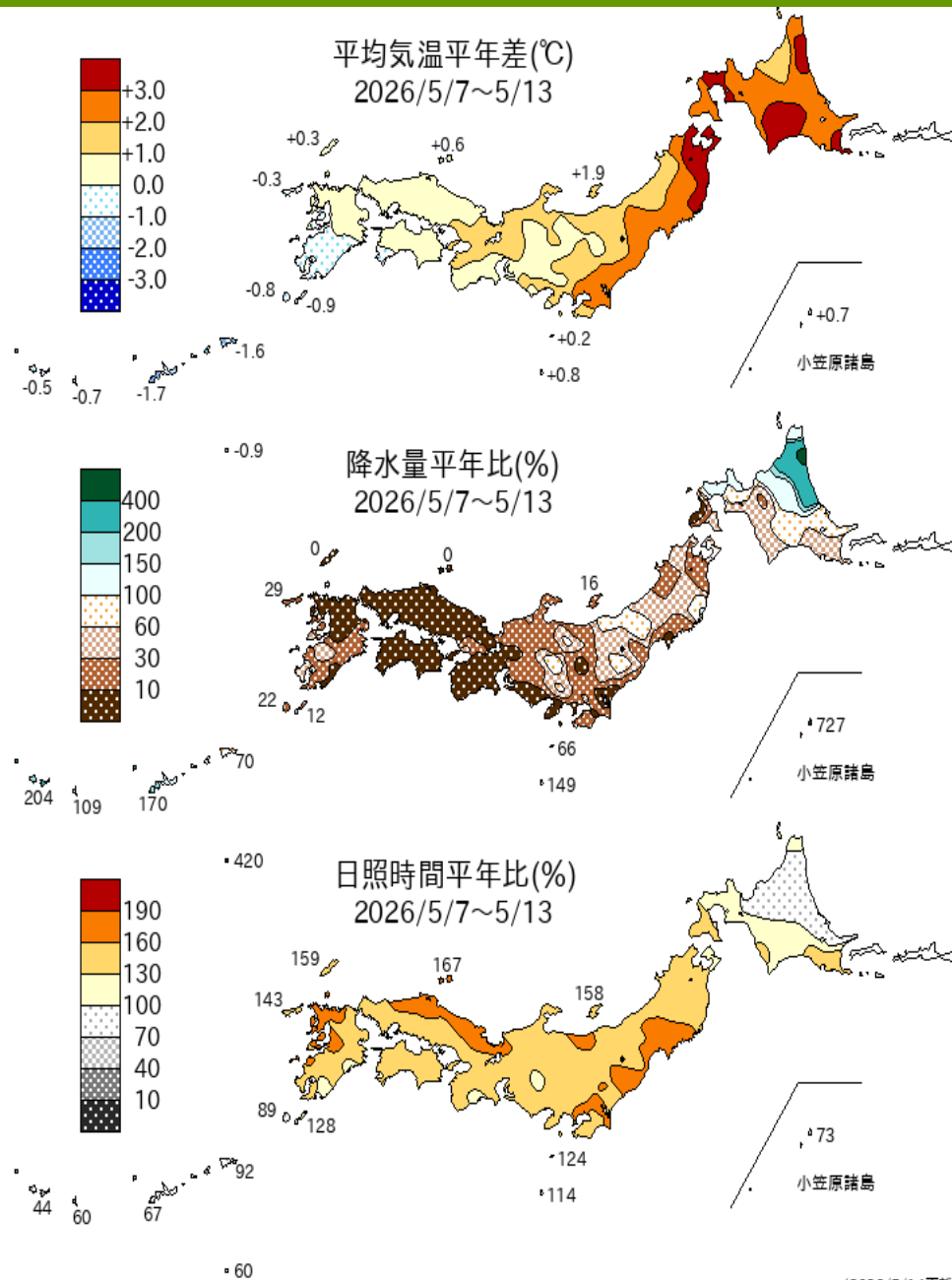
850hPa気温



海面気圧



# (参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(5月7日~5月13日)は、北・東・西日本では高気圧に覆われて晴れた日が多く、降水量は平年を下回り、日照時間は平年を上回った所が多くなりました。一方、日本の南には前線が停滞し、沖縄・奄美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。気温は、暖かい空気に覆われやすかった北・東日本を中心に平年を上回り、低気圧に向かって暖かい空気が流れ込みやすかった北日本では平年を大きく上回りました。一方、冷涼な空気の影響を受けやすかった沖縄・奄美を中心に九州南部にかけて平年を下回りました。