

全般季節予報支援資料 1か月予報

2026年8月20日

予報期間：8月22日～9月21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、期間の前半は気温がかなり高くなる所がある見込みです。
西日本では、向こう1か月程度は気温の高い状態が続く見込みで、期間の前半は気温がかなり高くなる所がある見込みです。また、今後2週間程度は降水量の少ない状態が続く見込みです。
沖縄・奄美では、期間のはじめは気温がかなり低くなる見込みです。

出現の可能性が最も大きい天候

北・東日本では、天気は数日の周期で変わるでしょう。
西日本日本海側では、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多いでしょう。
西日本太平洋側では、平年に比べ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 太平洋側	10:20:70	30:30:40 30:30:40	30:40:30 30:40:30	
東日本	日本海側 太平洋側	10:10:80	40:40:20 40:30:30	30:30:40 30:30:40	
西日本	日本海側 太平洋側	10:20:70	40:40:20 40:40:20	20:40:40 20:40:40	
沖縄・奄美		40:30:30	20:40:40	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	10:20:70
東日本	10:10:80	10:10:80	10:30:60
西日本	10:10:80	10:20:70	10:30:60
沖縄・奄美	50:30:20	20:50:30	30:40:30

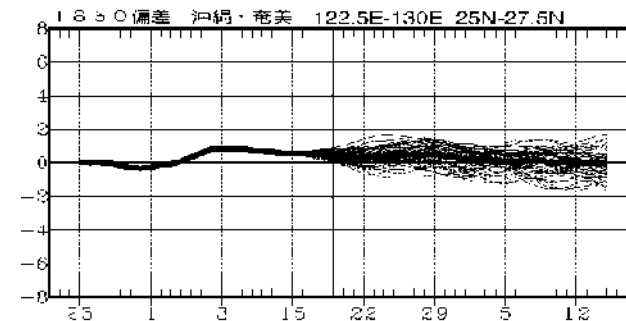
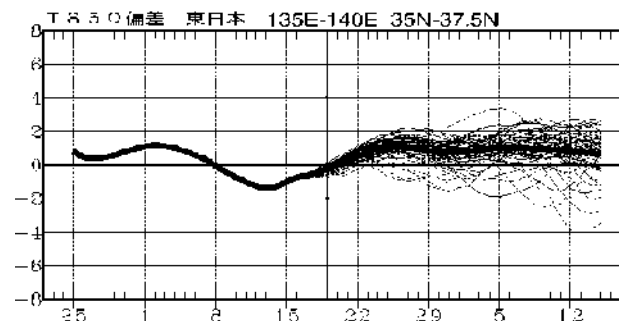
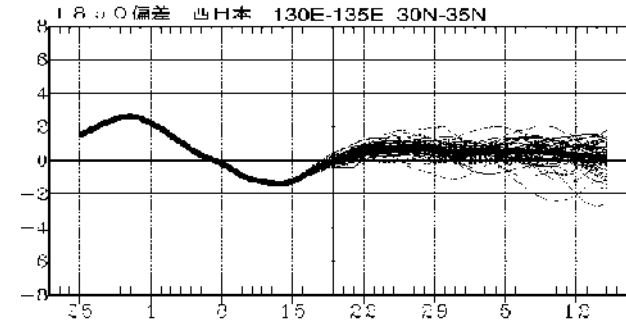
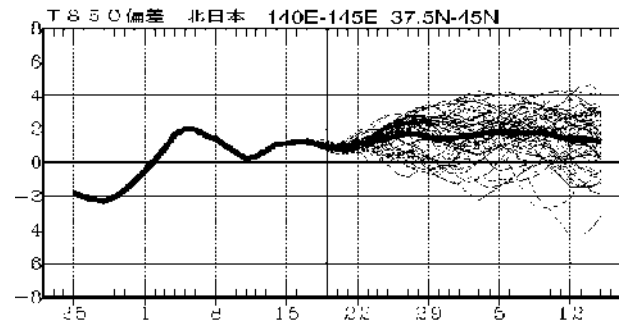
全般1か月予報のポイント

- ・北・東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。期間の前半は気温がかなり高くなる所がある見込みです。
- ・西日本では7月から暖かい空気に覆われ、気温の高い状態が続いています。今後1か月程度も、暖かい空気に覆われやすいため気温の高い状態が続き、期間の前半は気温がかなり高くなる所がある見込みです。
- ・東日本日本海側では高気圧に覆われやすいため、向こう1か月の降水量は平年並か少ないでしょう。
- ・西日本では7月から高気圧に覆われやすく、降水量の少ない状態が続いています。今後2週間程度も湿った空気の影響を受けにくいため降水量の少ない状態が続く見込みです。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。
- ・沖縄・奄美では台風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いでしょう。

各週における天候のポイント(気温)

	1週目(8/22～8/28)	2週目(8/29～9/4)	3～4週目(9/5～9/18)
想定される天候(気温)	北・東・西日本は高温で、かなり高くなる所もある。沖縄・奄美は低温。	北・東・西日本は高温で、かなり高くなる所もある。沖縄・奄美は平年並。	北・東・西日本は高温。沖縄・奄美はほぼ平年並。
根拠	北・東・西日では暖かい空気に覆われやすい。沖縄・奄美は低海面水温の影響。(P12,P13参照)	北・東・西日本では暖かい空気に覆われやすい。(P12,P13参照)	北・東・西日本で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

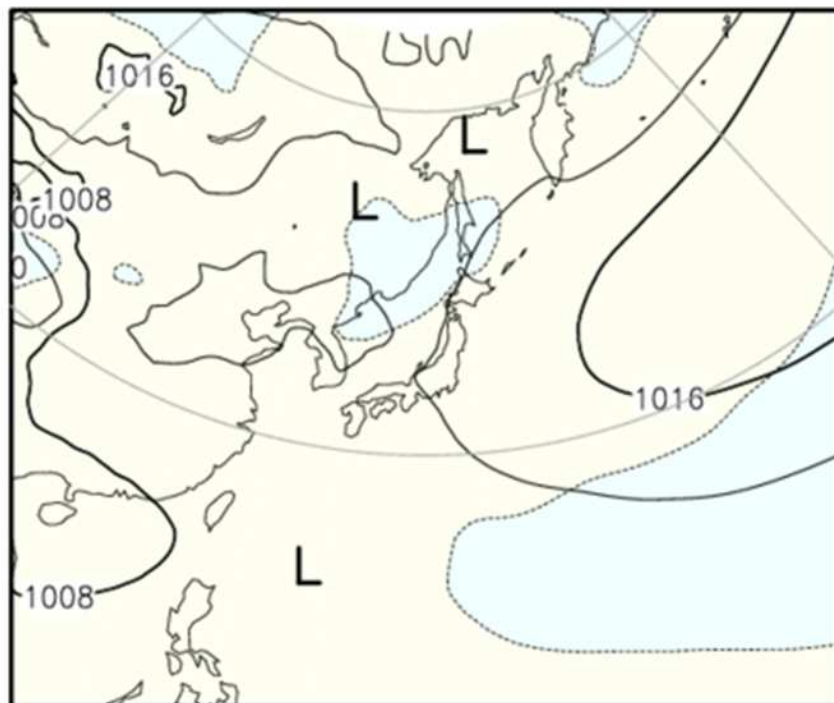


各週における天候のポイント(天気)

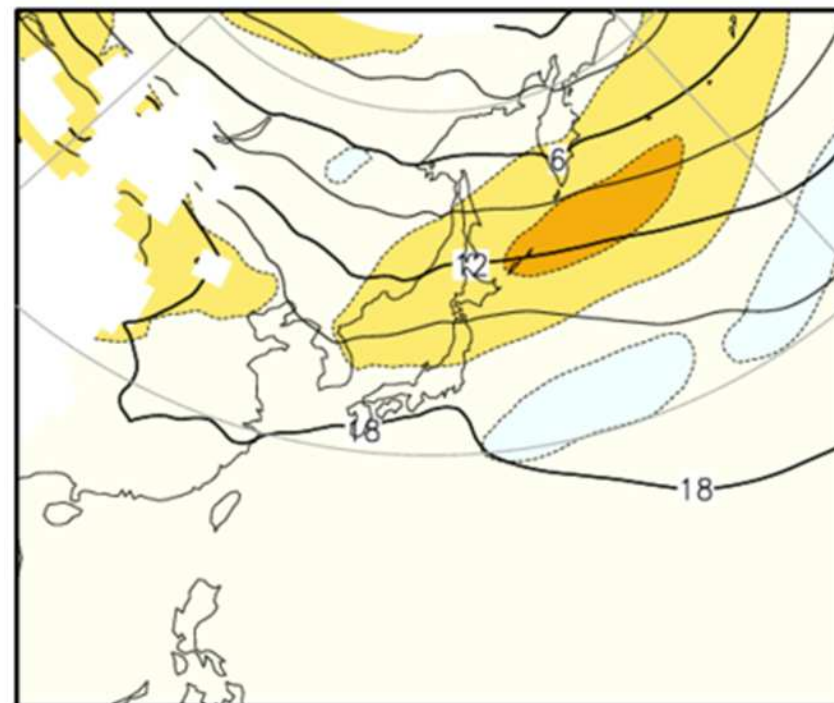
	1週目(8/22～8/28)	2週目(8/29～9/4)	3～4週目(9/5～9/18)
想定される 天候 (天気)	北・東日本では、天気は数日の周期で変わるでしょう。西日本日本海側では、天気は数日の周期で変わりますが、高気圧に覆われやすいため、平年に比べ晴れの日が多いでしょう。 西日本太平洋側では、高気圧に覆われやすいため、平年に比べ晴れの日が多いでしょう。 沖縄・奄美では、台風や湿った空気の影響を受けやすいため、平年に比べ晴れの日が少ないでしょう。	北・東日本と西日本日本海側では、天気は数日の周期で変わるでしょう。西日本太平洋側と沖縄・奄美では、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。	北・東日本と西日本日本海側では、天気は数日の周期で変わるでしょう。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。
根拠	高気圧に覆われやすいため、東日本日本海側は少雨。東日本太平洋側は少雨傾向。西日本は少雨多照傾向。台風や湿った空気の影響を受けやすいため、沖縄・奄美は多雨傾向寡照傾向。(P10-P13参照)	平年と同様の天候。(P10-P13参照)	平年と同様の天候。(P10-P13参照)

数値予報モデルからみる全般1か月予報のポイント

海面気圧(1か月)



上空約1500mの気温(1か月)

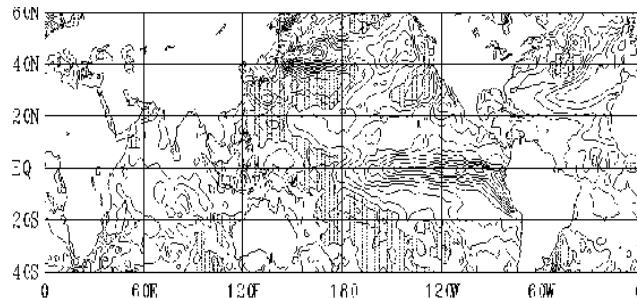


1か月平均の海面気圧(左図)は、東・西日本を中心に、日本の東に中心を持つ高気圧に覆われやすいですが、沿海州付近では平年より気圧が低く、北日本では低気圧の影響をやや受けやすい時期があるでしょう。また、日本の南東では平年より気圧が低く、沖縄・奄美を中心に期間の前半は台風や湿った空気の影響を受けやすいでしょう。

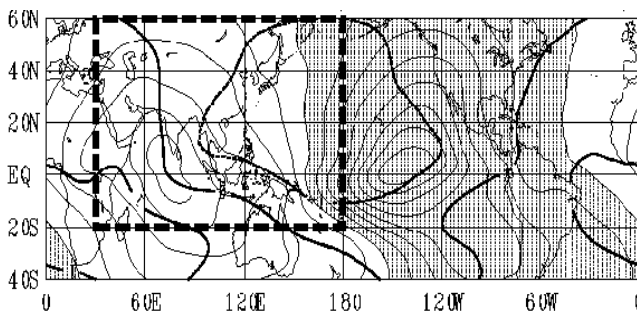
上空約1500mの気温(右図)は、日本付近は北日本を中心に平年より高く、北・東・西日本は暖かい空気に覆われやすいでしょう。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

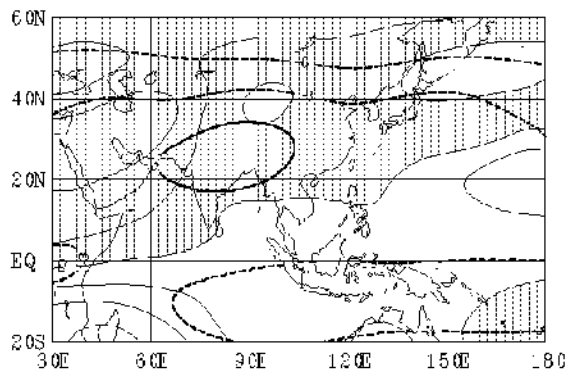
SST偏差



200hPa速度ポテンシャル



200hPa流線関数



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。日本の南でも負偏差。

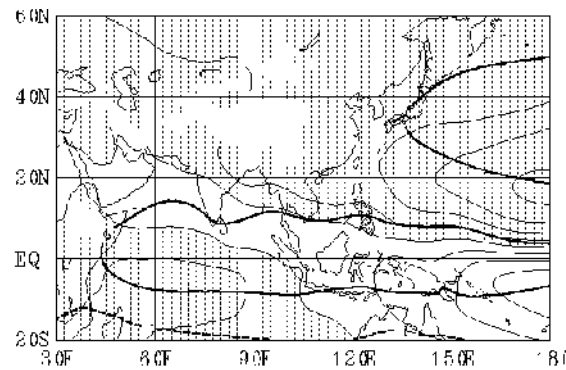
200hPa速度ポテンシャルは、熱帯の対流活動に対応して太平洋熱帯域の中部を中心に上層発散偏差、インド洋を中心に上層収束偏差。

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、北海道から千島の東にかけても高気圧性循環偏差。

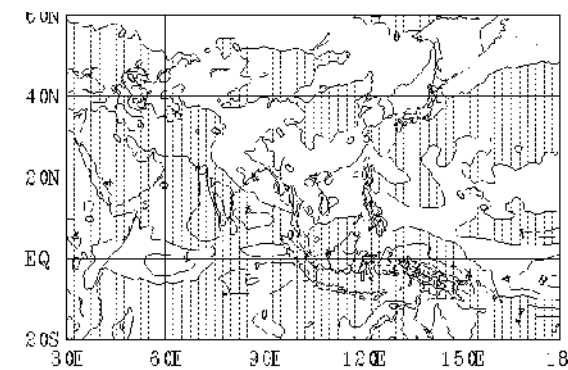
850hPa流線関数は、日付変更線付近を中心に日本の南にかけて低気圧性循環偏差。

降水量は、ベンガル湾北部、南シナ海、フィリピンの東で多雨偏差。インド洋東部からインドネシア付近で少雨偏差。

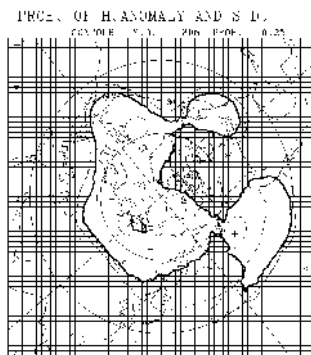
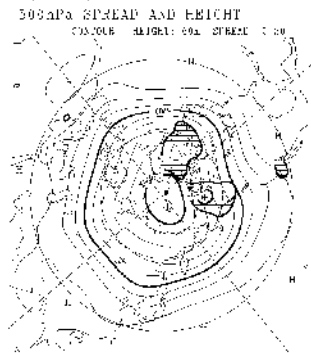
850hPa流線関数



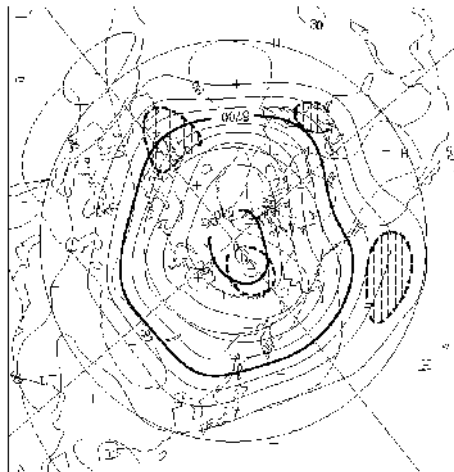
降水量偏差



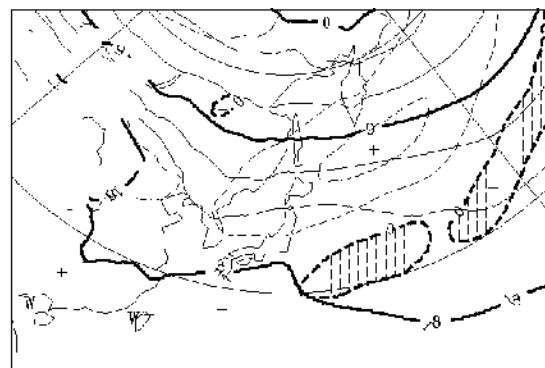
予報資料の解釈(1か月) 北半球循環場



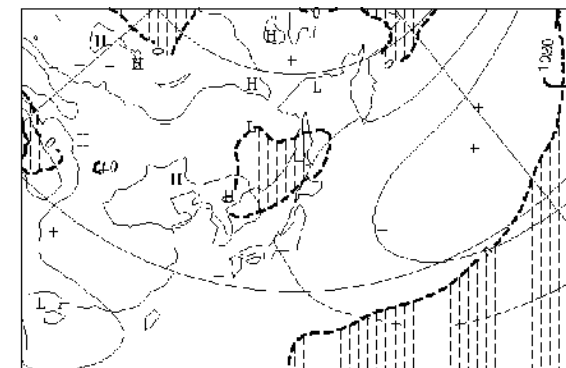
500hPa高度



850hPa気温



海面気圧



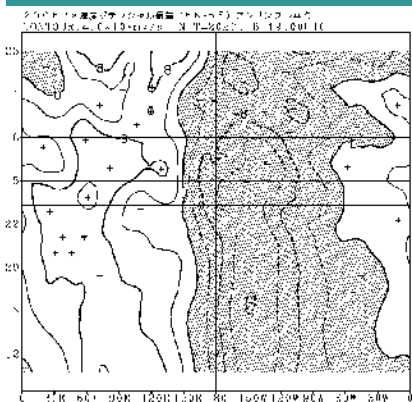
500hPa高度は、ユーラシア大陸からカムチャツカ半島付近にかけて広く正偏差。波列が見られ、中国東北区でトラフ、千島の東でリッジとなっている。

850hPa気温は、日本付近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、東・西日本を中心に、日本の東に中心を持つ高気圧に覆われやすいが、沿海州付近では平年より気圧が低く、北日本では低気圧の影響をやや受けやすい時期がある。また、日本の南東では平年より気圧が低く、沖縄・奄美を中心に期間の前半は台風や湿った空気の影響を受けやすい。

予報資料の解釈(各週) 熱帯の対流活動

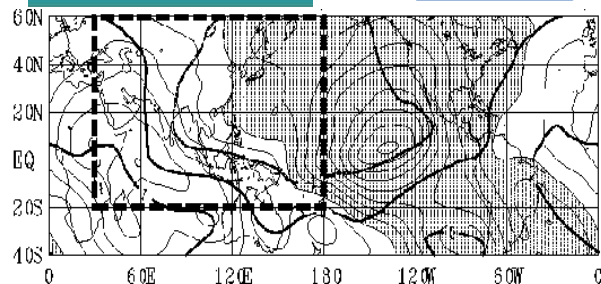
200hPa速度ポテンシャル偏差時系列



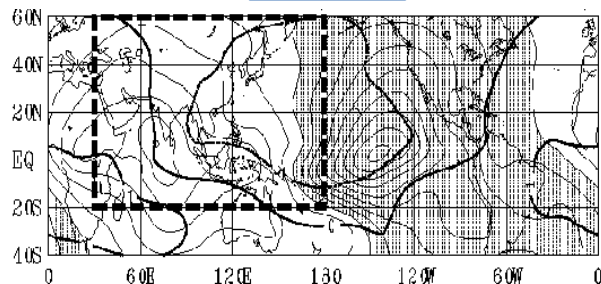
200hPa速度ポテンシャルは、熱帯季節内変動が不明瞭で、期間を通して太平洋熱帯域の中部を中心に上層発散偏差。一方、インド洋は西部から中部を中心に上層収束偏差。降水量は、1週目は東・西日本で少雨偏差。1～2週目は南シナ海、ベンガル湾北部及びフィリピンの東で多雨偏差。期間を通じてインド洋東部からインドネシア付近で少雨偏差。

200hPa速度ポテンシャル

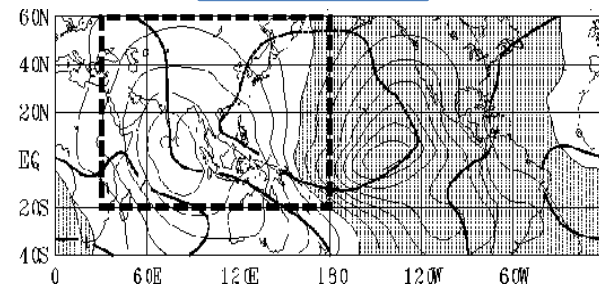
1週目



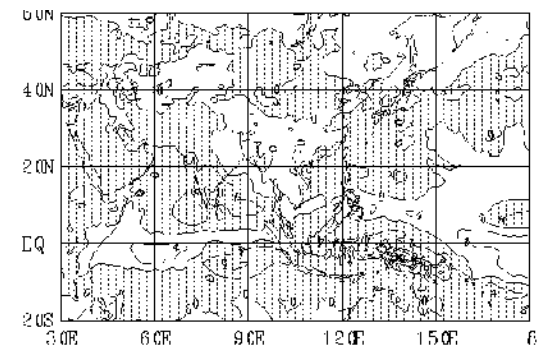
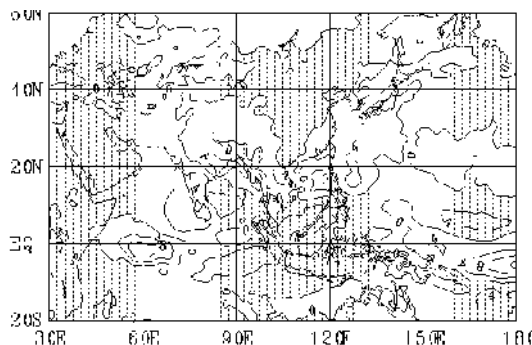
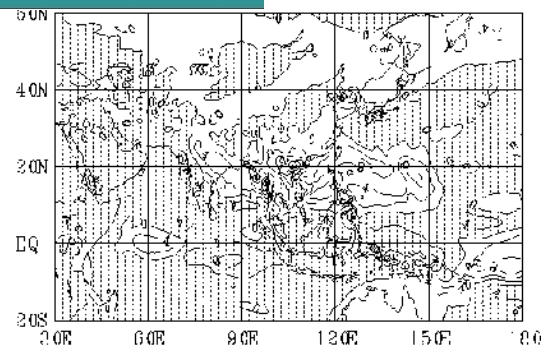
2週目



3～4週目



降水量偏差



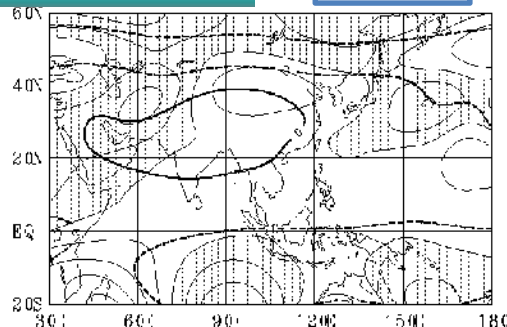
予報資料の解釈(各週) 熱帯循環場

200hPa流線関数は、期間を通して日付変更線の西で高気圧性循環偏差。中緯度帯は波列が期間を通して見られ、1週目のカムチャツカの東の高気圧性循環偏差は、2週目には北海道から千島近海に西進する。3～4週目は千島近海で高気圧性循環偏差は持続するが、2週目に比べ弱まる。

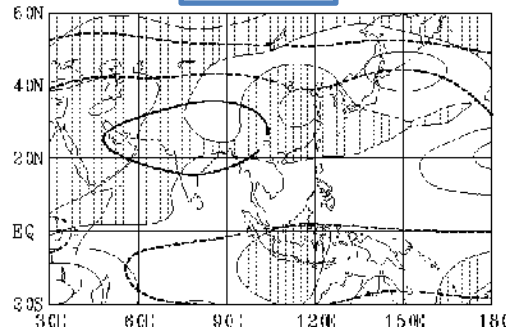
850hPa流線関数は、期間を通じて日付変更線付近を中心に低気圧性循環偏差。日本の南でも2週目にかけて低気圧性循環偏差が強まる。

200hPa流線関数

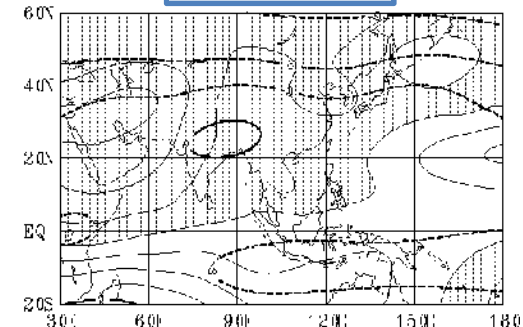
1週目



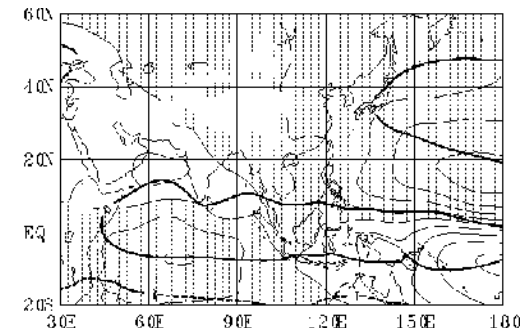
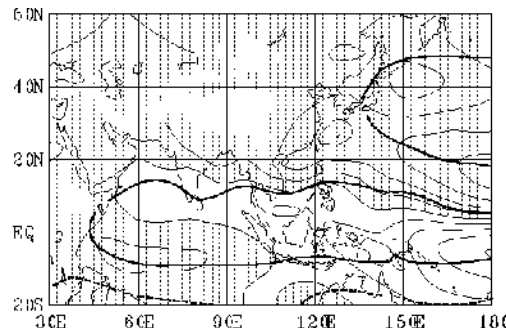
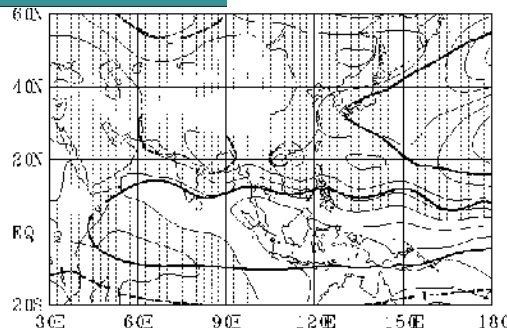
2週目



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週目は沿海州付近がトラフになる一方、西日本以西は亜熱帯高気圧に覆われ、西日本は暖気が入りやすい。2週目はベーリング海付近のリッジが西進する一方、東シナ海付近でトラフが深まり、日本付近は南西流場となり、北・東・西日本は暖かい空気に覆われやすい。3～4週目は中国東北区付近がトラフとなり、北日本を中心にやや西谷傾向となる。

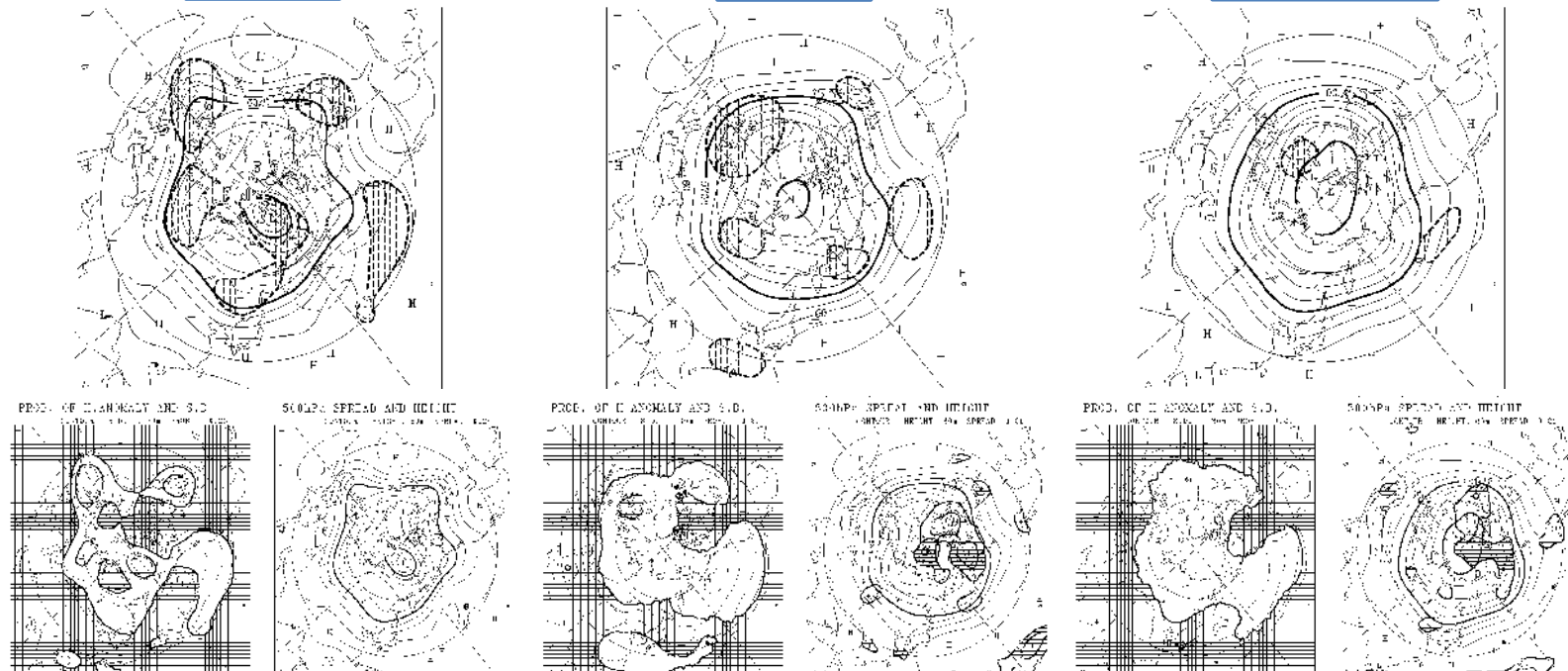
2週目は沖縄・奄美付近、3～4週目は中国東北区付近でスプレッドが大きく、それぞれ熱帯じょう乱、トラフ・リッジの強さや位置に不確実性がある。

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

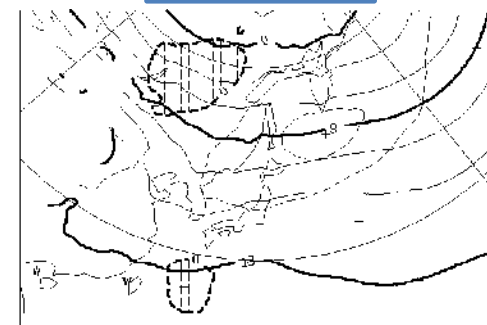
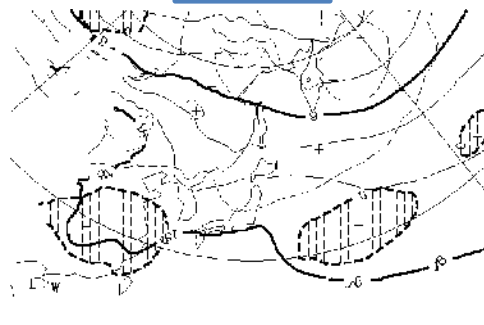
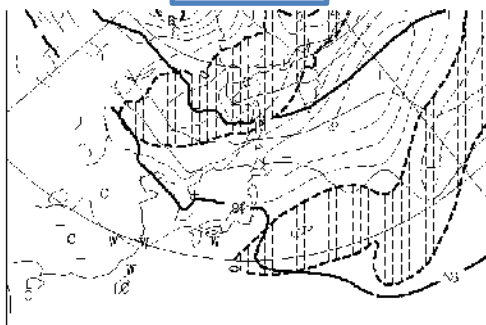
850hPa気温は、北・東・西日本では期間を通じ正偏差で、特に北日本で偏差が大きい。
沖縄・奄美は3～4週目は負偏差。
海面気圧は、1週目は北日本付近を中心に負偏差で低気圧の影響を受ける。東・西日本は高気圧に覆われやすい。2週目は東・西日本では高気圧にやや覆われやすい。沖縄・奄美を中心に1、2週目は台風や湿った空気の影響を受けやすくなる可能性もあるが、不確実性も大きい。3～4週目は高気圧が日本の東に張り出し、北日本に暖かくやや湿った空気が流れ込みやすい。

1週目

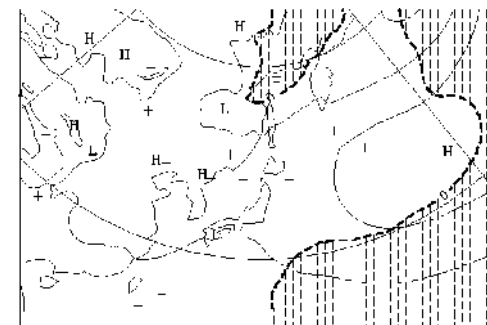
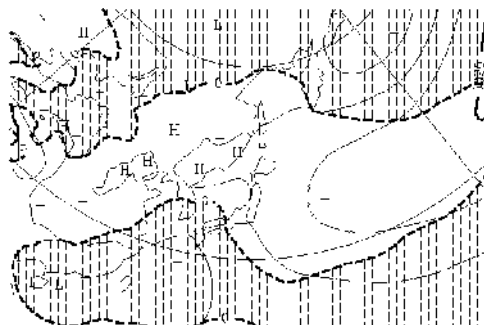
2週目

3～4週目

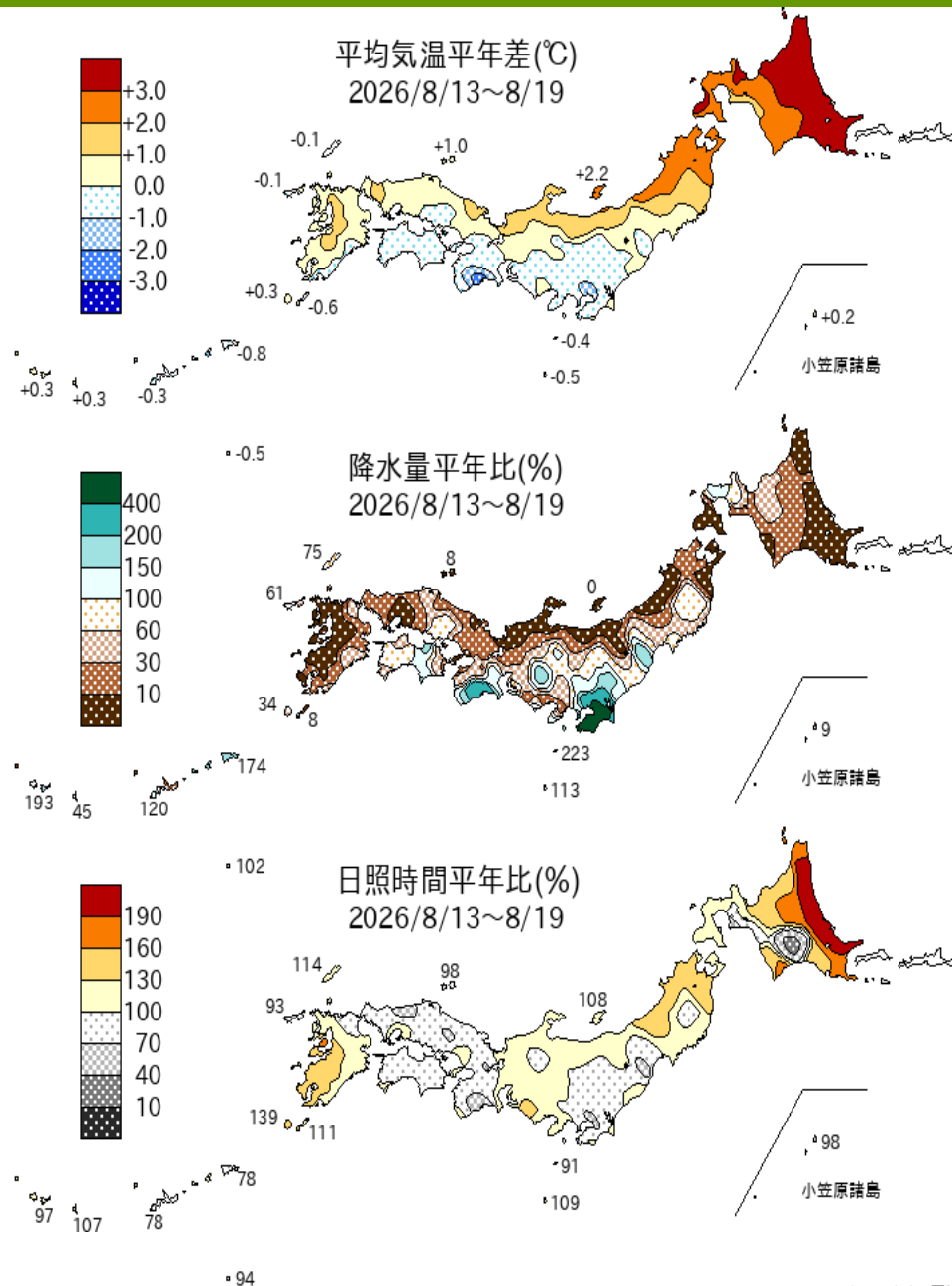
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(8月13日~8月19日)は、8月13日から14日にかけて、上空寒気や湿った空気の影響で、北・東・西日本の広範囲で大気の状態が不安定になり、関東甲信地方や東海地方で降水量が平年を上回った所がありました。千葉県では線状降水帯が発生し、「令和8年8月千葉豪雨」が発生しました。また、沖縄・奄美では湿った空気の影響で降水量が平年を上回りました。その他は千島の東の高気圧に覆われて湿った空気の影響を受けにくかったため、降水量は平年を下回った所が多く、特に北海道地方、東北日本海側、北陸地方、中国地方、九州北部地方を中心に平年を大きく下回りました。日照時間は、北日本、北陸地方、東海地方、九州南部を中心に平年を上回り、それ以外の地域では平年を下回った所が多くなりました。気温は、高気圧の影響を受けやすかった北日本や北陸地方、湿った空気の影響を受けにくかった西日本日本海側で平年を上回った所が多かった一方、東・西日本太平洋側では、期間の前半を中心に東風の影響を受けやすかったため、平年を下回った所が多くなりました。