

全般季節予報支援資料 1か月予報

2026年6月18日

予報期間：6月20日～7月19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・東日本では、期間のはじめは気温がかなり低くなる所がある見込みです。

出現の可能性が最も大きい天候

北・東・西日本では、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、平年と同様に晴れ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	40:40:20	40:30:30	30:30:40	
	太平洋側		30:30:40	40:30:30	
東日本	日本海側	40:30:30	30:30:40	40:30:30	
	太平洋側		20:40:40	40:30:30	
西日本	日本海側	30:30:40	30:30:40	30:40:30	
	太平洋側		30:30:40	30:40:30	
沖縄・奄美		30:40:30	30:40:30	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	80:10:10	30:50:20	30:30:40
東日本	60:30:10	30:50:20	20:40:40
西日本	20:50:30	20:50:30	20:40:40
沖縄・奄美	60:30:10	20:50:30	20:40:40

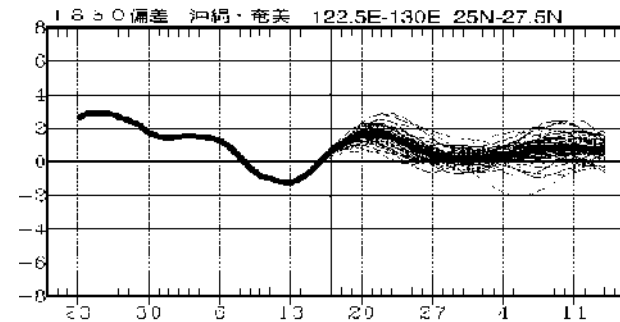
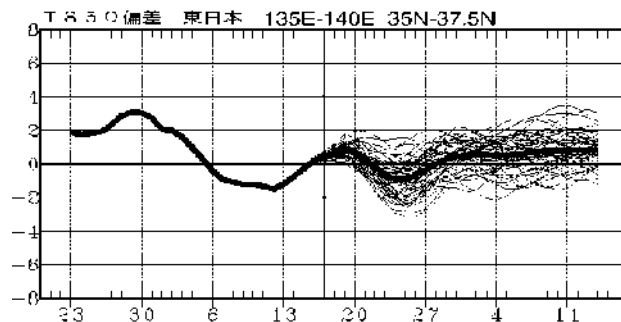
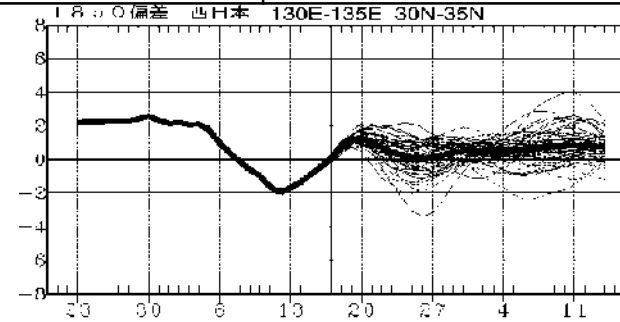
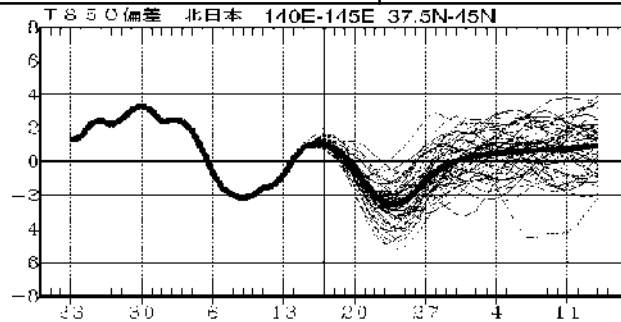
全般1か月予報のポイント

- 北・東日本では、期間のはじめは冷涼な空気が流れ込みやすく、気温がかなり低くなる所がある見込みです。北日本の向こう1か月の気温は平年並か低いでしょう。
- 東日本太平洋側では、期間のはじめを中心に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いでしょう。

各週における天候のポイント(気温)

	1週目(6/20~6/26)	2週目(6/27~7/3)	3~4週目(7/4~7/17)
想定される天候(気温)	北・東日本と沖縄・奄美では低温、西日本では、平年並。	全国的に平年並。	北日本では、ほぼ平年並、東・西日本と沖縄・奄美では高温傾向。
根拠	北・東日本では、オホーツク海高気圧からの冷涼な空気が流れ込みやすく低温。また、沖縄・奄美では冷涼な空気に覆われやすく、この付近の海面水温も低い(P12,P13参照)。	北・東日本では期間のはじめは、オホーツク海高気圧からの冷涼な空気の流れ込みが残りやすいが、その後はオホーツク海高気圧が弱まる(P12,P13参照)。	東・西日本と沖縄・奄美を中心に暖かい空気に覆われやすい(P12,P13参照)。

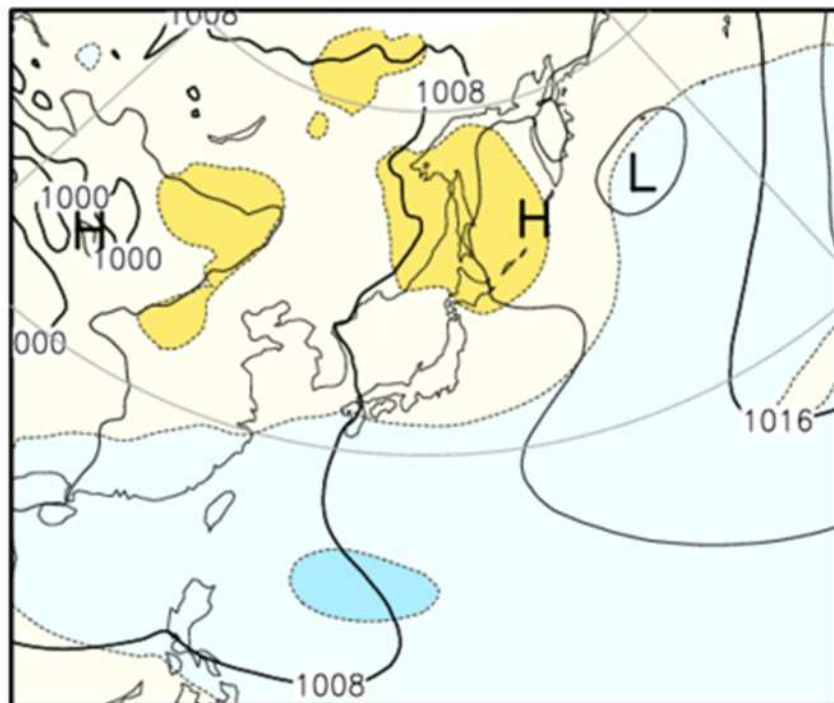
850hPa気温偏差時系列



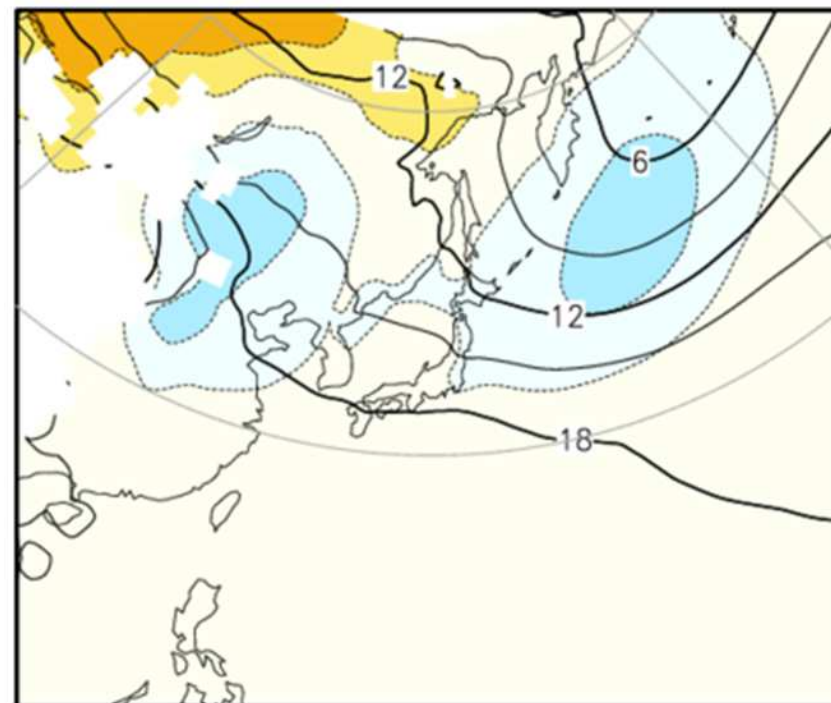
各週における天候のポイント(天気)

	1週目(6/20~6/26)	2週目(6/27~7/3)	3~4週目(7/4~7/17)
想定される天候(天気)	北・西日本と東日本日本海側では、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。東日本太平洋側では、低気圧や前線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。沖縄・奄美では、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。	北・東・西日本で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、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。	北・東・西日本では、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、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。
根拠	東・西日本では、東日本太平洋側を中心に、低気圧や前線、湿った空気の影響を受けやすく多雨または多雨傾向。また、東日本太平洋側では寡照傾向。沖縄・奄美では、湿った空気の影響を受けやすく寡照傾向(P10-P13参照)。	北・東日本と沖縄・奄美では平年と同様の天候だが、西日本では前線や湿った空気の影響を受けにくいため、やや少雨、やや多照(P10-P13参照)。	全国的に平年と同様の天候(P10-P13参照)。

海面気圧(1か月)



上空約1500mの気温(1か月)

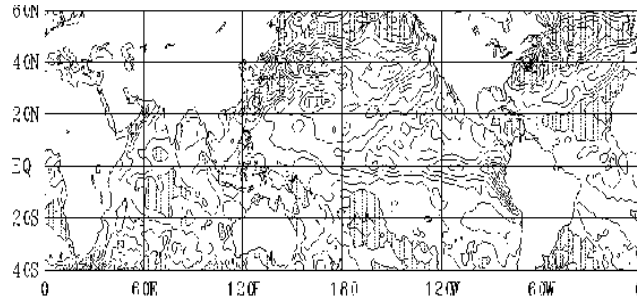


1か月平均の海面気圧(左図)では、サハリン付近で平年より気圧が高いと予測され、北・東日本では、期間のはじめを中心にオホーツク海高気圧の影響を受けやすいでしょう。一方、華南から日本の南にかけて平年より気圧が低いと予測され、東日本太平洋側を中心に低気圧や前線、湿った空気の影響を受けやすいでしょう。

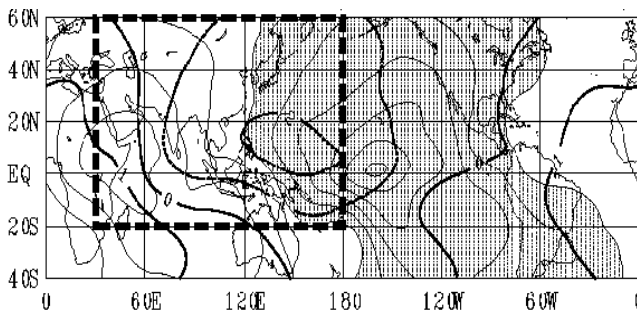
上空約1500mの気温(右図)は、北・東日本を中心に平年より低いと予測され、期間のはじめは冷涼な空気が流れ込みやすいでしょう。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

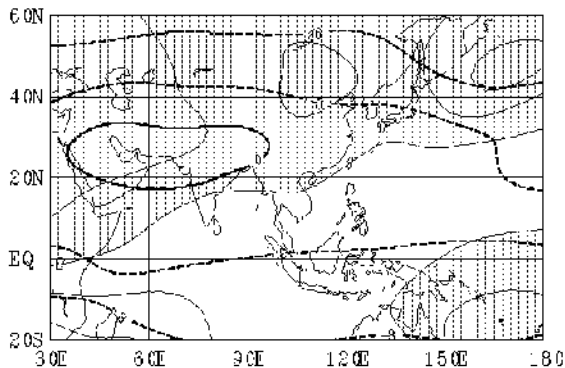
SST偏差



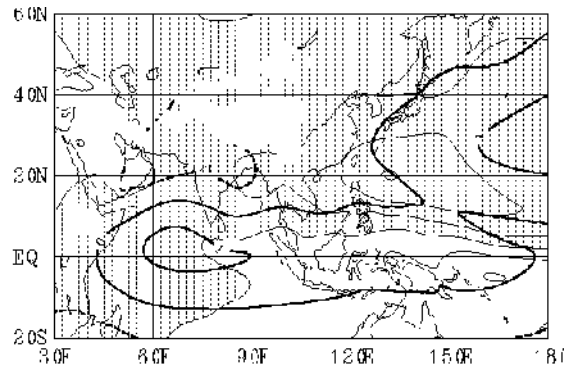
200hPa速度ポテンシャル



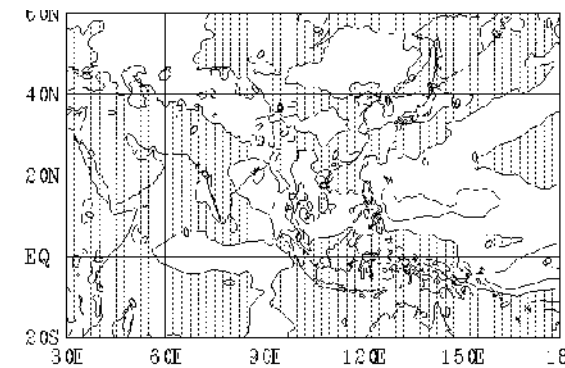
200hPa流線関数



850hPa流線関数



降水量偏差



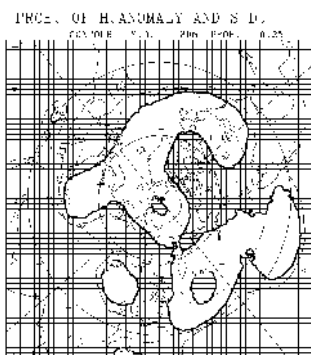
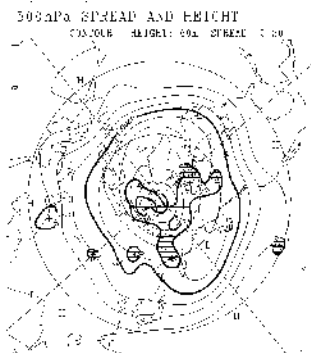
SST偏差は、太平洋熱帯域では中・東部を中心に広く正偏差。日本付近では沖縄近海で負偏差。

200hPa速度ポテンシャルは、SST偏差に対応して、太平洋熱帯域の中部を中心に上層発散偏差、インド洋西部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、熱帯の対流活動に対応して、日付変更線の西を中心に高気圧性循環偏差。一方、中緯度帯では広く低気圧性循環偏差。

850hPa流線関数は、熱帯の対流活動に対応して、南シナ海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、フィリピンから日付変更線付近にかけて多雨偏差。日本付近では東日本太平洋側を中心に多雨偏差。



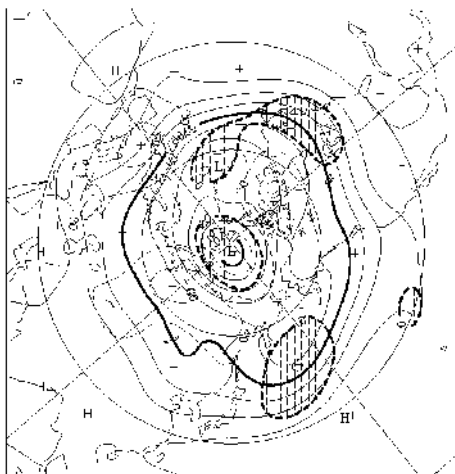
500hPa高度は、日本付近では全国的に正偏差だが平年からの隔たりは小さい。

850hPa気温は、北・東日本を中心に負偏差。

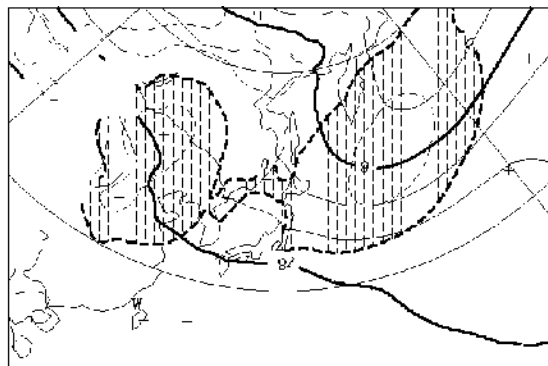
海面気圧は、サハリン付近で平年より気圧が高く、期間のはじめを中心に北・東日本では、オホーツク海高気圧の影響を受けやすい。一方、華南から日本の南にかけて気圧が低く、東日本太平洋側を中心に低気圧や前線、湿った空気の影響を受けやすい。

ただし、500hPa高度では、オホーツク海高気圧の強まりに影響する東シベリアでのスプレッドが大きいことから、日本付近への寒気の影響には不確実性がある。

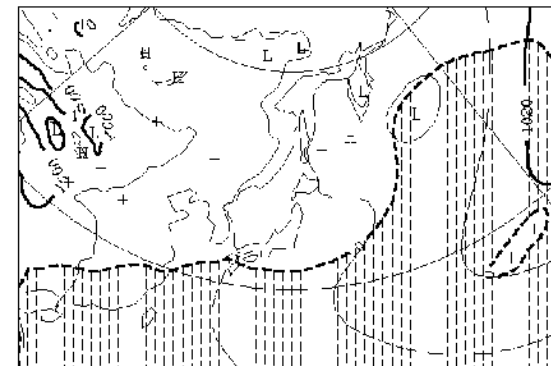
500hPa高度



850hPa気温

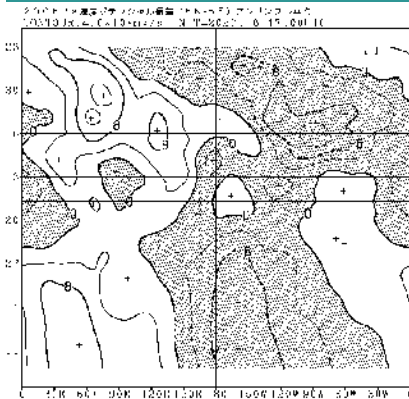


海面気圧



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



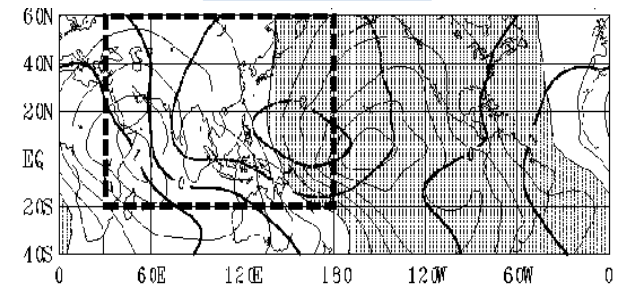
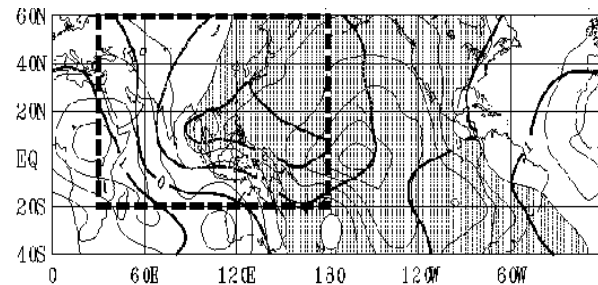
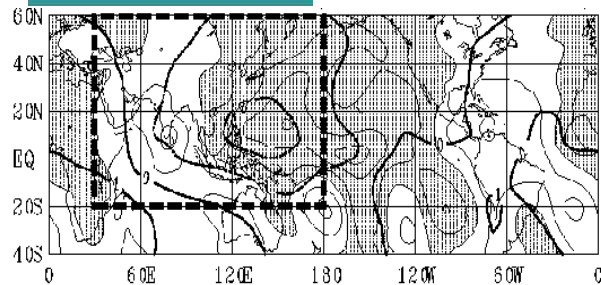
200hPa速度ポテンシャルは、1週目は、フィリピンから太平洋中部で上層発散偏差、インド洋付近で上層収束偏差。2週目以降は、太平洋中部で上層発散偏差、インド洋西部を中心にインドネシア付近にかけて上層収束偏差。
降水量は、1週目は、ベンガル湾北部とフィリピンから日付変更線付近にかけて多雨偏差。日本付近では、東日本太平洋側を中心に多雨偏差。2週目以降は、ベンガル湾北部から日付変更線にかけて多雨偏差。

200hPa速度ポテンシャル

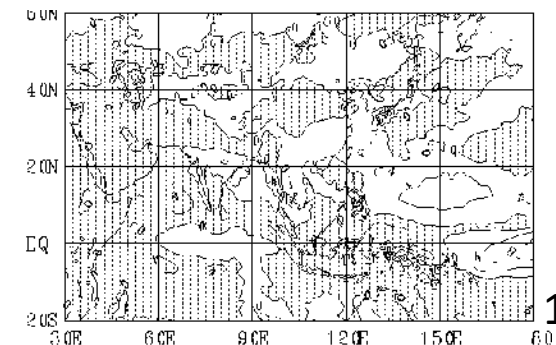
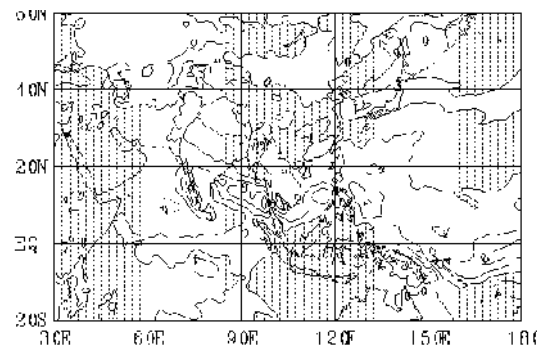
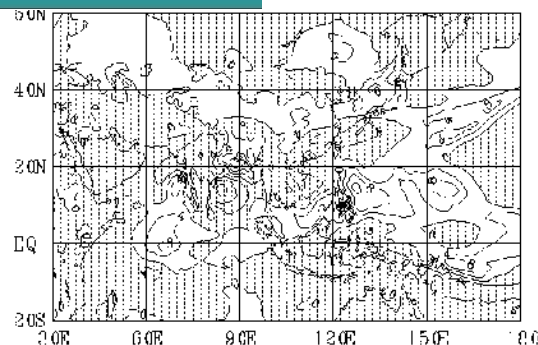
1週目

2週目

3~4週目



降水量偏差



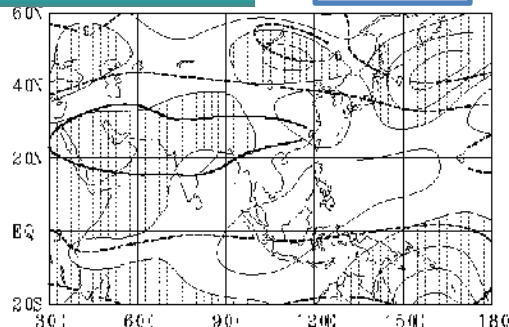
予報資料の解釈(各週) 熱帯循環場

200hPa流線関数は、1週目は、華中から東シナ海とフィリピン付近で高気圧性循環偏差、日本の東で低気圧性循環偏差。2週目以降は、華中付近を中心に低気圧性循環偏差。一方、日付変更線の西を中心に高気圧性循環偏差。

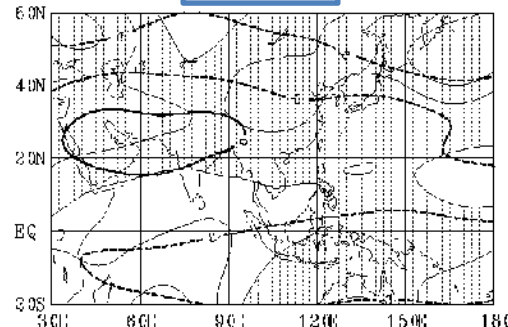
850hPa流線関数は、1週目は、日本の南で低気圧性循環偏差、オホーツク海付近で高気圧性循環偏差。2週目は、南シナ海から日付変更線にかけて低気圧性循環偏差。3~4週目は、フィリピンの東から日本の南にかけて低気圧性循環偏差。

200hPa流線関数

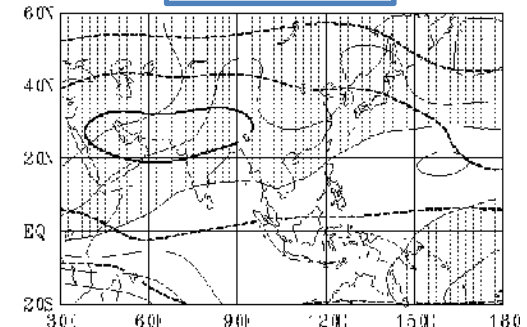
1週目



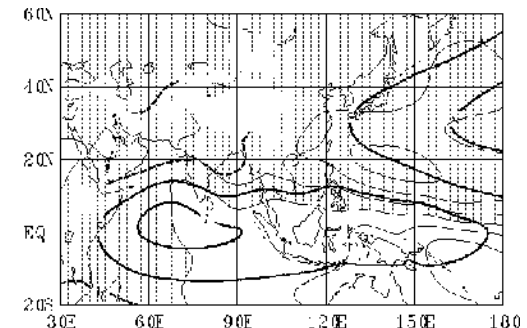
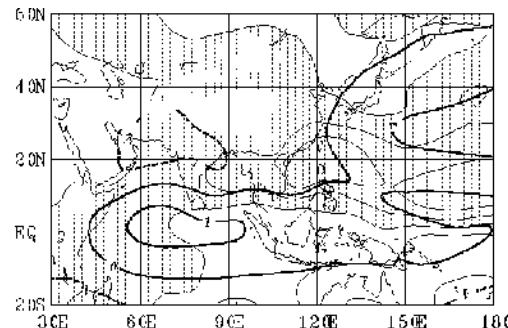
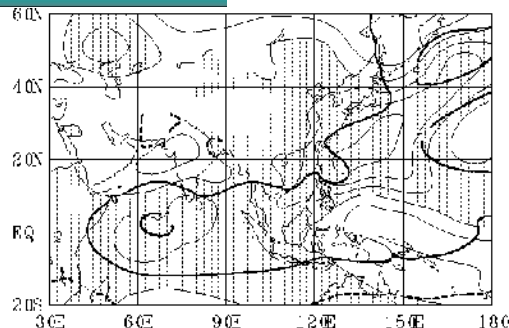
2週目



3~4週目



850hPa流線関数



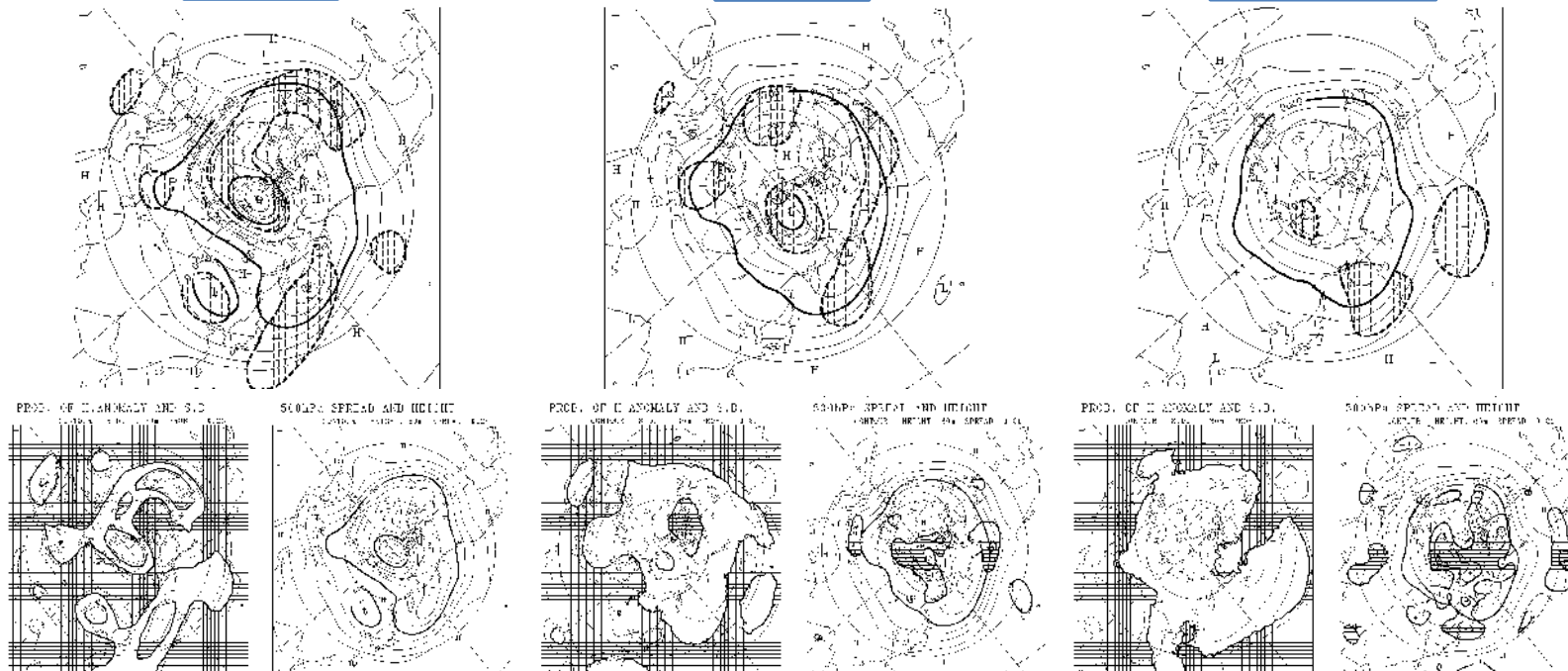
500hPa高度は、1週目は、東シベリア付近で正偏差の一方、日本の東で負偏差。
2週目以降からは、日本付近は正偏差だが平年からの隔たりは小さい。
なお、3~4週目は東シベリアと日本の南東のスプレッドが大きく、不確実性が大きいことに留意。

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・東日本中心に負偏差。2週目は、北日本付近は負偏差だが、平年からの隔たりは小さい。3～4週目は、日本付近は、ほぼ正偏差となるが平年からの隔たりは小さい。

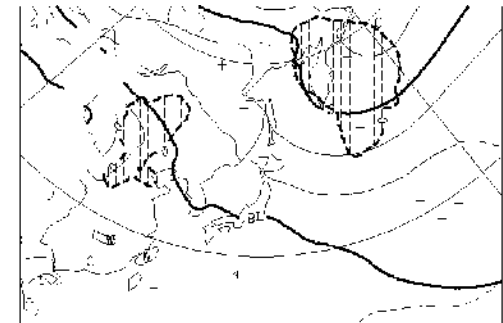
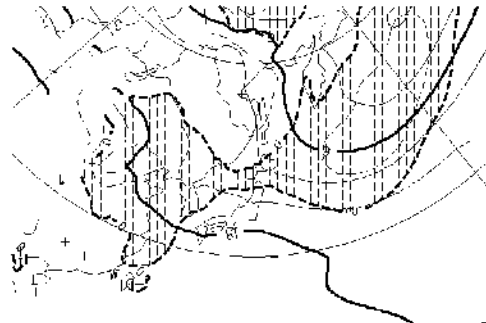
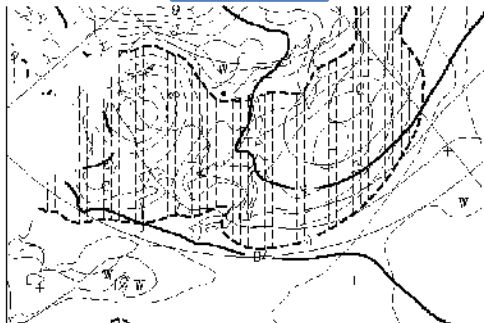
海面気圧は、1週目は、オホーツク海に高気圧が予想され、北・東日本を中心に、その影響を受けやすい。また、本州南岸から日本の南では気圧の谷が予測され、東日本太平洋側を中心に低気圧や前線、湿った空気の影響を受けやすいほか、沖縄・奄美では湿った空気の影響を受けやすい。2週目は、前線は本州付近に北上するものの、太平洋高気圧の西への張り出しが弱く、西日本では南からの湿った空気の流れ込みは弱い。3～4週目は、日本付近の偏差は小さい。

1週目

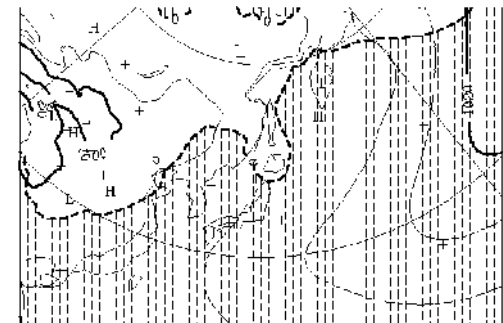
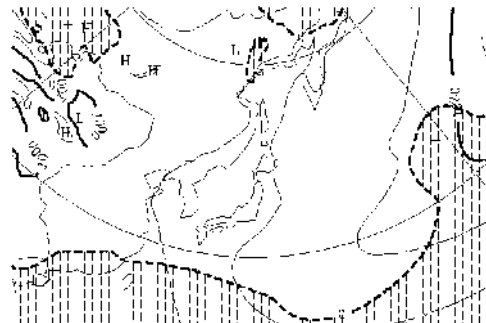
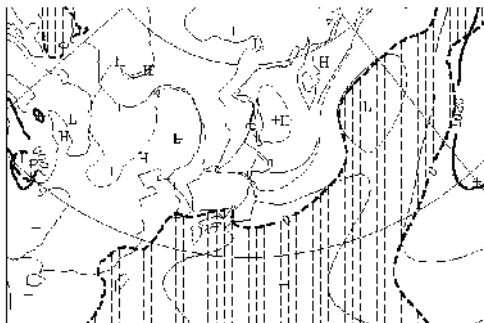
2週目

3～4週目

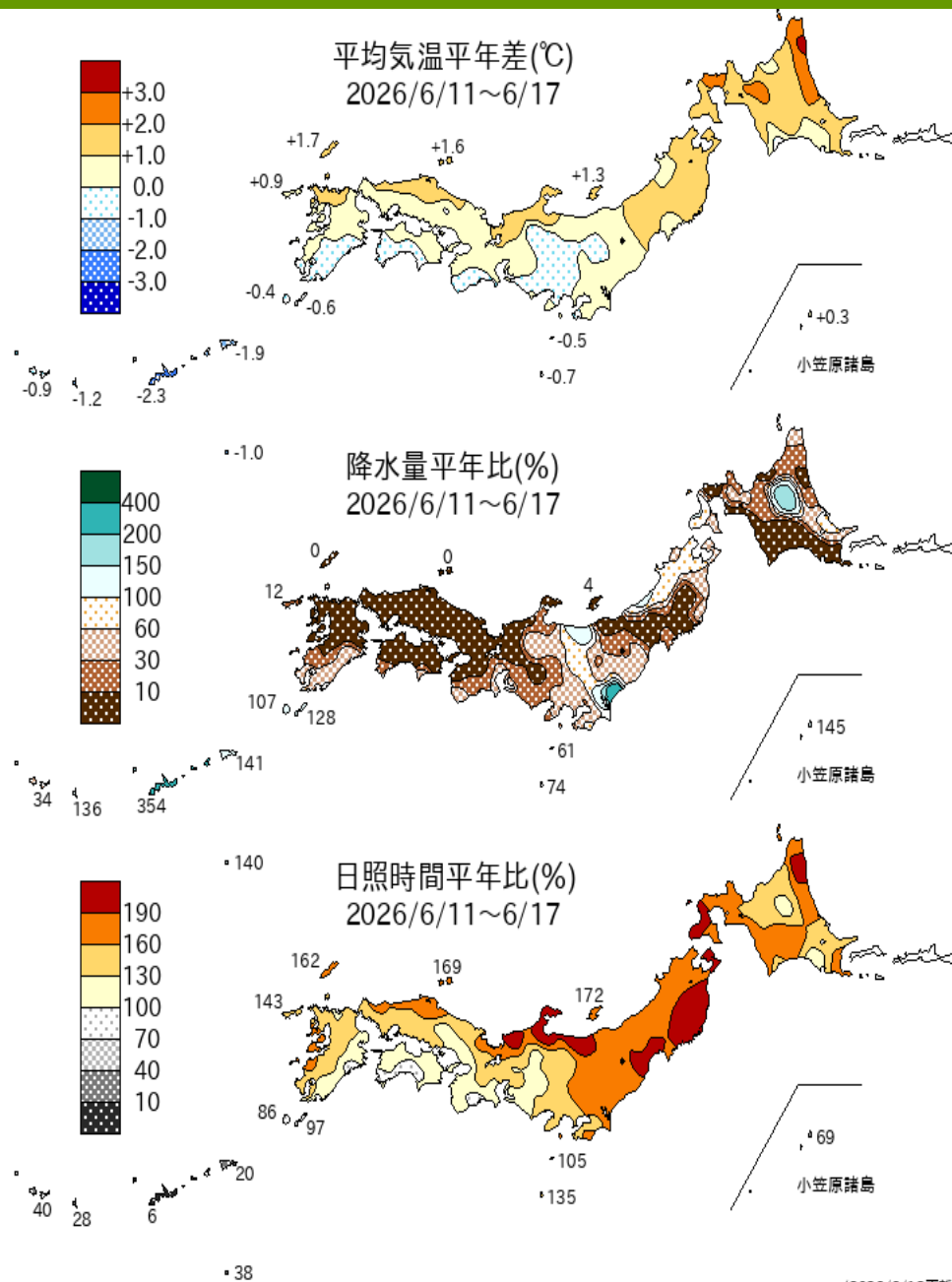
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(6月11日~6月17日)は、北・東・西日本では、高気圧に覆われやすく晴れた日が多かった一方で、気圧の谷や湿った空気の影響を受けた日もありました。梅雨前線や湿った空気の影響を受けにくかったため、北・東・西日本の降水量は平年を大きく下回りました。日照時間は、高気圧に覆われやすかった北・東日本と西日本日本海側を中心に平年を上回りました。沖縄・奄美では梅雨前線や湿った空気の影響を受けやすかったため曇りや雨の日が多く、記録的な大雨となった所もありました。このため、降水量は沖縄本島地方を中心に平年を大きく上回り、日照時間は平年を大きく下回りました。気温は、冷涼な空気が流れ込みやすかった沖縄・奄美では平年を下回った一方で、暖かい空気に覆われやすかった北日本と東・西日本日本海側では平年を上回りました。