

全般季節予報支援資料 1か月予報

2026年7月16日

予報期間：7月18日～8月17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。
沖縄・奄美では、2週目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、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・西日本では、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。
沖縄・奄美では、平年に比べ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 太平洋側	10:30:60	20:40:40 30:30:40	40:30:30 30:40:30	
東日本	日本海側 太平洋側	10:30:60	30:40:30 30:40:30	30:40:30 30:40:30	
西日本	日本海側 太平洋側	10:20:70	30:40:30 30:40:30	30:30:40 30:30:40	
沖縄・奄美		20:30:50	40:30:30	20:40:40	

気温	1週目(%)	2週目(%)	3～4週目(%)
	低 並 高	低 並 高	低 並 高
北日本	10:10:80	10:20:70	20:30:50
東日本	10:20:70	10:20:70	10:40:50
西日本	10:10:80	10:20:70	10:40:50
沖縄・奄美	30:50:20	10:30:60	10:40:50

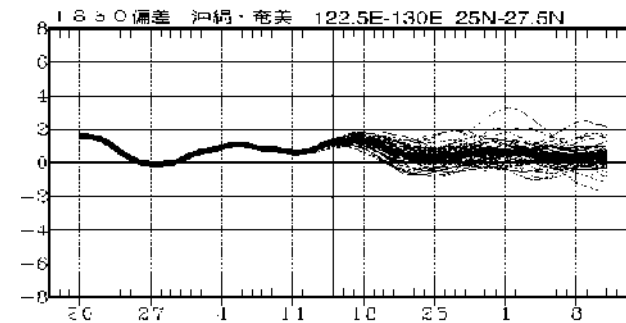
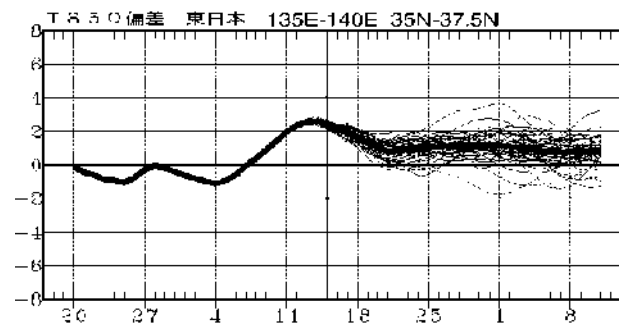
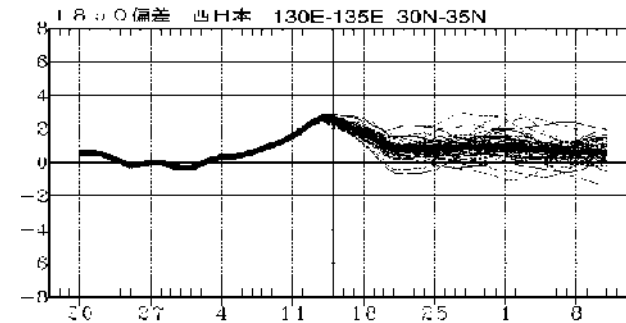
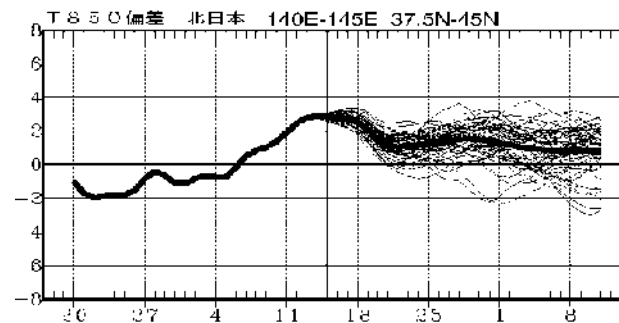
全般1か月予報のポイント

- ・全国的に暖かい空気に覆われやすいため、向こう1か月の気温は高いでしょう。特に、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。沖縄・奄美では、2週目は気温がかなり高くなる可能性があります。
- ・北日本日本海側では、期間の前半は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。
- ・沖縄・奄美では、期間の前半は太平洋高気圧に覆われやすいため、向こう1か月の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(7/18~7/24)	2週目(7/25~7/31)	3~4週目(8/1~8/14)
想定される天候(気温)	北・東・西日本は高温で、かなり高くなる見込み。沖縄・奄美は並温。	全国で高温で、かなり高くなる見込み。	全国で高温。
根拠	北・東・西日本は暖かい空気に覆われやすい。沖縄・奄美は周辺の海面水温が低い影響を受ける(P12,P13参照)。	暖かい空気に覆われやすい他、日本の北を通過する低気圧に向かって暖かい空気が流れ込みやすい(P12,P13参照)。	全国で暖かい空気に覆われやすい。ただし、北日本は他の地方と比べて予測のばらつきが大きい(P12,P13参照)。

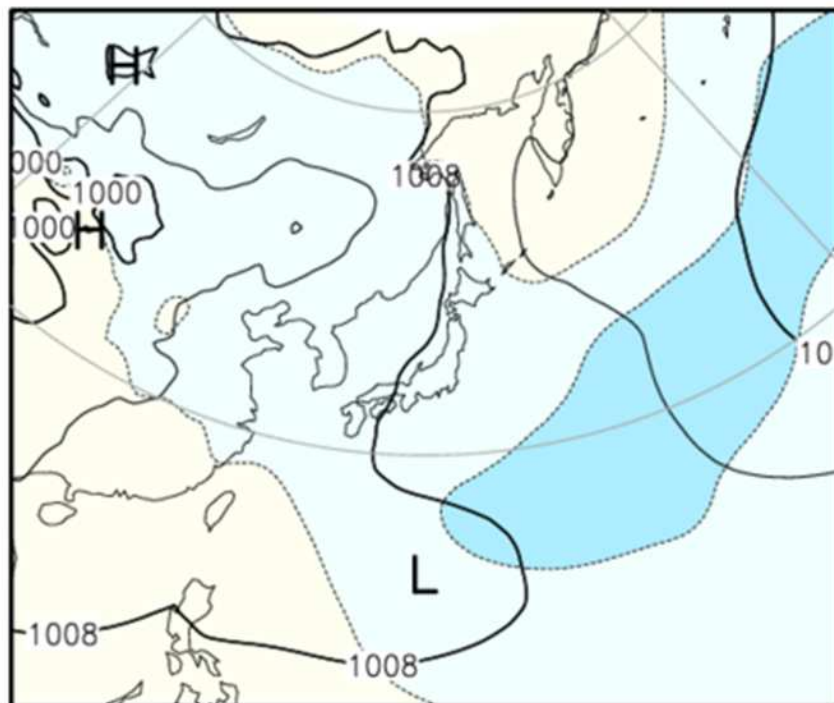
850hPa気温 偏差時系列



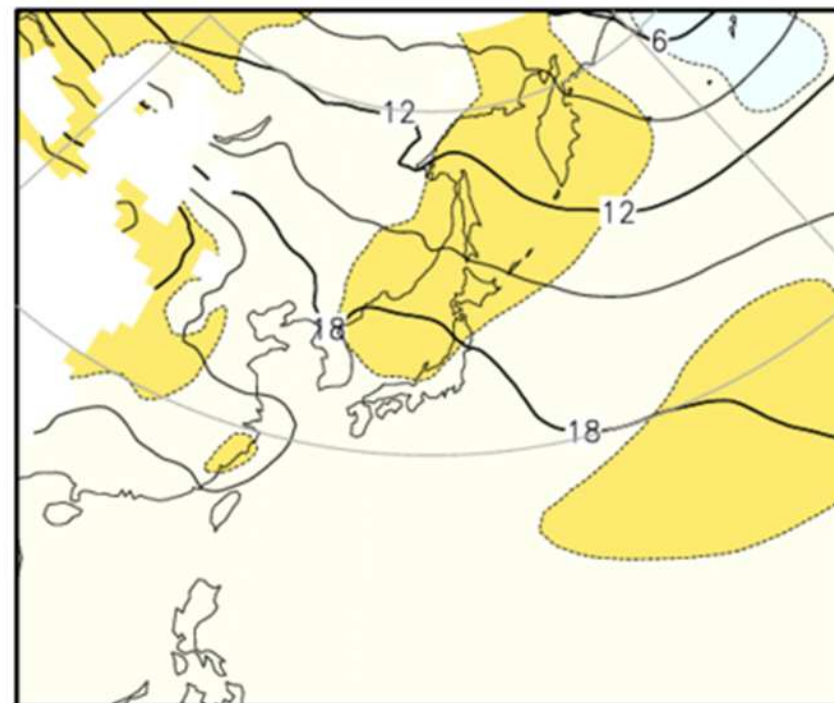
各週における天候のポイント(天気)

	1週目(7/18～7/24)	2週目(7/25～7/31)	3～4週目(8/1～8/14)
想定される 天候 (天気)	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、平年と同様に晴れ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。	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	沖縄・奄美では太平洋高気圧に覆われやすいため、少雨傾向多照傾向。西日本も太平洋高気圧にやや覆われやすいため、やや少雨やや多照。北日本では日本海側を中心に低気圧や前線の影響を受けやすいため、北日本日本海側で多雨傾向やや寡照、北日本太平洋側でやや多雨並照(P10-P13参照)。	おおむね平年と同様の天候だが、沖縄・奄美では太平洋高気圧にやや覆われやすいため、やや少雨やや多照。北日本日本海側では、低気圧や前線の影響を受けやすいため、やや多雨並照(P10-P13参照)。	おおむね平年と同様の天候だが、西日本と沖縄・奄美は湿った空気の影響を受けやすい見込みで、やや多雨並照(P10-P13参照)。

海面気圧(1か月)



上空約1500mの気温(1か月)

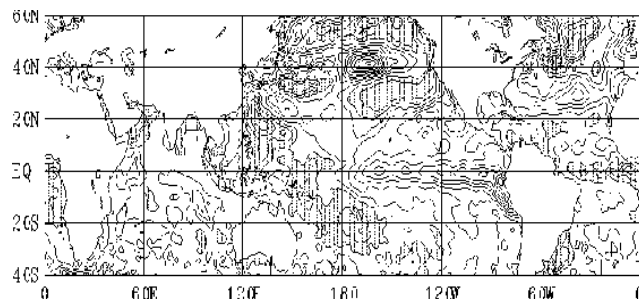


1か月平均の海面気圧(左図)は、日本付近は平年より気圧が低く予想されていますが、平年との隔たりは小さいでしょう。北日本では日本海側を中心に、期間の前半は低気圧や前線の影響を受けやすいでしょう。沖縄・奄美では、期間の前半は太平洋高気圧に覆われやすいでしょう。日本の南には低気圧が予測されており、西日本と沖縄・奄美では、期間の後半は湿った空気の影響をやや受けやすい見込みです。

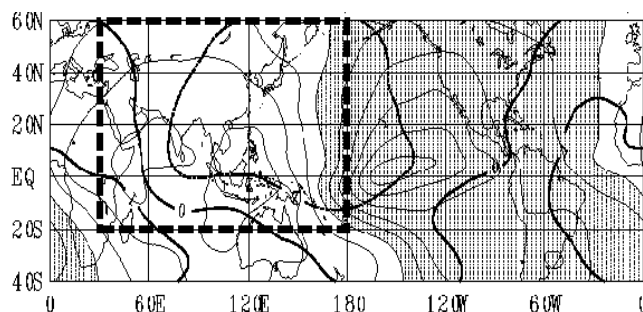
上空約1500mの気温(右図)は、北日本を中心に平年より高く、全国的に暖かい空気に覆われやすいでしょう。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

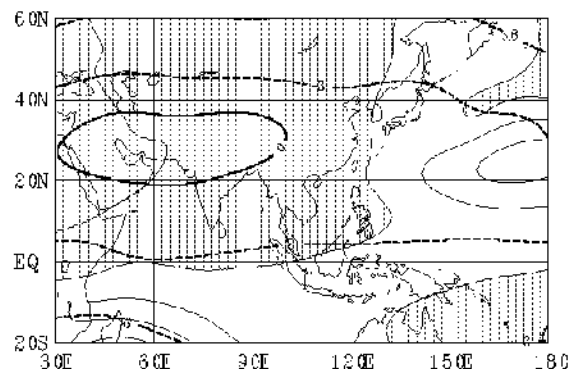
SST偏差



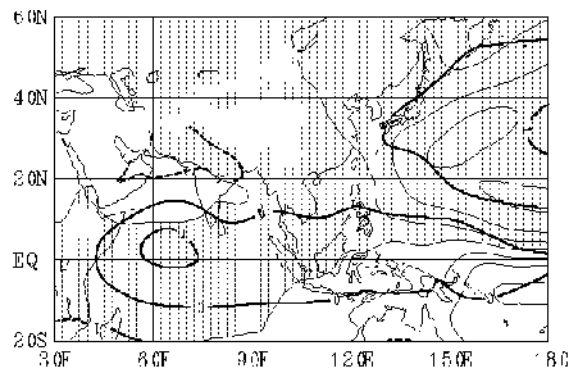
200hPa速度ポテンシャル



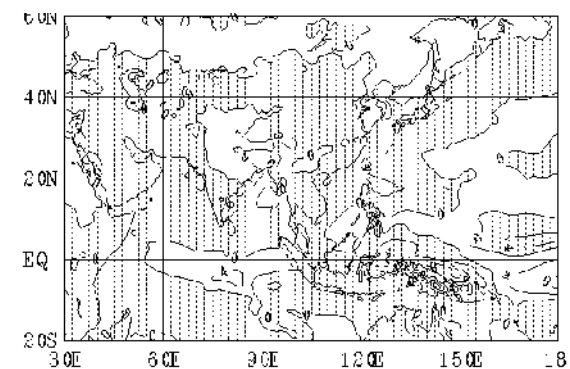
200hPa流線関数



850hPa流線関数



降水量偏差



SST偏差は、太平洋熱帯域では中・東部で正偏差、西部で負偏差。

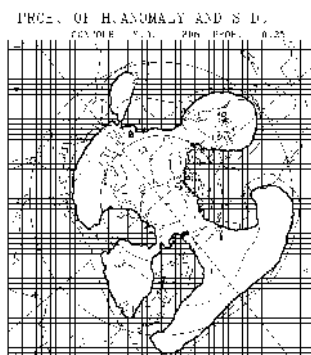
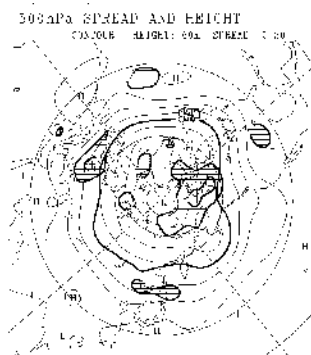
200hPa速度ポテンシャルは、熱帯の対流活動に対応して太平洋熱帯域の中部から東部を中心に上層発散偏差、インド洋西部とインドネシア付近を中心に上層収束偏差。

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。

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。日本の南東でも低気圧性循環偏差。

降水量は、フィリピン北部を中心に少雨偏差。

予報資料の解釈(1か月) 北半球循環場

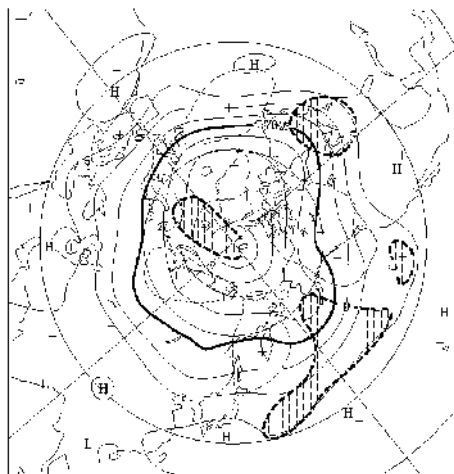


500hPa高度は、北日本を中心に全国的に正偏差。中国東北区付近でトラフが見られる。沿海州からサハリン付近を中心にスプレッドが大きい。

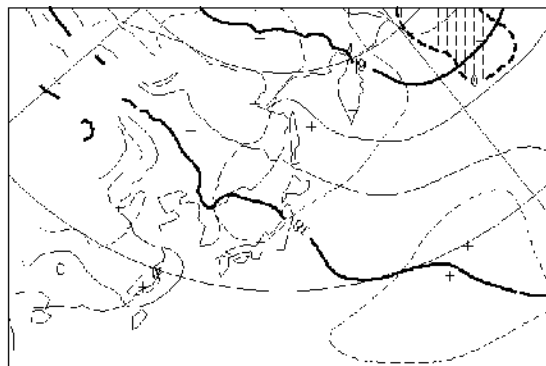
850hPa気温は、北日本を中心に全国的に正偏差。

海面気圧は、日本付近は負偏差だが、平年との隔たりは小さい。北日本では日本海側を中心に、期間の前半は低気圧や前線の影響を受けやすい。沖縄・奄美は、期間の前半は太平洋高気圧に覆われやすい。西日本と沖縄・奄美では、期間の後半は湿った空気の影響をやや受けやすい見込み。

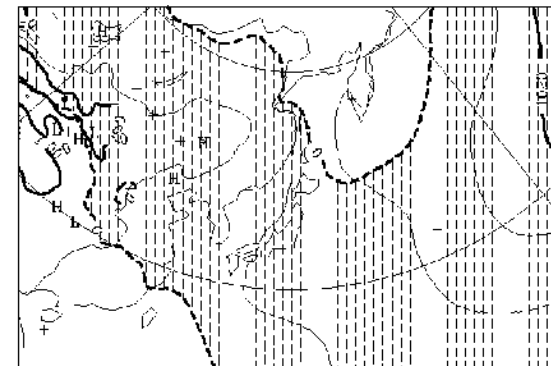
500hPa高度



850hPa気温

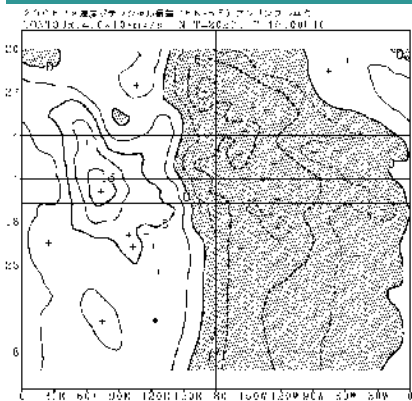


海面気圧



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

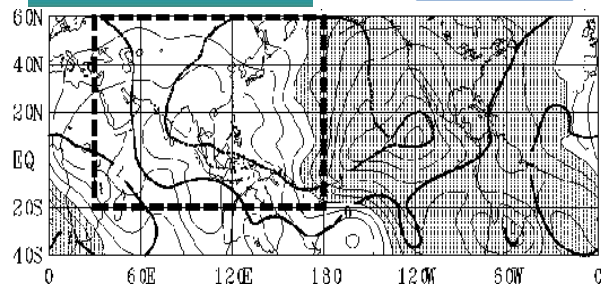


200hPa速度ポテンシャルは、期間を通して太平洋熱帯域の中部から東部を中心に上層発散偏差、インド洋西部とインドネシア付近を中心に上層収束偏差。

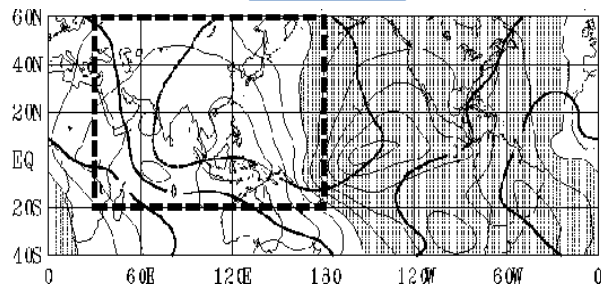
降水量は、1週目はベンガル湾とフィリピンの南東海上を中心に多雨偏差。フィリピン北部を中心に少雨偏差。2週目以降はフィリピンの南東海上を中心に少雨偏差が続く。

200hPa速度ポテンシャル

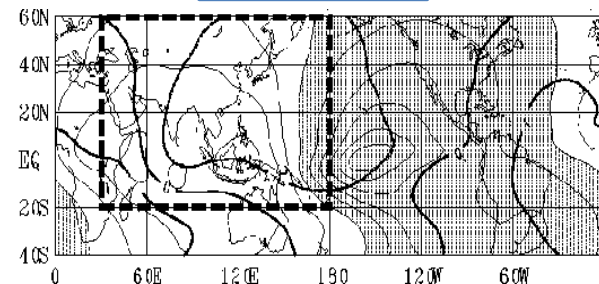
1週目



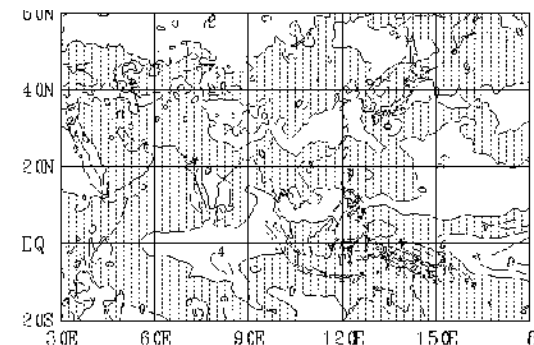
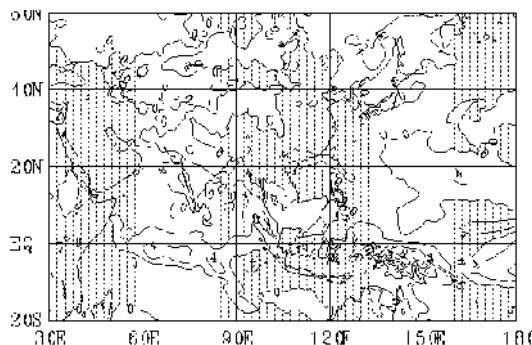
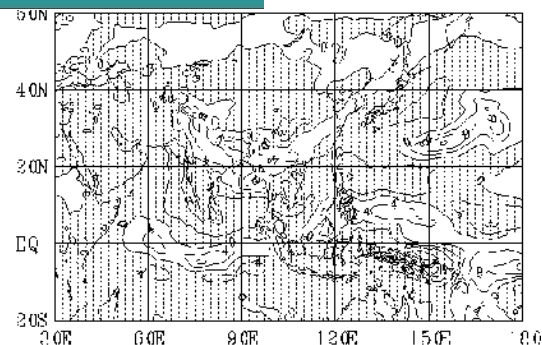
2週目



3～4週目



降水量偏差



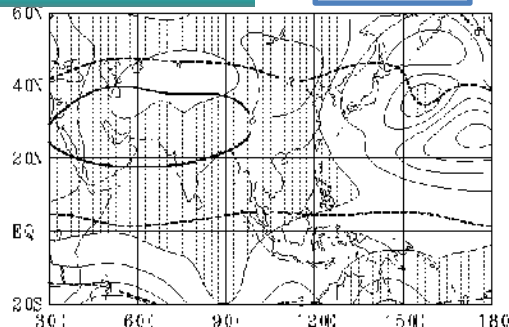
予報資料の解釈(各週) 熱帯循環場

200hPa流線関数は、期間を通して日本の南東で高気圧性循環偏差。1週目は千島近海を中心に高気圧性循環偏差。華北付近と日本の東で低気圧性循環偏差。2週目は華北付近で高気圧性循環偏差。3～4週目は華北付近を中心に低気圧性循環偏差が広がる。

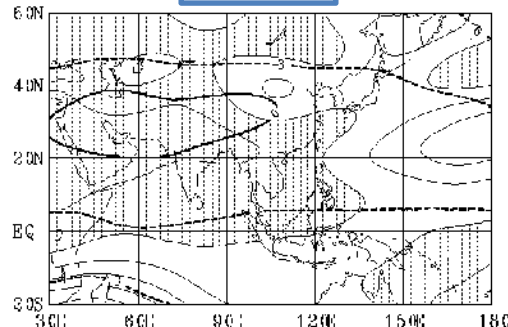
850hPa流線関数は、1週目は日本の南東を中心に低気圧性循環偏差。2週目は日付変更線の西と沿海州付近を中心に低気圧性循環偏差。3～4週目は日本の南を中心に低気圧性循環偏差。

200hPa流線関数

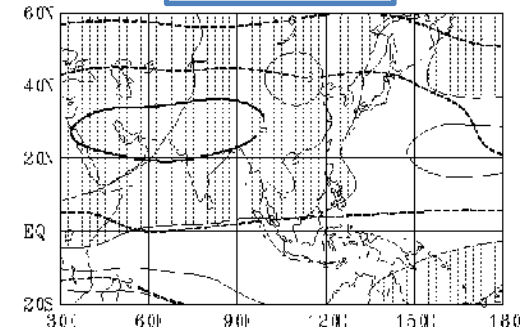
1週目



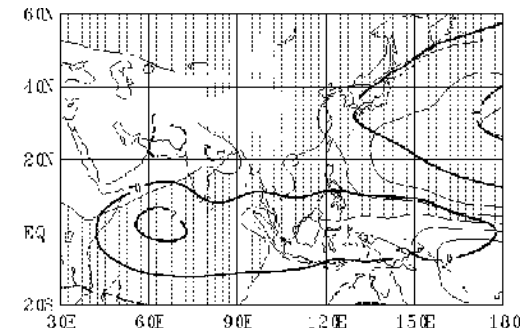
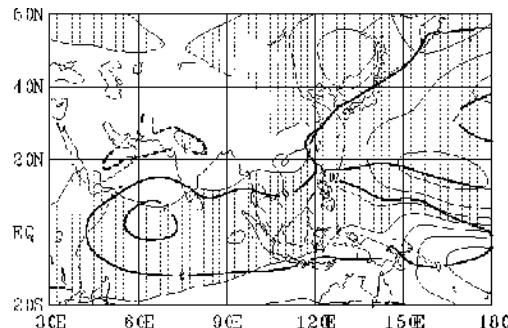
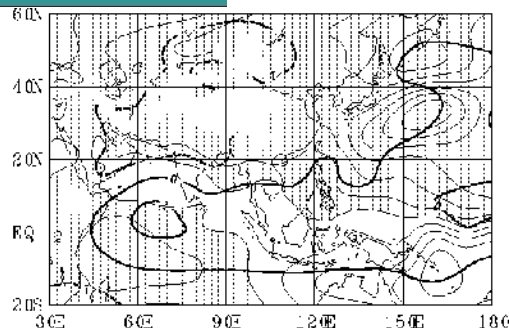
2週目



3～4週目



850hPa流線関数



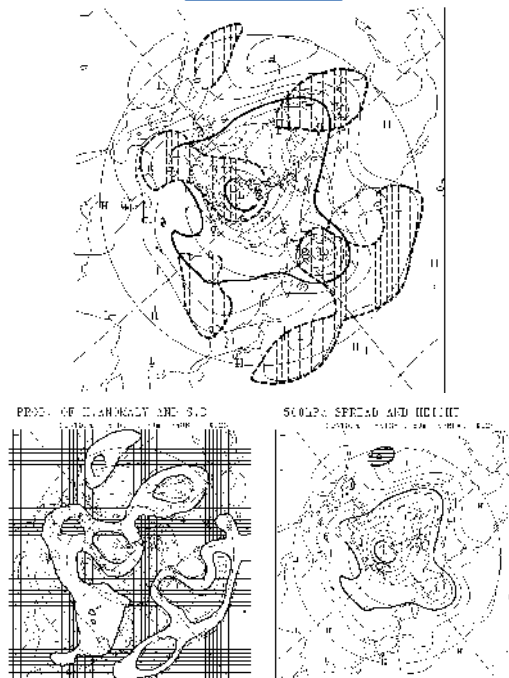
予報資料の解釈(各週) 北半球循環場

500hPa高度は、1週目は中国東北区付近と日本の南東で負偏差、千島近海を中心に正偏差。2週目は中国東北区付近で負偏差、カムチャツカ半島付近を中心に正偏差。3～4週目は日本付近で正偏差。

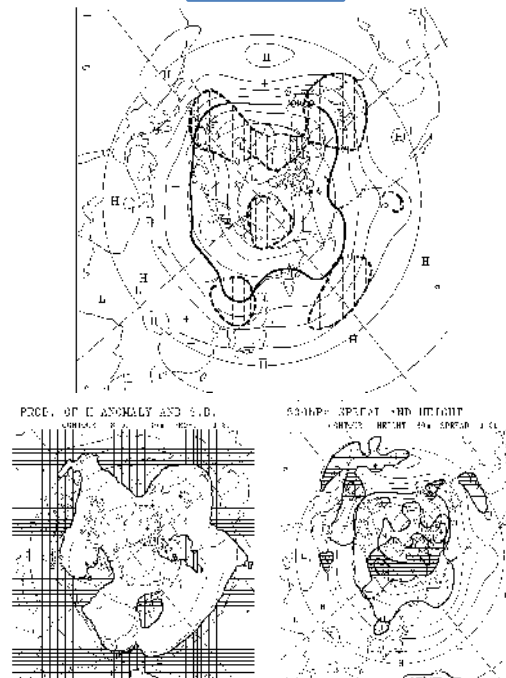
なお、2週目は中国東北区付近、3～4週目はオホーツク海と日本の南東を中心にスプレッドが大きく、寒帯前線ジェット気流及び亜熱帯ジェット気流沿いの波列と熱帯擾乱の予測は不確実性が高い。

500hPa高度

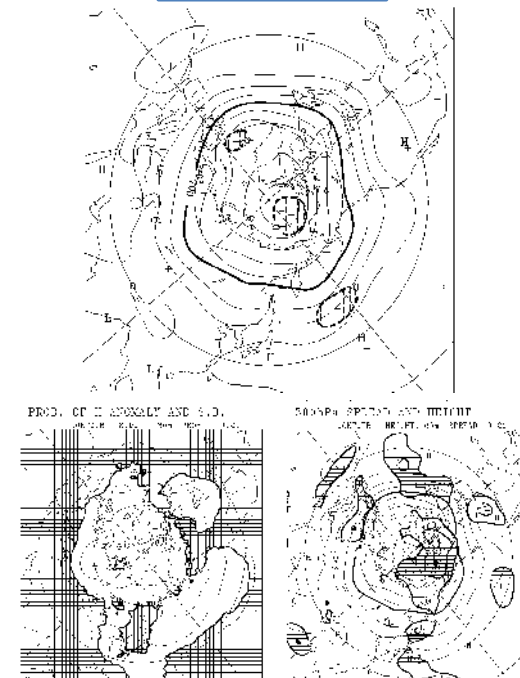
1週目



2週目



3～4週目



予報資料の解釈(各週) 日本周辺循環場

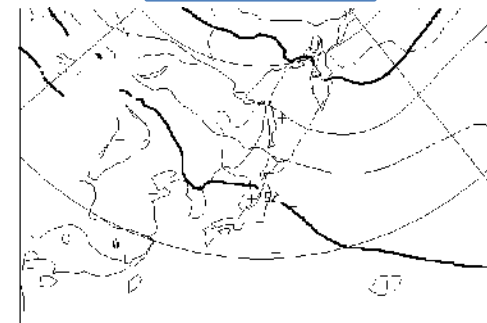
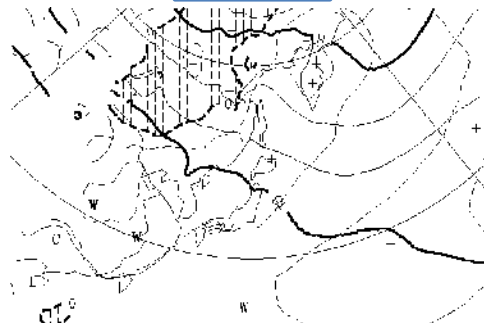
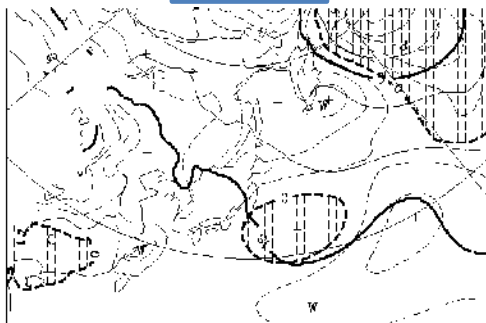
850hPa気温は、日本付近は期間を通しておおむね正偏差。
海面気圧は、日本付近は期間を通して負偏差の所が多いが、平年との隔たりは小さい。1週目は北日本では日本海側を中心に低気圧や前線の影響を受けやすい一方、沖縄・奄美は太平洋高気圧に覆われやすい。2週目は沿海州付近に低気圧があり、日本の北を進む予測。3～4週目はオホーツク海で正偏差だが、予測の不確実性が大きい。西日本と沖縄・奄美では、湿った空気の影響をやや受けやすい見込み。

1週目

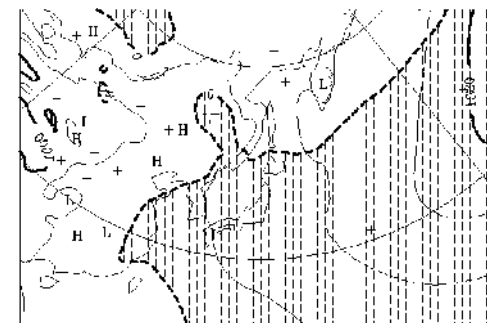
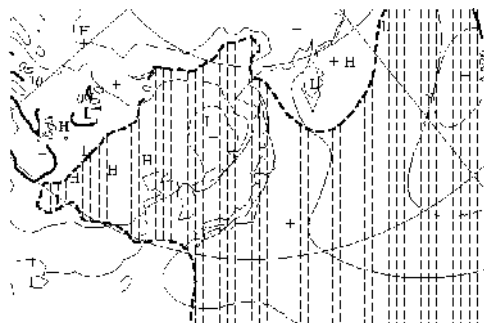
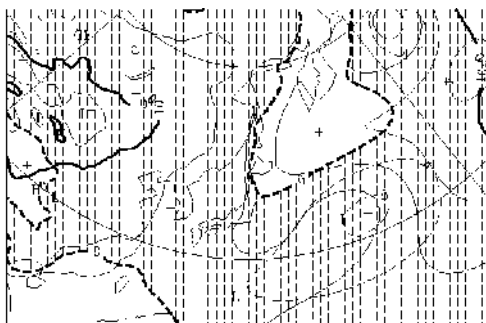
2週目

3～4週目

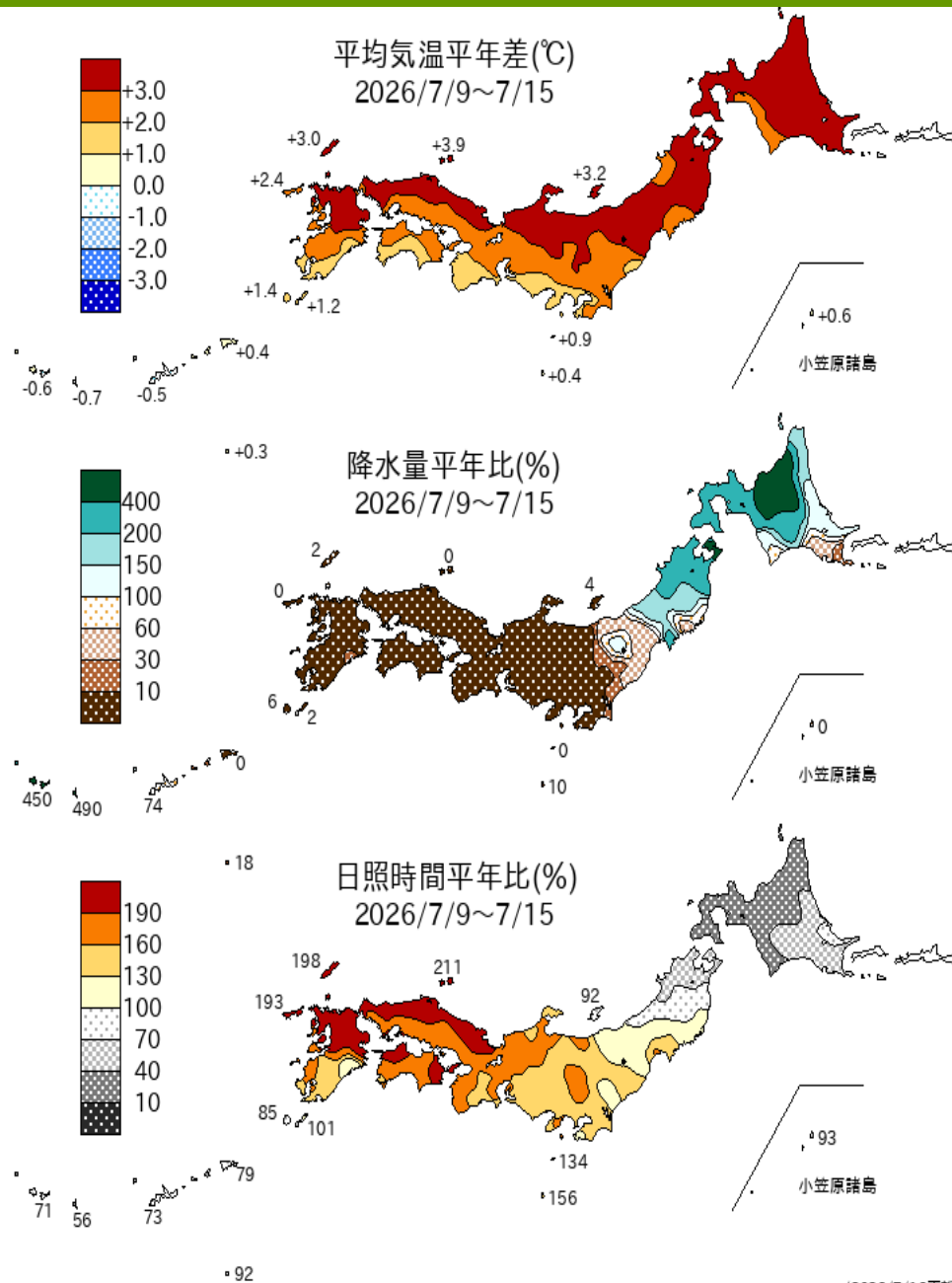
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(7月9日~7月15日)は、東・西日本は太平洋高気圧に覆われやすかったため、降水量は平年を大きく下回り、日照時間は日本海側を中心に平年を大きく上回りました。北日本では高気圧の周辺を回る湿った空気の影響を受けやすかったため、降水量は日本海側を中心に平年を上回り、日照時間は平年を下回った所が多くなりました。沖縄・奄美では台風第9号の影響を受けたため、降水量は先島諸島で平年を大きく上回り、日照時間は平年を下回りました。

気温は、北日本では暖かい空気が流れ込みやすく、東・西日本では暖かい空気に覆われやすかったため、それぞれ平年を大きく上回りました。一方、沖縄・奄美では台風第9号の通過により周辺の海面水温が下がった影響を受けたため、平年を下回りました。