

全般季節予報支援資料 1か月予報

2026年7月2日

予報期間：7月4日～8月3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、期間の前半は気温がかなり高くなる可能性があります。

出現の可能性が最も大きい天候

北日本では、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。

東・西日本では、期間の前半は、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。

期間の後半は、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	10:40:50	30:30:40	40:30:30	
	太平洋側		30:30:40	40:30:30	
東日本	日本海側	10:40:50	40:30:30	30:30:40	
	太平洋側		40:40:20	30:30:40	
西日本	日本海側	10:30:60	40:40:20	30:30:40	
	太平洋側		40:40:20	30:30:40	
沖縄・奄美		30:40:30	20:40:40	30:30:40	

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

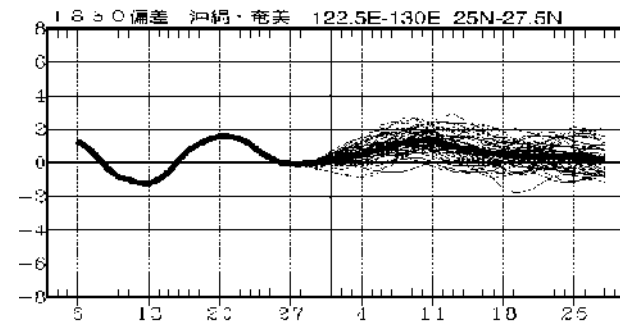
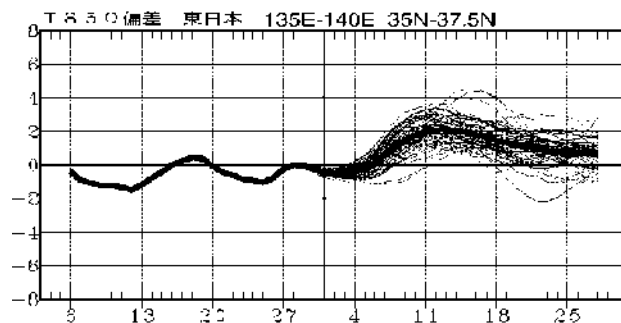
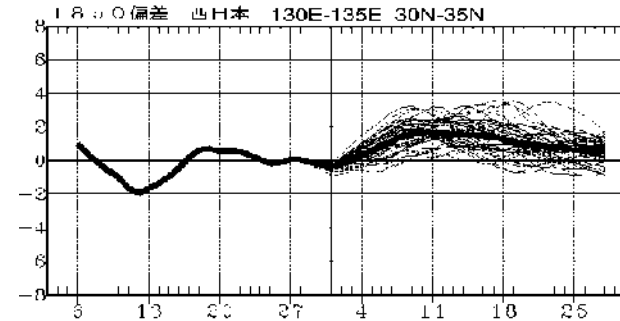
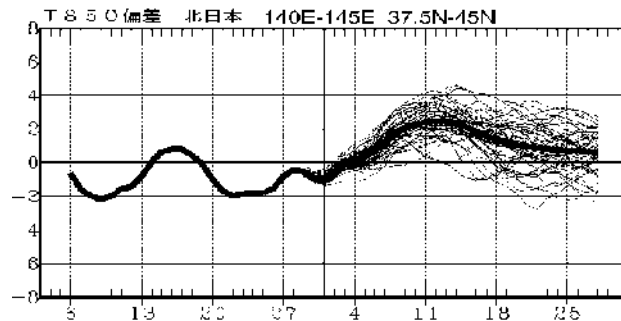
全般1か月予報のポイント

- ・北・東・西日本では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。特に、期間の前半は気温がかなり高くなる可能性があります。
- ・東日本太平洋側と西日本では期間の前半は梅雨前線や湿った空気の影響を受けにくいため、向こう1か月の降水量は平年並か少ないでしょう。
- ・沖縄・奄美では湿った空気の影響を受けやすい時期があるため、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(7/4~7/10)	2週目(7/11~7/17)	3~4週目(7/18~7/31)
想定される天候(気温)	北・西日本では高温、東日本は高温傾向、沖縄・奄美では平年並。	北・東・西日本は高温で、かなり高くなる可能性がある、沖縄・奄美は平年並。	北日本は高温傾向、東・西日本は高温、沖縄・奄美はほぼ平年並
根拠	北・西日本を中心に暖かい空気に覆われやすい(P12,P13参照)。	北・東・西日本は暖かい空気に覆われやすい(P12,P13参照)。	東・西日本を中心に暖かい空気に覆われやすい(P12,P13参照)。

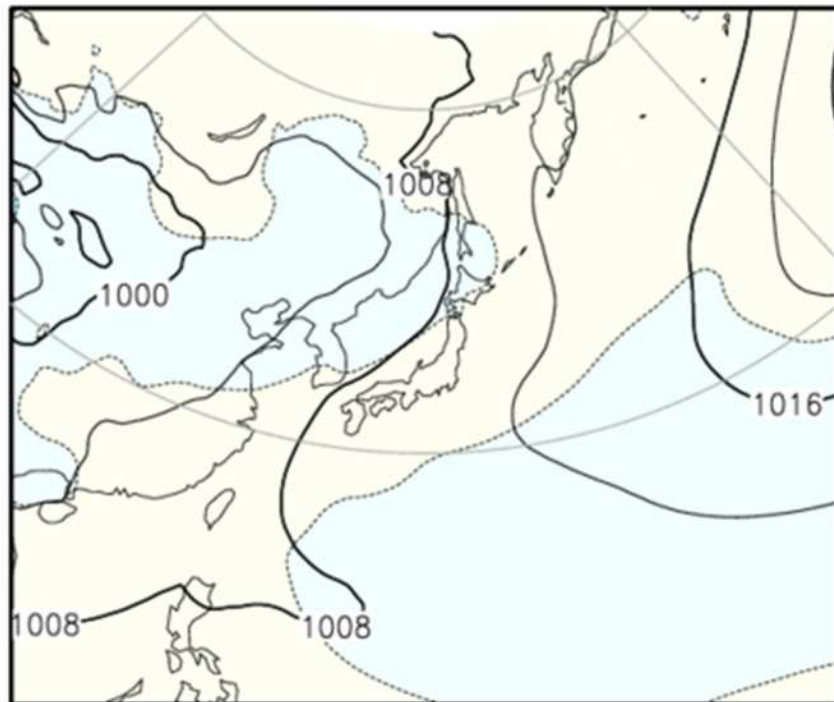
850hPa気温偏差時系列



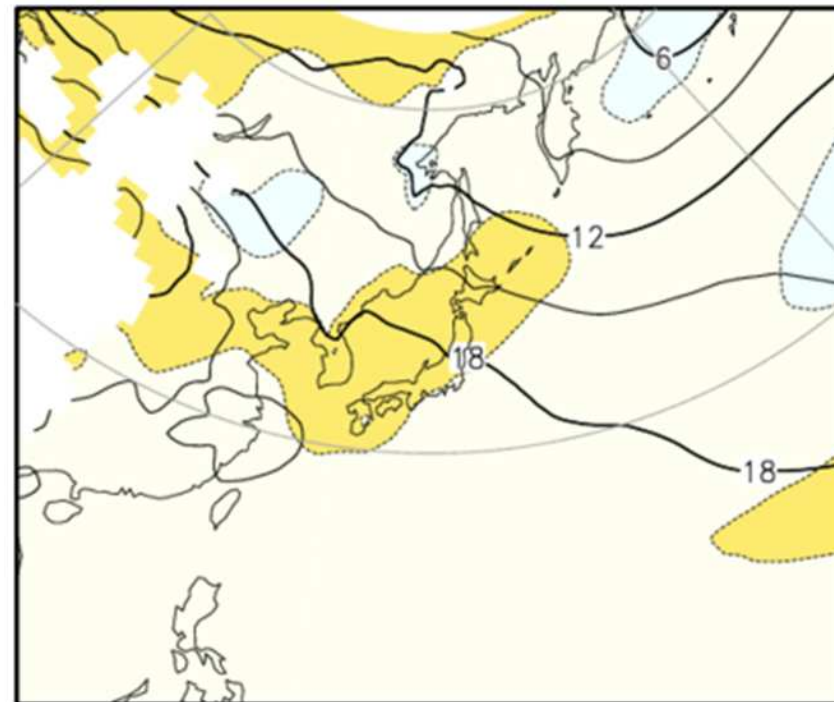
各週における天候のポイント(天気)

	1週目(7/4~7/10)	2週目(7/11~7/17)	3~4週目(7/18~7/31)
想定される天候(天気)	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、太平洋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。	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。	北日本では、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。 東・西日本と沖縄・奄美では、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。
根拠	本州付近の梅雨前線は不明瞭で、東日本太平洋側と西日本は少雨傾向。 沖縄・奄美は太平洋高気圧に覆われやすく、多照傾向(P10-P13参照)。	北日本は低気圧や前線の影響を受けやすく、多雨傾向。 沖縄・奄美は湿った空気の影響を受けやすく、多雨傾向(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)



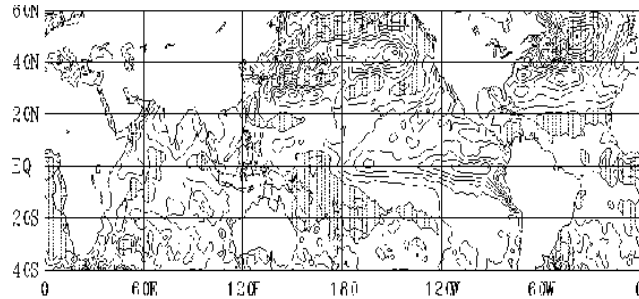
上空約1500mの気温(1か月)



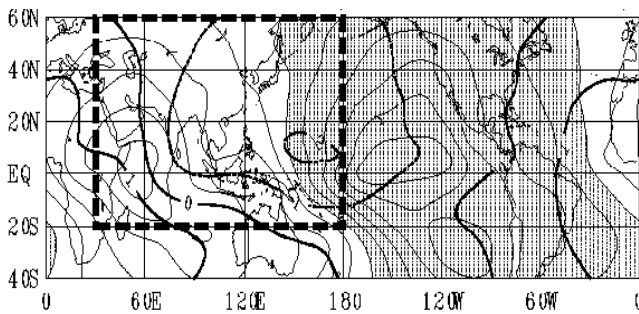
1か月平均の海面気圧(左図)では、東・西日本を中心に太平洋高気圧に覆われる予測で、東日本太平洋側と西日本では、期間の前半は梅雨前線や湿った空気の影響を受けにくいでしょう。一方、日本の南は平年より気圧が低いと予測され、沖縄・奄美では湿った空気の影響を受けやすい時期がある見込みです。上空約1500mの気温(右図)は、北・東・西日本は平年より高いと予測され、暖かい空気に覆われやすいでしょう。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

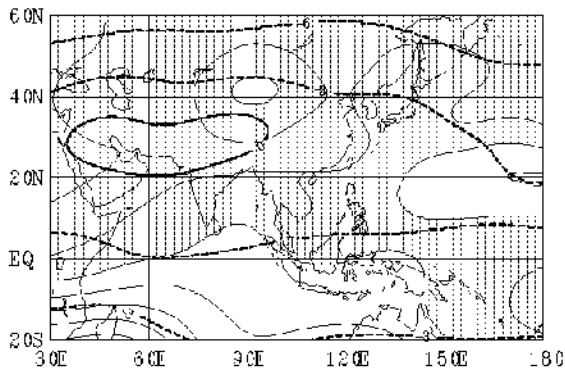
SST偏差



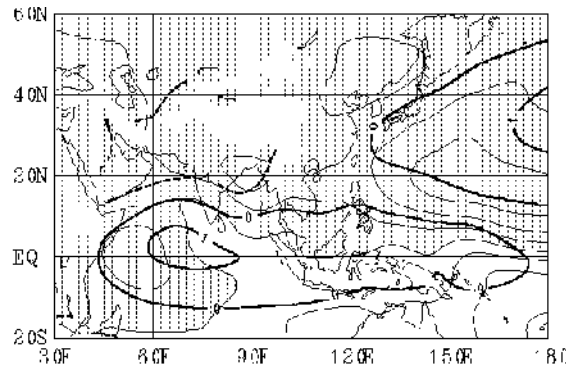
200hPa速度ポテンシャル



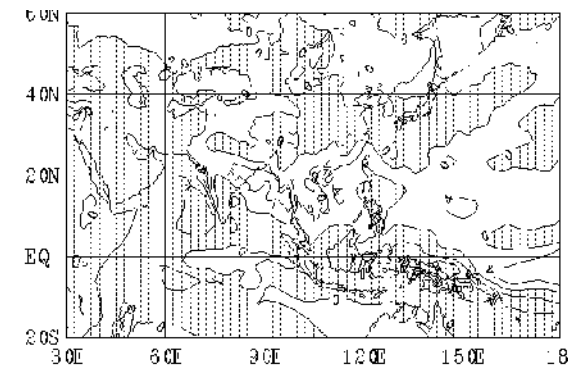
200hPa流線関数



850hPa流線関数



降水量偏差



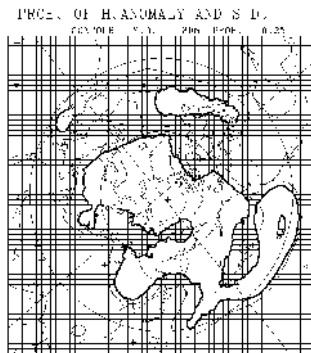
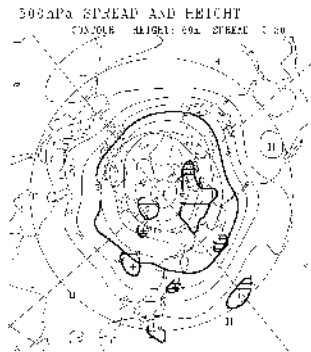
SST偏差は、太平洋熱帯域では中・東部を中心に広く正偏差。西部では負偏差もみられる。

200hPa速度ポテンシャルは、熱帯の対流活動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、日付変更線付近を中心に高気圧性循環偏差。また、ユーラシア大陸から日本付近にかけての亜熱帯ジェット気流沿いに波列がみられ、日本付近は相対的な高気圧性循環偏差。

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、ベンガル湾から南シナ海にかけてと日付変更線の西付近で多雨偏差。フィリピン付近と日本付近で少雨偏差。

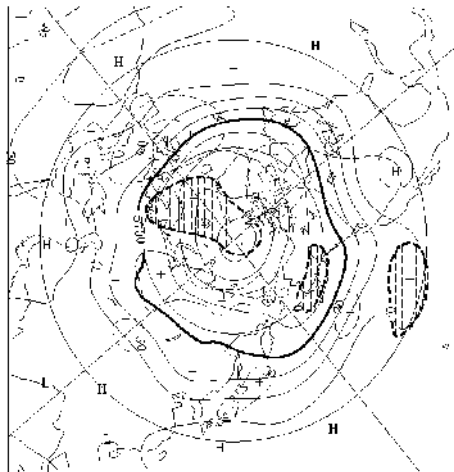


500hPa高度は、北日本を中心に全国的に正偏差。ただし、オホーツク海付近と日本の南ではスプレッドが大きい。

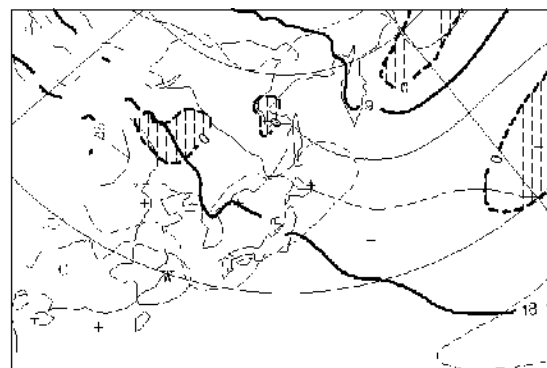
850hPa気温は、北・東・西日本で正偏差が強く、沖縄・奄美は平年からの隔たりが小さい。

海面気圧は、東・西日本を中心に太平洋高気圧に覆われて、東日本太平洋側と西日本では、期間の前半は梅雨前線や湿った空気の影響を受けにくい。一方、日本の南は平年より気圧が低く、沖縄・奄美では湿った空気の影響を受けやすい時期がある見込み。

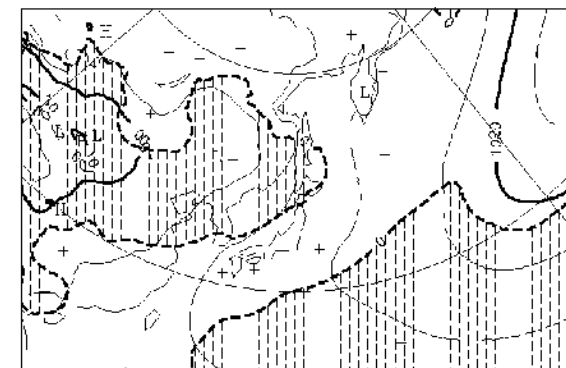
500hPa高度



850hPa気温

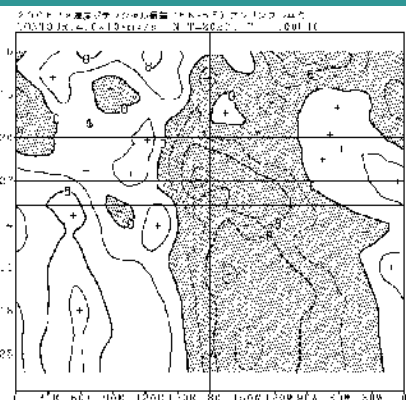


海面気圧



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、期間を通して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からフィリピン付近にかけて上層収束偏差。

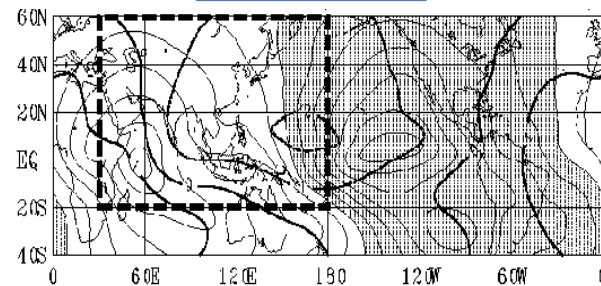
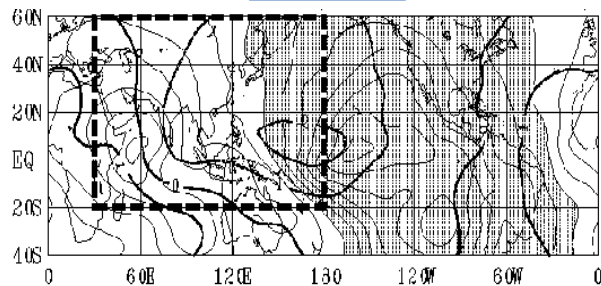
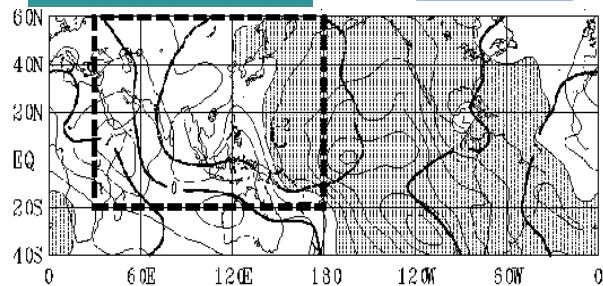
降水量は、1週目はベンガル湾から南シナ海にかけてと日付変更線の西付近で多雨偏差。フィリピン付近と日本付近は少雨偏差。2週目は南シナ海と東シナ海で多雨偏差。3~4週目はベンガル湾と日付変更線の西で多雨偏差。

200hPa速度ポテンシャル

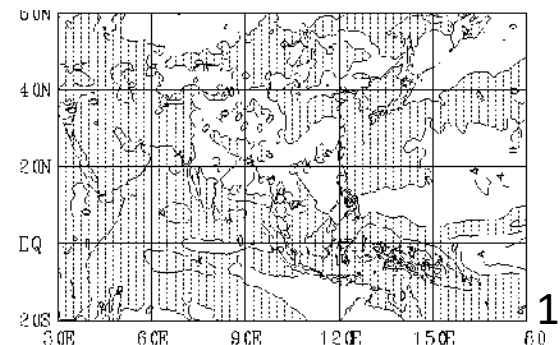
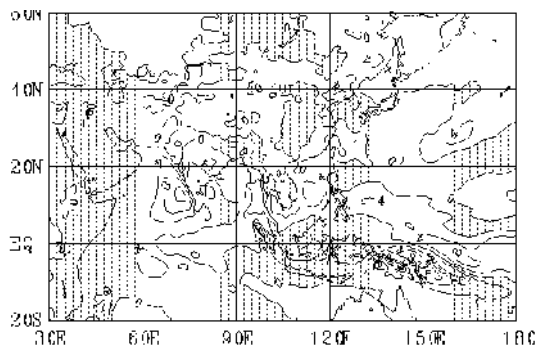
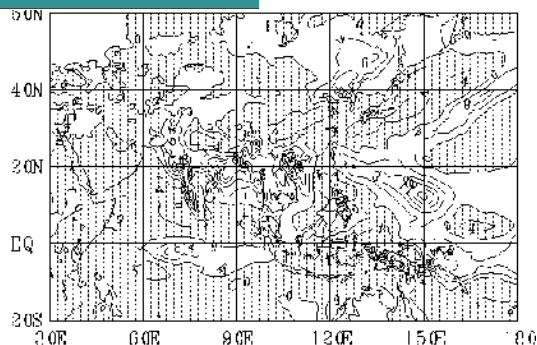
1週目

2週目

3~4週目



降水量偏差

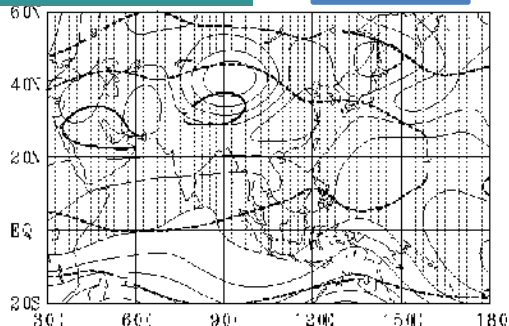


200hPa流線関数は、2週目までを中心に亜熱帯ジェット気流沿いの波列が見られる。1週目は華中付近を中心に低気圧性循環偏差、サハリン付近を中心に相対的な高気圧性循環偏差。2週目は本州付近を中心に高気圧性循環偏差。3~4週目は日本の東で高気圧性循環偏差。

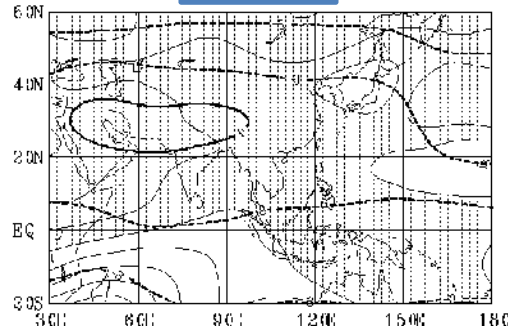
850hPa流線関数は、1週目は、ベンガル湾とフィリピンの東で低気圧性循環偏差、千島近海で高気圧性循環偏差。2週目は東シナ海付近で低気圧性循環偏差。3~4週目はベンガル湾と日付変更線の西を中心に低気圧性循環偏差。

200hPa流線関数

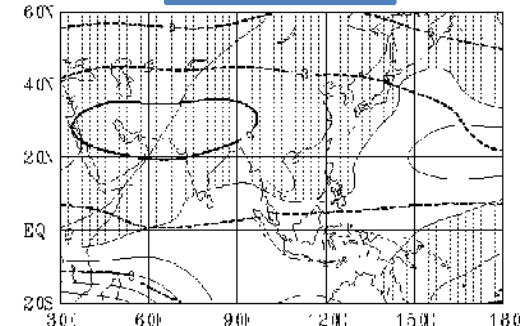
1週目



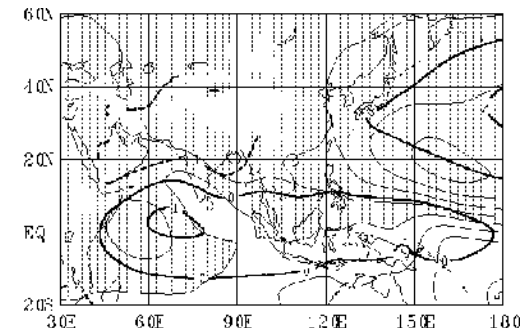
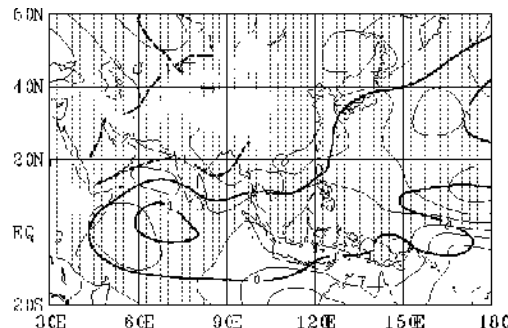
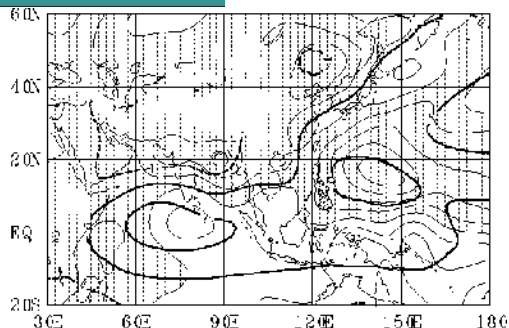
2週目



3~4週目



850hPa流線関数



500hPa高度は、1、2週目は中国東北区付近がトラフ、日本付近は北日本を中心に正偏差で、3～4週目は中国東北区付近のトラフは弱まるものの、日本付近の正偏差が続く。

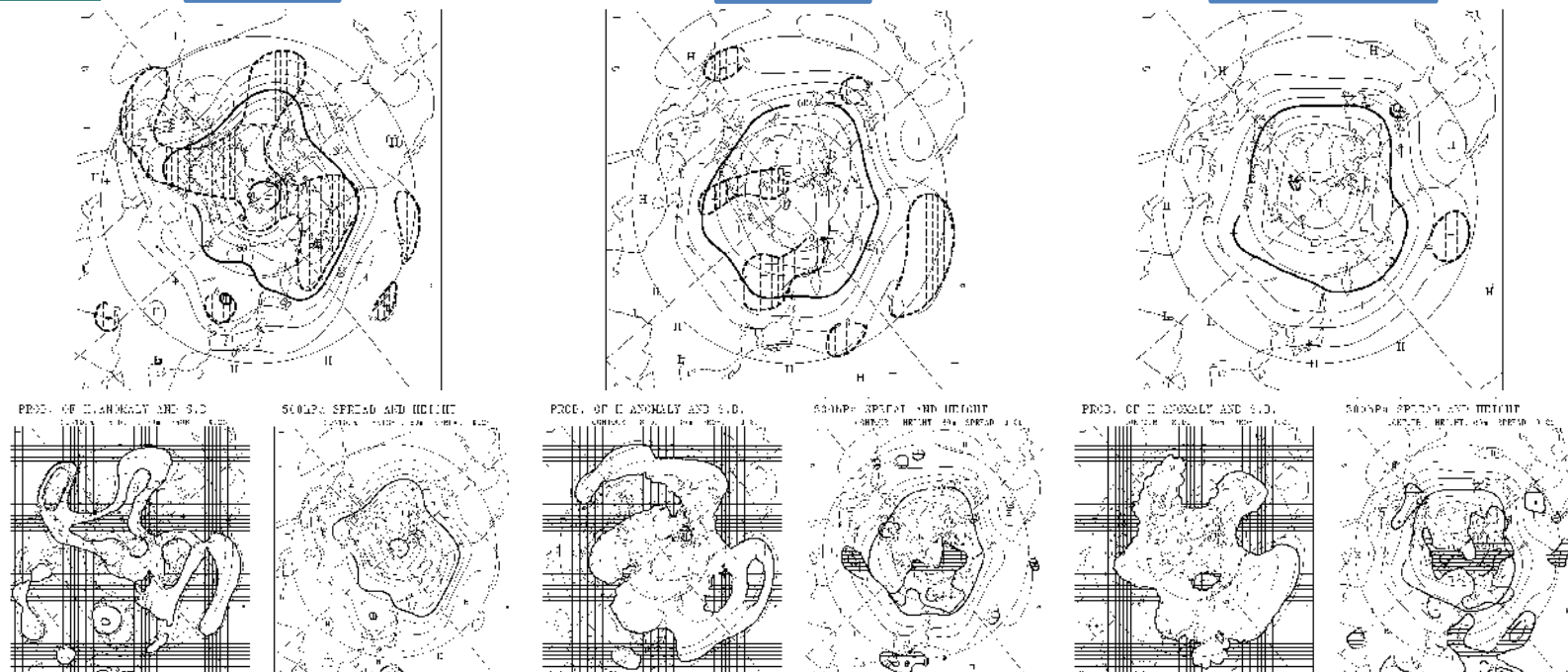
なお、2週目は日本の南から東シナ海にかけて、3～4週目はバイカル湖の東や北・東日本を中心にスプレッドが大きく、熱帯擾乱や寒帯前線ジェット気流沿いの波列の予測は不確実性が大きい。

500hPa高度

1週目

2週目

3～4週目



850hPa気温は、1、2週目は北日本を中心に東・西日本にかけて正偏差、1週目は東日本の一部に負偏差がかかるが、平年からの隔たりは小さい。3～4週目も日本付近は正偏差だが、2週目よりも偏差は小さい。

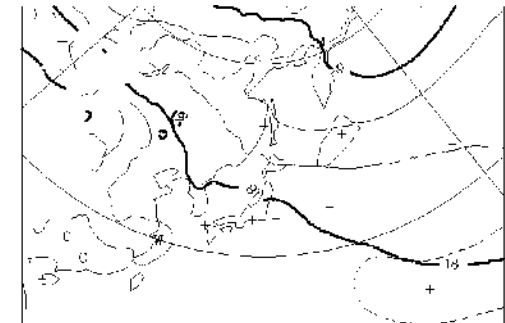
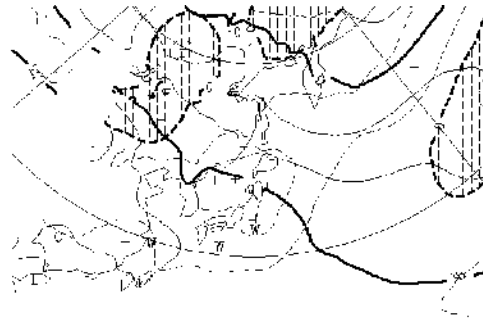
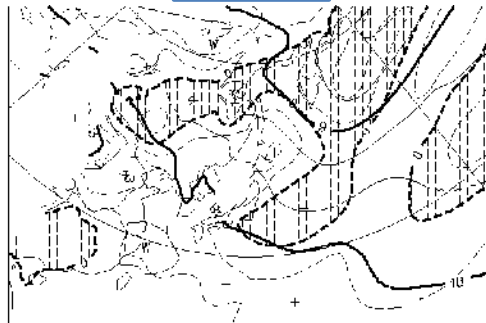
海面気圧は、1週目は日本付近は正偏差で、本州付近の梅雨前線は不明瞭、沖縄・奄美は太平洋高気圧に覆われやすい。2週目は日本付近は負偏差で、北日本は低気圧や前線の影響を受けやすく、沖縄・奄美は湿った空気の影響を受けやすい見込み。3～4週目は北・東・西日本は負偏差に覆われるが全国的に偏差は小さく、おおむね平年と同様の天候で考える。

1週目

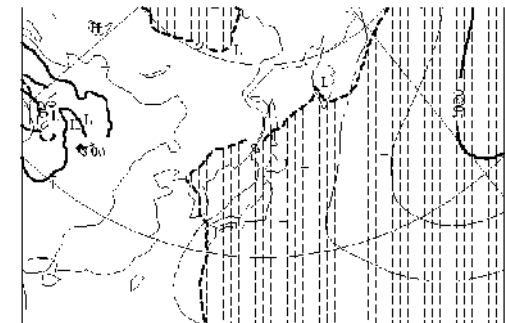
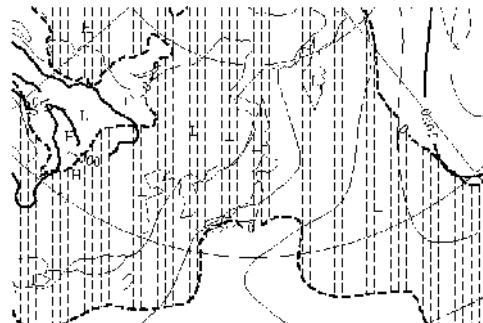
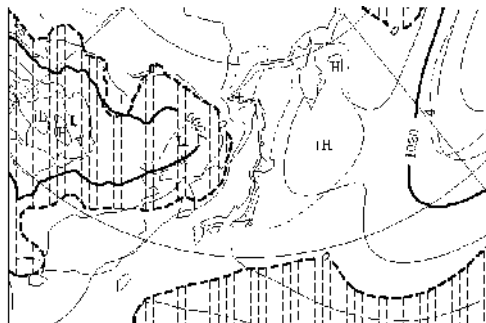
2週目

3～4週目

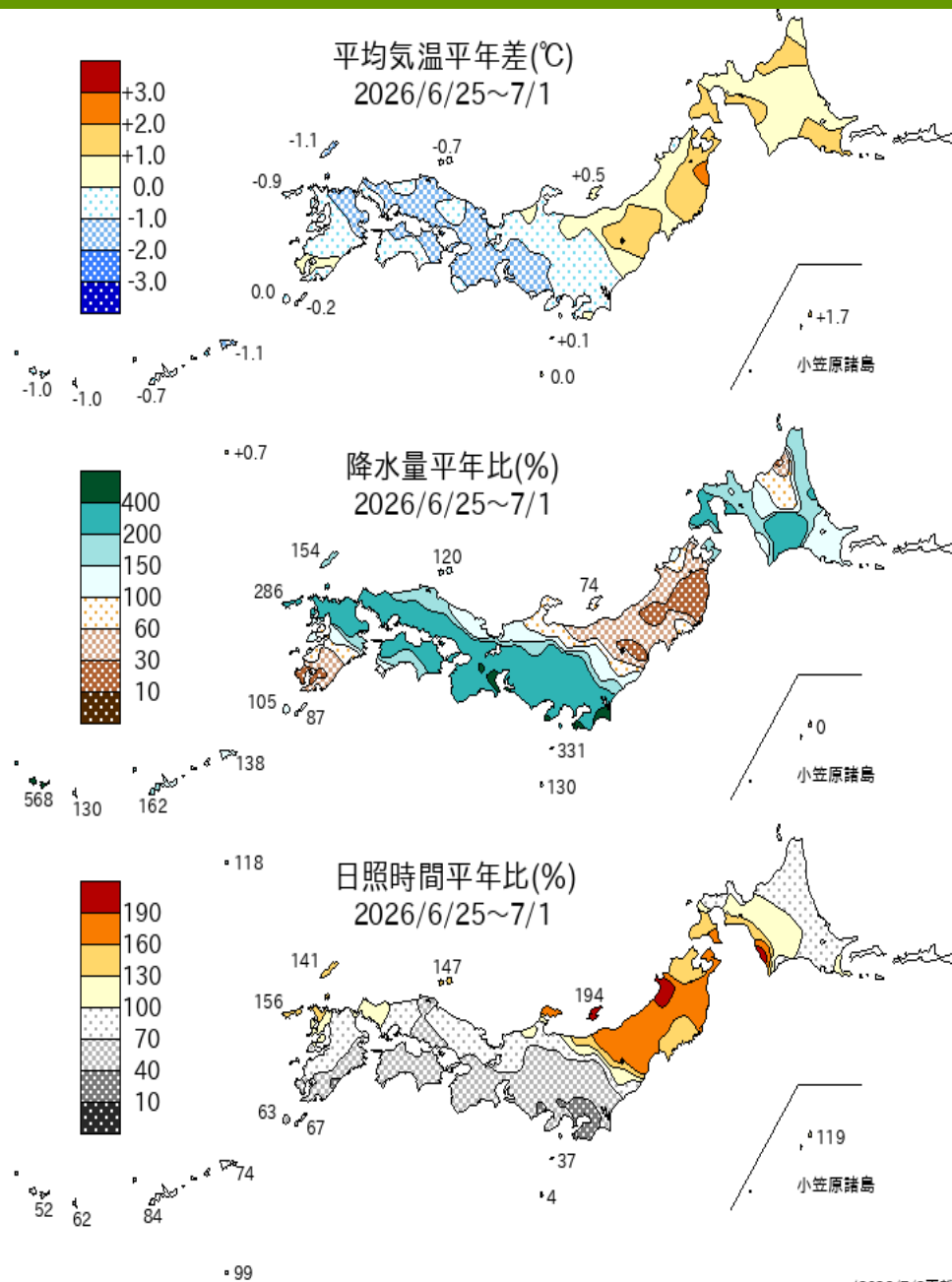
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(6月25日~7月1日)は、6月27日にかけて台風第7号が沖縄地方から本州南岸を通過し、台風第8号が関東甲信地方に接近しました。その後は大陸の高気圧が日本海に移動し、梅雨前線は28日に沖縄付近に南下した後に本州南岸付近に北上しました。東日本太平洋側、西日本、沖縄・奄美では降水量が平年を上回った所が多く、日照時間は平年を下回りました。また、北海道地方を中心に低気圧の影響を受けた日もありましたが、高気圧に覆われて晴れた日が多く、北日本と東日本日本海側では降水量が平年を下回った所が多く、日照時間は平年を上回った所が多くなりました。気温は、北日本では沿海州の低気圧に向かって暖かい空気が流れ込んだため、平年を上回りました。一方、東日本太平洋側、西日本、沖縄・奄美では梅雨前線の影響を受けやすかったため、平年を下回りました。