

全般季節予報支援資料 1か月予報

2026年7月9日

予報期間：7月11日～8月10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見込みです。

出現の可能性が最も大きい天候

北日本では、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、天気は数日の周期で変わるでしょう。

東日本日本海側では、期間の前半は、平年に比べ曇りや雨の日が少ないでしょう。期間の後半は、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。

東日本太平洋側では、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。

西日本日本海側では、平年に比べ晴れの日が多いでしょう。

西日本太平洋側と沖縄・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	40:40:20	20:40:40	
	太平洋側		40:30:30	30:40:30	
西日本	日本海側	10:30:60	40:40:20	20:40:40	
	太平洋側		40:30:30	30:30:40	
沖縄・奄美		30:30:40	30:30:40	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	10:10:80	10:30:60	30:40:30
東日本	10:20:70	10:40:50	20:40:40
西日本	10:10:80	10:40:50	20:40:40
沖縄・奄美	50:30:20	20:50:30	20:40:40

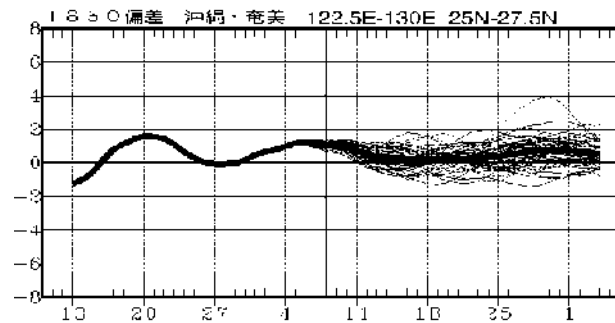
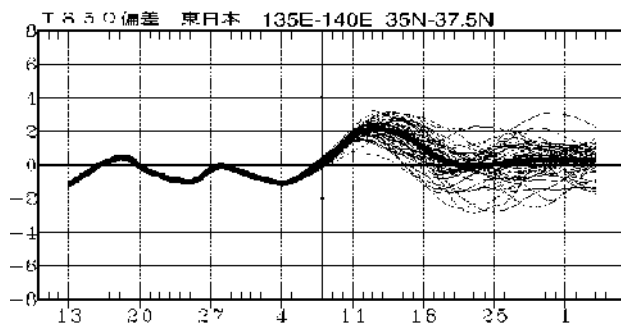
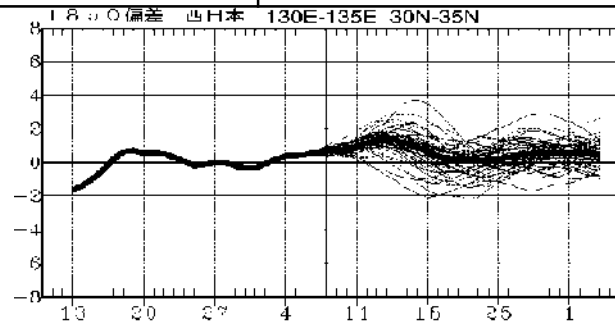
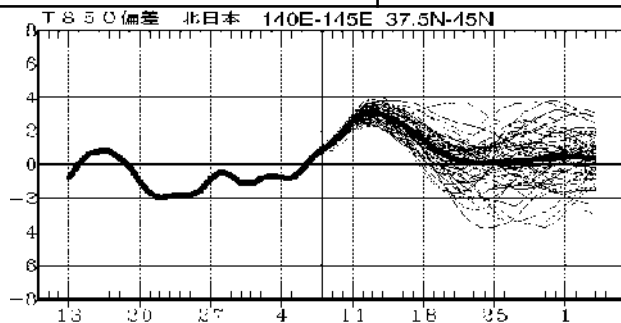
全般1か月予報のポイント

- ・暖かい空気に覆われやすいため、向こう1か月の気温は北・東・西日本で高いでしょう。特に、期間の前半は気温がかなり高くなる見込みです。
- ・東・西日本日本海側では、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いため、向こう1か月の降水量は平年並か少なく、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(7/11~7/17)	2週目(7/18~7/24)	3~4週目(7/25~8/7)
想定される天候(気温)	北・東・西日本は高温で、北・西日本ではかなり高くなる所がある。一方、沖縄・奄美は低温で、かなり低くなる所がある。	北・東・西日本は高温で、かなり高くなる見込み、沖縄・奄美は平年並。	北日本で平年並、東・西日本と沖縄・奄美で高温傾向。
根拠	北・東・西日本は暖かい空気に覆われやすい一方、沖縄・奄美は台風第9号通過後の海面水温低下の影響を見込む(P12,P13参照)。	北日本を中心に暖かい空気に覆われやすい(P12,P13参照)。	東・西日本と沖縄・奄美は暖かい空気に覆われやすい(P12,P13参照)。

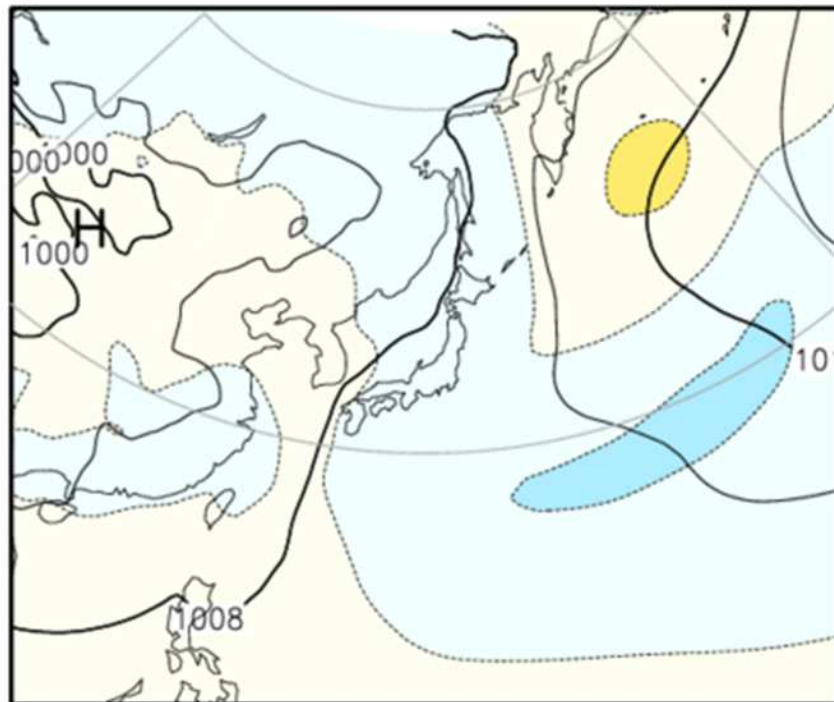
850hPa気温偏差時系列



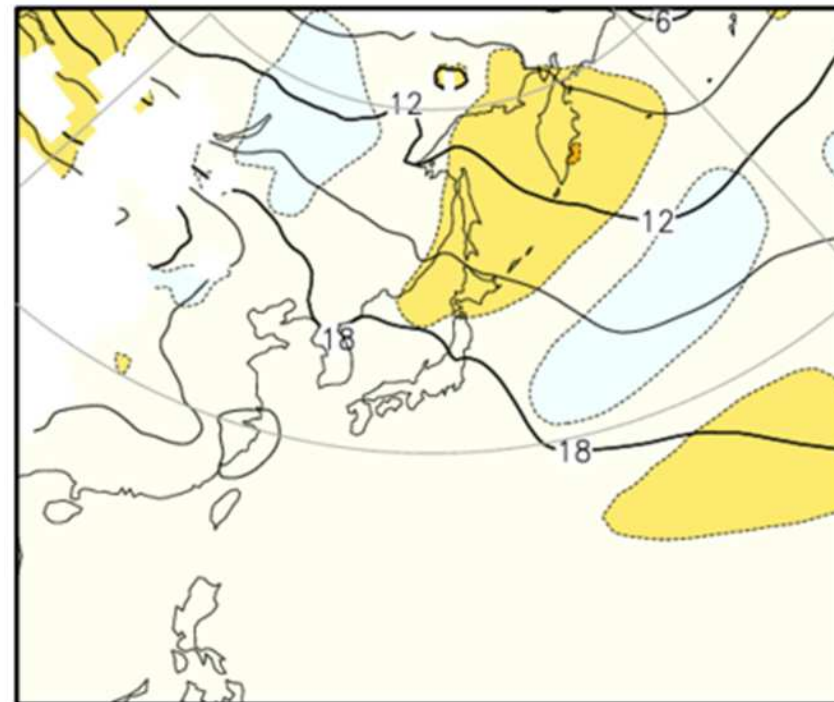
各週における天候のポイント(天気)

	1週目(7/11~7/17)	2週目(7/18~7/24)	3~4週目(7/25~8/7)
想定される 天候 (天気)	<p>北日本では、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。</p> <p>東日本日本海側では、前線や湿った空気の影響を受けにくいため、平年に比べ曇りや雨の日が少ないでしょう。</p> <p>東日本太平洋側では、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。</p> <p>西日本日本海側では、前線や湿った空気の影響を受けにくいため、平年に比べ晴れの日が多いでしょう。</p> <p>西日本太平洋側では、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、台風第9号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>北日本と東日本太平洋側では、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。</p> <p>東日本日本海側では、前線や湿った空気の影響を受けにくいため、平年に比べ曇りや雨の日が少ないでしょう。</p> <p>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。</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・西日本と沖縄・奄美では、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。</p>
根拠	<p>北日本では、低気圧や前線の影響を受けやすいため、多雨傾向寡照傾向。</p> <p>本州付近の梅雨前線は不明瞭で、東・西日本日本海側を中心に少雨(傾向)多照(傾向)。</p> <p>沖縄・奄美では台風第9号や湿った空気の影響を受けやすいため、多雨傾向寡照傾向(P10-P13参照)。</p>	<p>本州付近の梅雨前線は不明瞭で、東日本日本海側ではやや少雨多照傾向。北・西日本日本海側はやや多照。</p> <p>(P10-P13参照)。</p>	<p>東・西日本太平洋側では湿った空気の影響をやや受けやすく、やや多雨(P10-P13参照)。</p>

海面気圧(1か月)



上空約1500mの気温(1か月)

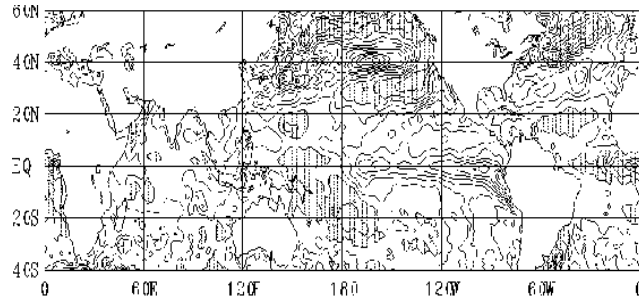


1か月平均の海面気圧(左図)では、梅雨前線に相当する等圧線のくびれは不明瞭で、期間の前半は東・西日本日本海側を中心に梅雨前線や湿った空気の影響を受けにくいでしょう。一方、沿海州付近では平年より気圧が低く、北日本では期間のはじめは低気圧や前線の影響を受けやすいでしょう。日本の南や沖縄の西では平年より気圧が低く、沖縄・奄美では期間のはじめは湿った空気の影響を受けやすい見込みです。

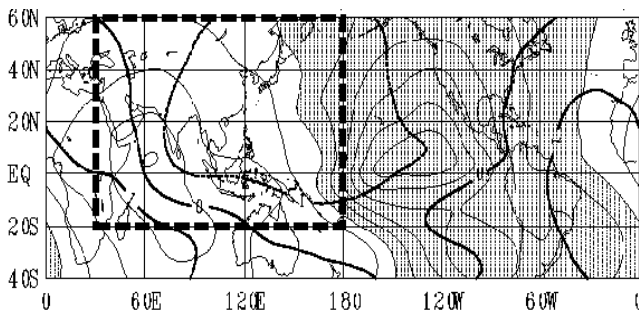
上空約1500mの気温(右図)は、北日本を中心に平年より高く、北・東・西日本は暖かい空気に覆われやすいでしょう。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

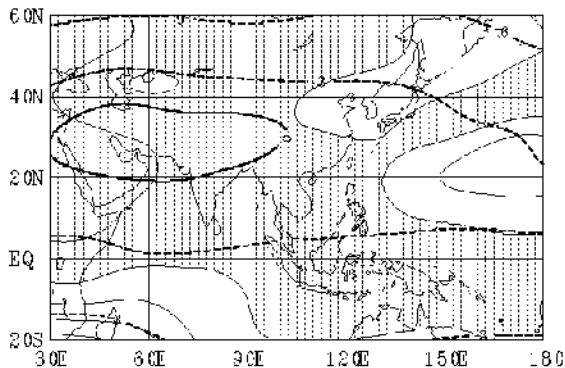
SST偏差



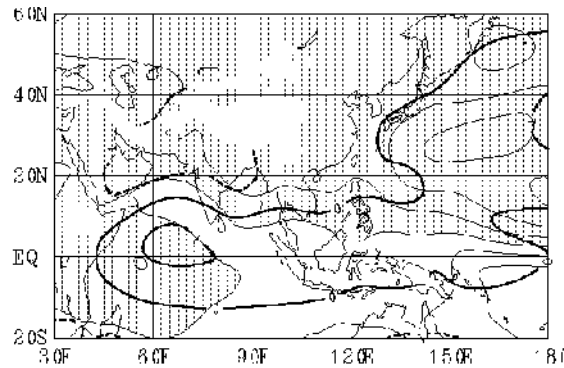
200hPa速度ポテンシャル



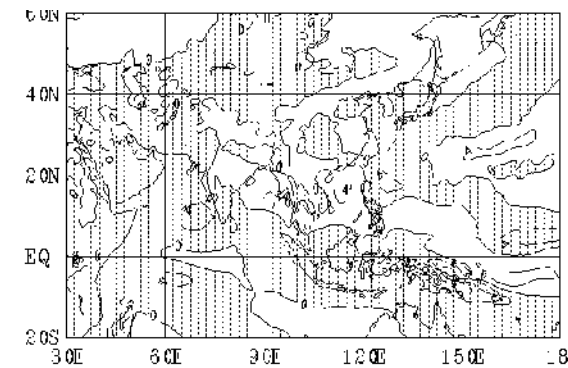
200hPa流線関数



850hPa流線関数



降水量偏差



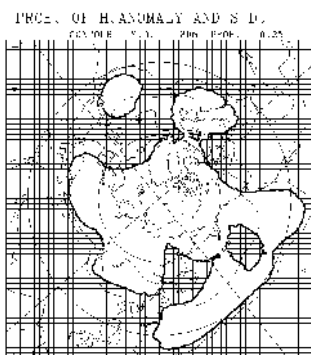
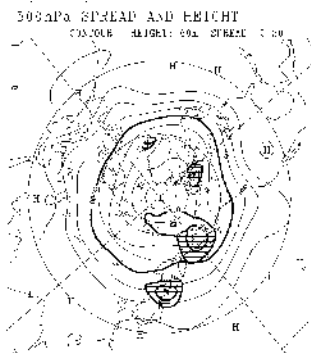
SST偏差は、太平洋熱帯域では中・東部を中心に広く正偏差。西部では負偏差もみられる。

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から東部を中心に上層発散偏差、インド洋西部を中心にインドネシアからフィリピンの東にかけて上層収束偏差。

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。

850hPa流線関数は、熱帯の対流活動に対応して、日付変更線の西を中心に低気圧性循環偏差。

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。フィリピン北部から本州付近にかけて少雨偏差。

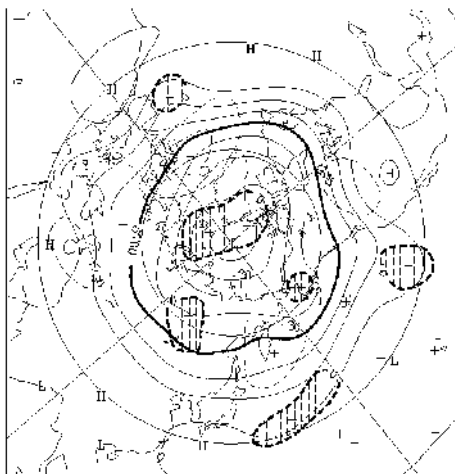


500hPa高度は、全国的に正偏差。ただし、北日本からオホーツク海付近ではスプレッドが大きい。

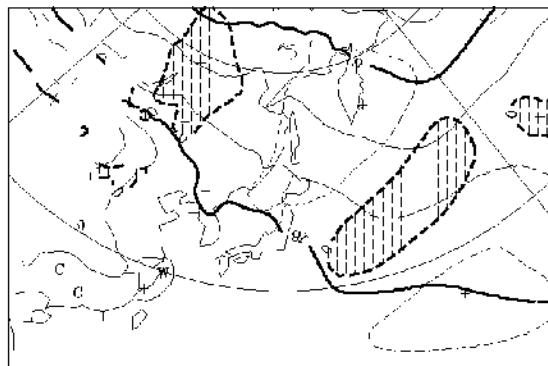
850hPa気温は、北日本を中心に平年より高く、北・東・西日本は暖かい空気に覆われやすい。

海面気圧は、梅雨前線に相当する等圧線のくびれは不明瞭で、期間の前半は東・西日本日本海側を中心に梅雨前線や湿った空気の影響を受けにくい。一方、沿海州付近では平年より気圧が低く、北日本では期間のはじめは低気圧や前線の影響を受けやすい。日本の南や沖縄の西では平年より気圧が低く、沖縄・奄美では期間のはじめは湿った空気の影響を受けやすい見込み。太平洋高気圧の本州付近への張り出しは弱い。

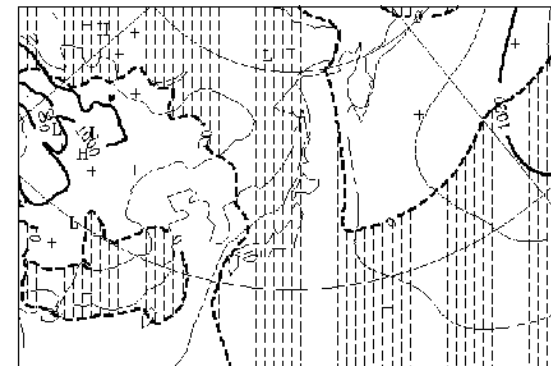
500hPa高度



850hPa気温

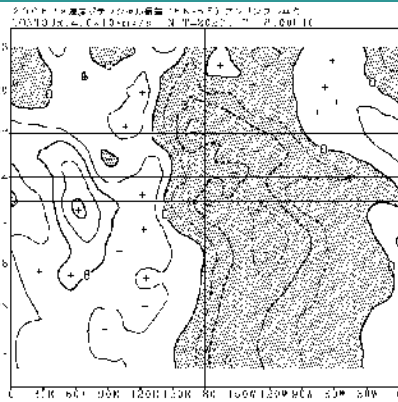


海面気圧



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、期間を通して太平洋熱帯域の中部から東部を中心に上層発散偏差、インド洋西部を中心にインドネシアからフィリピンの東にかけて上層収束偏差。

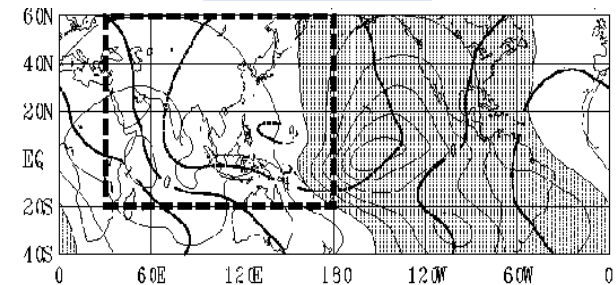
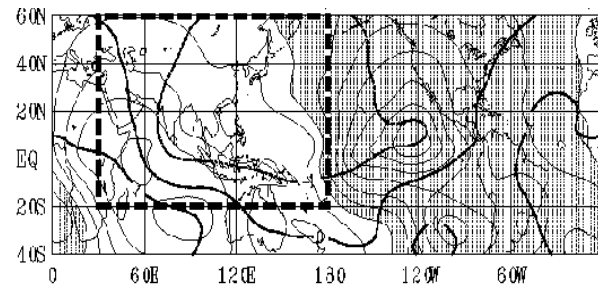
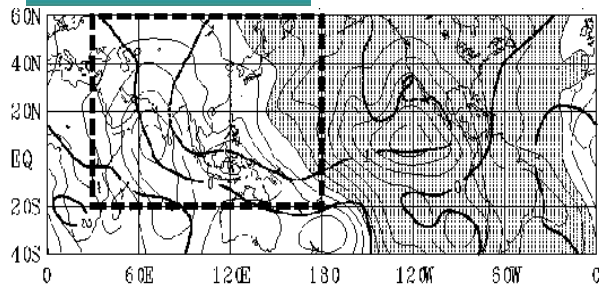
降水量は、1週目はベンガル湾から東シナ海にかけてと日付変更線の西付近で多雨偏差。2週目はベンガル湾から南シナ海にかけてとフィリピンの東付近で多雨偏差。3~4週目は日付変更線の西付近で多雨偏差。フィリピンの北東海上で少雨偏差。本州付近は弱い多雨偏差。

200hPa速度ポテンシャル

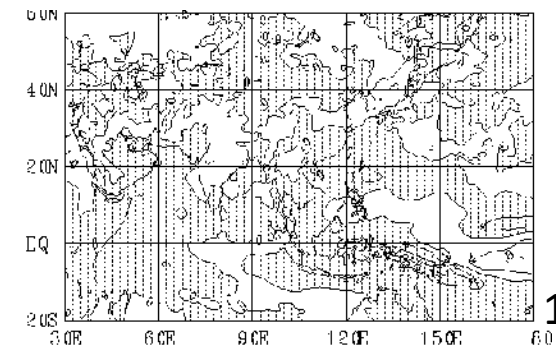
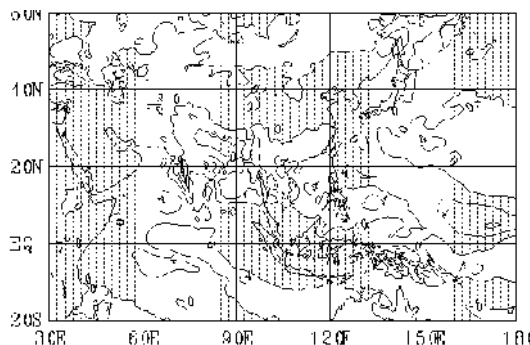
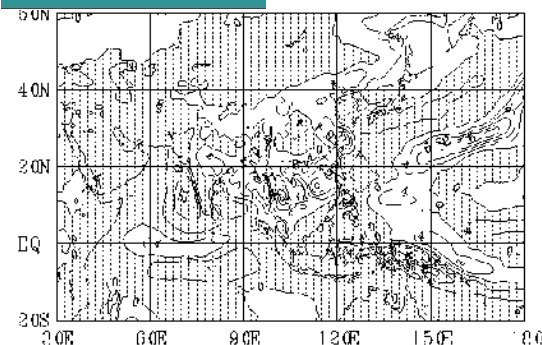
1週目

2週目

3~4週目



降水量偏差

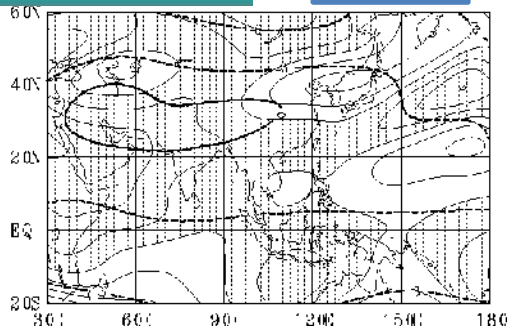


200hPa流線関数は、2週目までを中心に亜熱帯ジェット気流沿いの波列が見られる。1週目は日本海北部を中心に高気圧性循環偏差。2週目は華北付近を中心に高気圧性循環偏差。3~4週目は日付変更線の西を中心に高気圧性循環偏差。

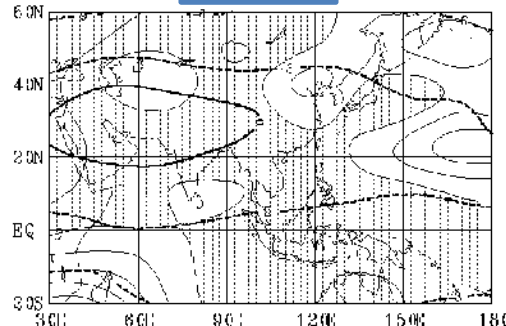
850hPa流線関数は、1週目は、華南と日本の南東で低気圧性循環偏差、西日本付近は相対的な高気圧性循環偏差。2週目以降は日本の南東を中心に低気圧性循環偏差。

200hPa流線関数

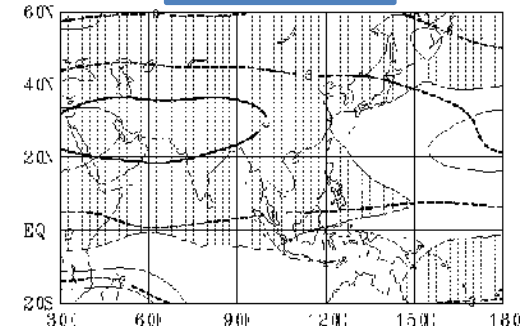
1週目



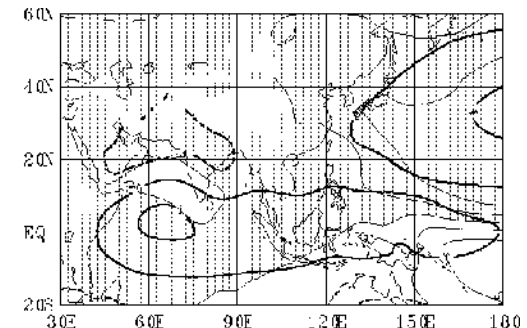
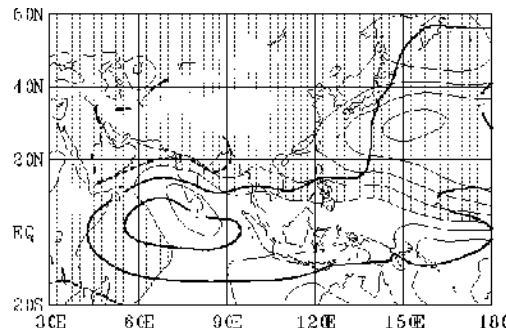
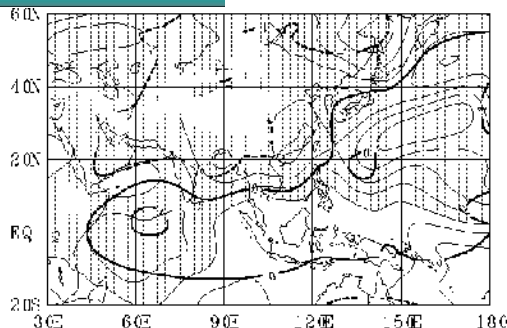
2週目



3~4週目



850hPa流線関数

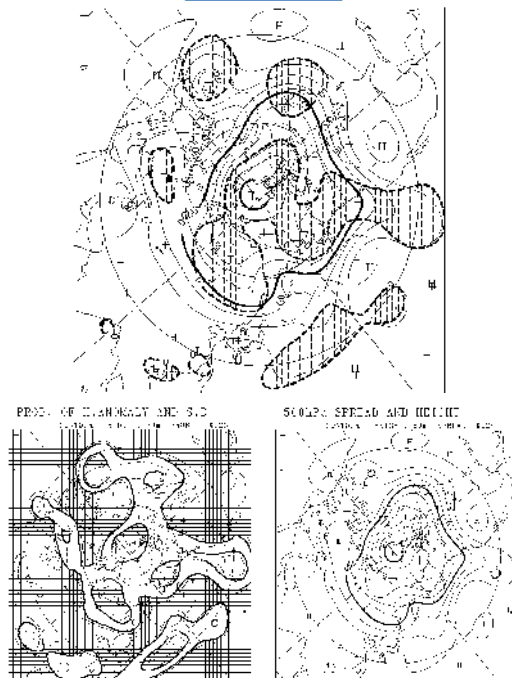


500hPa高度は、1週目は西日本を中心に正偏差で、2週目以降も日本付近はおおむね正偏差だが、2週目は日本の南東は負偏差。

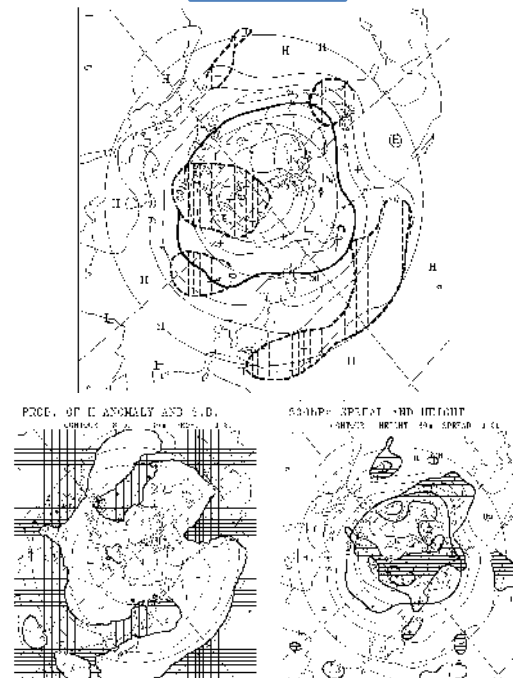
なお、2週目以降はオホーツク海を中心に北・東日本にかけてスプレッドが大きく、寒帯前線ジェット気流及び亜熱帯ジェット気流沿いの波列の予測は不確実性が大きい。

500hPa高度

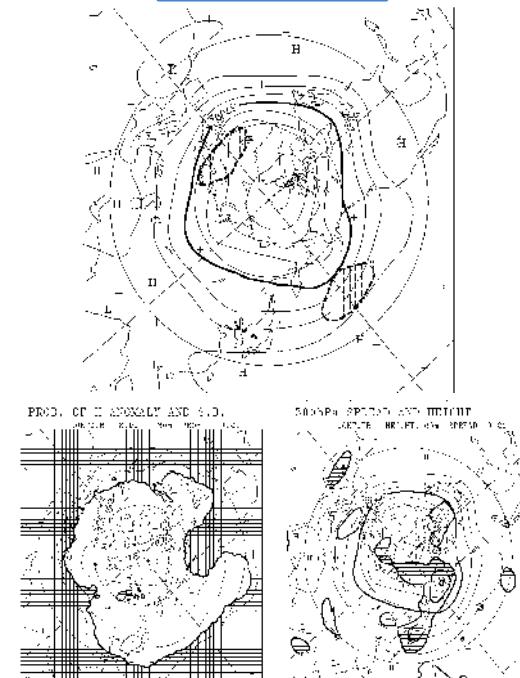
1週目



2週目



3~4週目



予報資料の解釈(各週) 日本周辺循環場

850hPa気温は、1、2週目は北日本を中心に正偏差。3～4週目も本州付近を中心に正偏差だが、1、2週目よりも偏差は小さい。

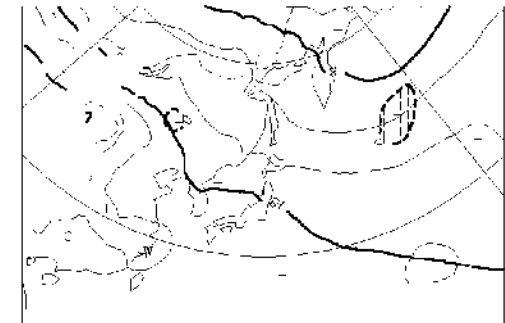
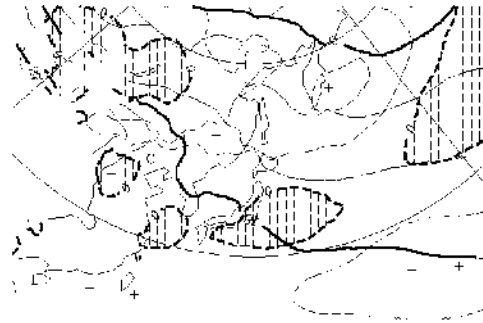
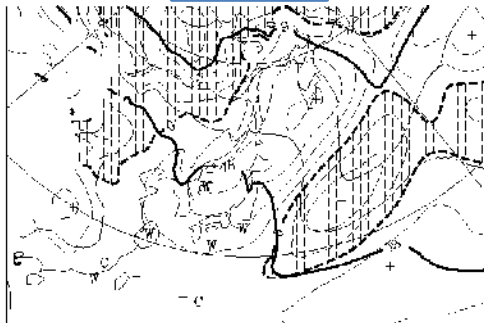
海面気圧は、1週目は北日本で負偏差で、低気圧や前線の影響を受けやすい。東・西日本は正偏差、本州付近の梅雨前線は不明瞭で、東・西日本日本海側を中心に梅雨前線や湿った空気の影響を受けにくい。東シナ海は負偏差で、沖縄・奄美は台風第9号や湿った空気の影響を受けやすい。2週目は北日本で正偏差、東・西日本と沖縄・奄美は負偏差。本州付近の梅雨前線は不明瞭で、東日本日本海側を中心に梅雨前線や湿った空気の影響を受けにくい。3～4週目はオホーツク海付近で正偏差、北・東・西日本は負偏差だが、不確実性が大きい。おおむね平年と同様の天候で考えるが、太平洋高気圧の本州付近への張り出しは弱く、東・西日本太平洋側では湿った空気の影響を受ける時期もあると見込む。

1週目

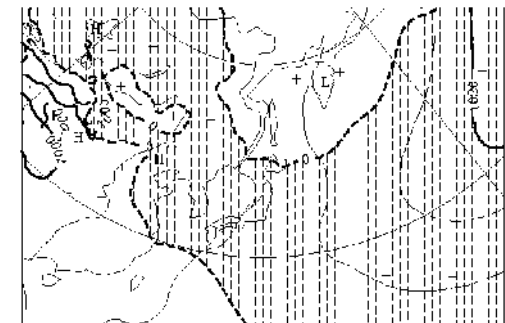
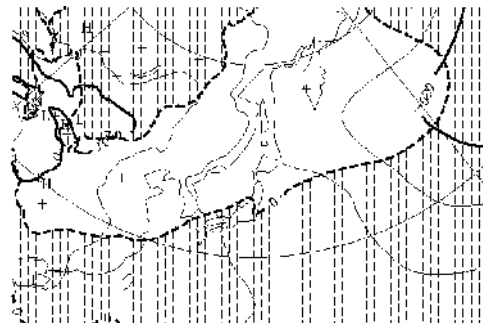
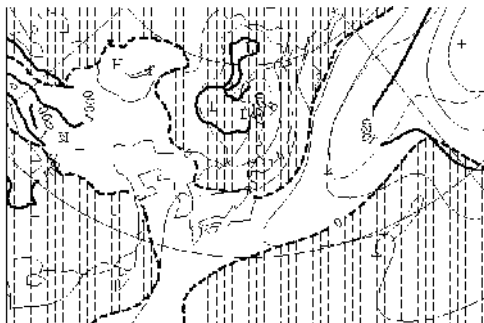
2週目

3～4週目

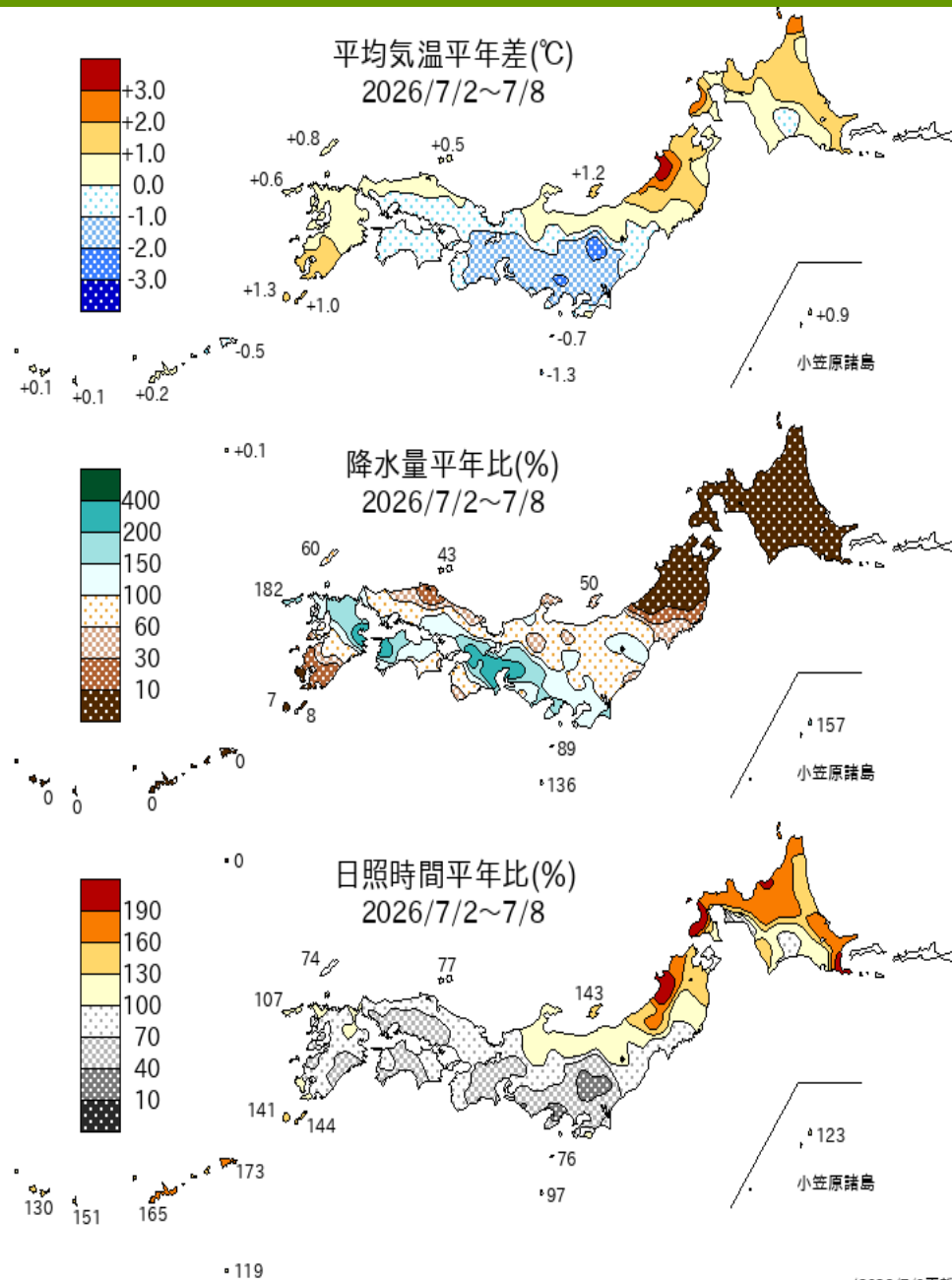
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(7月2日~7月8日)は、6日にかけて梅雨前線が西日本から東日本太平洋側に停滞することが多く、2日は長崎県、佐賀県、福岡県、熊本県、大分県で、5日は熊本県で線状降水帯が発生し、九州北部地方を中心に大雨となりました。このため、降水量は関東地方から四国地方の太平洋側と九州北部地方で平年を上回り、日照時間は東日本太平洋側と西日本で平年を下回りました。一方、梅雨前線の影響を受けにくかった北日本、東日本日本海側、九州南部では降水量が平年を下回り、北日本と東日本日本海側の日照時間は平年を上回りました。沖縄・奄美は太平洋高気圧に覆われやすかったため、降水量は平年を下回り、日照時間は平年を上回りました。

気温は、暖かい空気に覆われたため、北日本と九州を中心に平年を上回り、西日本日本海側では7日と8日に猛暑日となった所もありました。一方、東日本太平洋側を中心に梅雨前線北側の冷涼な空気の影響を受けやすかったため、平年を下回りました。