

全般季節予報支援資料 1か月予報

2026年9月3日

予報期間：9月5日～10月4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。
東・西日本では、今後1か月程度は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。
西日本では、天気は数日の周期で変わりますが、期間の前半は平年に比べ晴れの日が少なく、期間の後半は平年に比べ晴れの日が多いでしょう。
沖縄・奄美では、期間の前半は平年に比べ晴れの日が少なく、期間の後半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 20:40:40	30:40:30 30:40:30	
東日本	日本海側 太平洋側	10:20:70	20:30:50 20:30:50	40:30:30 40:30:30	
西日本	日本海側 太平洋側	10:20:70	20:40:40 20:30:50	30:40:30 40:30:30	
沖縄・奄美		30:30:40	30:30:40	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	20:50:30	10:30:60	10:20:70
東日本	20:30:50	10:10:80	10:30:60
西日本	10:30:60	10:10:80	10:30:60
沖縄・奄美	30:50:20	20:40:40	30:40:30

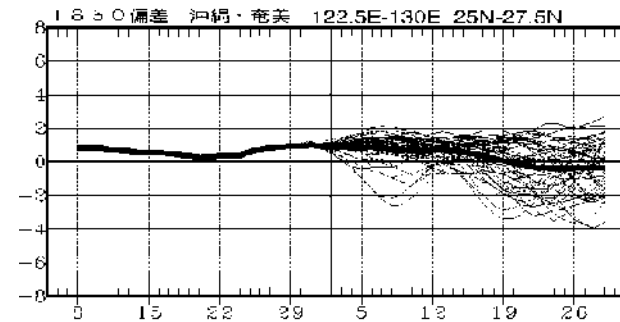
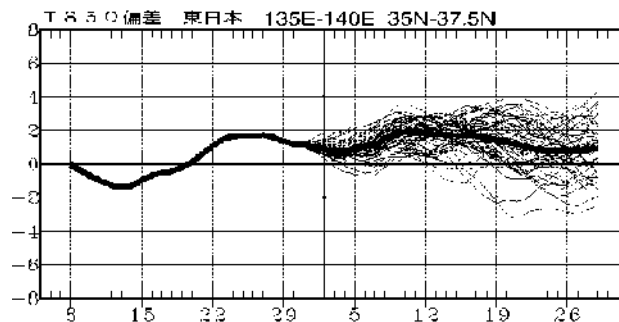
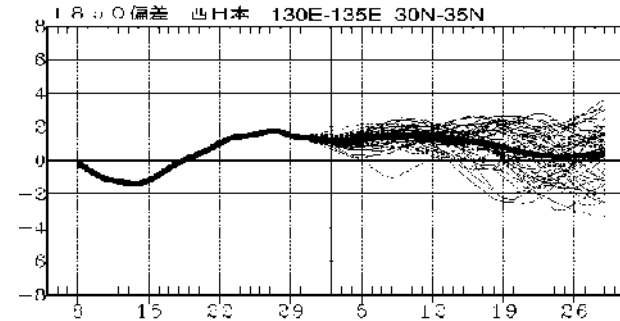
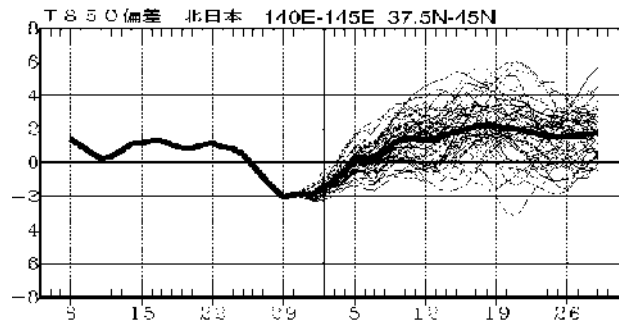
全般1か月予報のポイント

- ・北日本の向こう1か月の気温は、暖かい空気に覆われやすいため高く、期間の前半はかなり高くなる可能性があります。
- ・東・西日本では、7月から8月上旬にかけて、暖かい空気に覆われやすかったため、気温の高い状態が続きました。気温は再び高くなっており、今後1か月程度も暖かい空気が流れ込みやすいため、気温の高い状態が続く見込みで、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見込みです。
- ・北・東・西日本では、期間前半は活動の活発な秋雨前線の影響を受けやすいため、向こう1か月の降水量は、東日本と西日本太平洋側で多く、北日本と西日本日本海側で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(9/5～9/11)	2週目(9/12～9/18)	3～4週目(9/19～10/2)
想定される 天候 (気温)	東・西日本は高温。北日本、 沖縄・奄美は平年並。	北・東・西日本は高温で、か なり高くなる見込み。沖縄・ 奄美は平年並か高い。	北・東・西日本は高温。沖 縄・奄美はほぼ平年並。
根拠	東・西日本は高気圧周辺の 暖かい空気が流れ込みやす い。 (P12,P13参照)	北・東・西日本では高気圧 周辺の暖かい空気が流れ 込みやすい。沖縄・奄美は 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

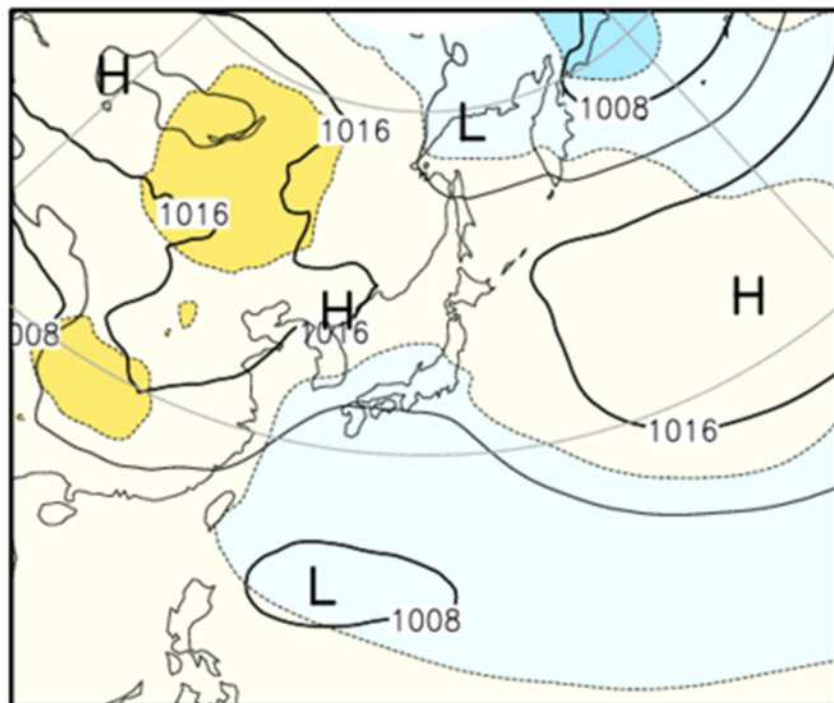


各週における天候のポイント(天気)

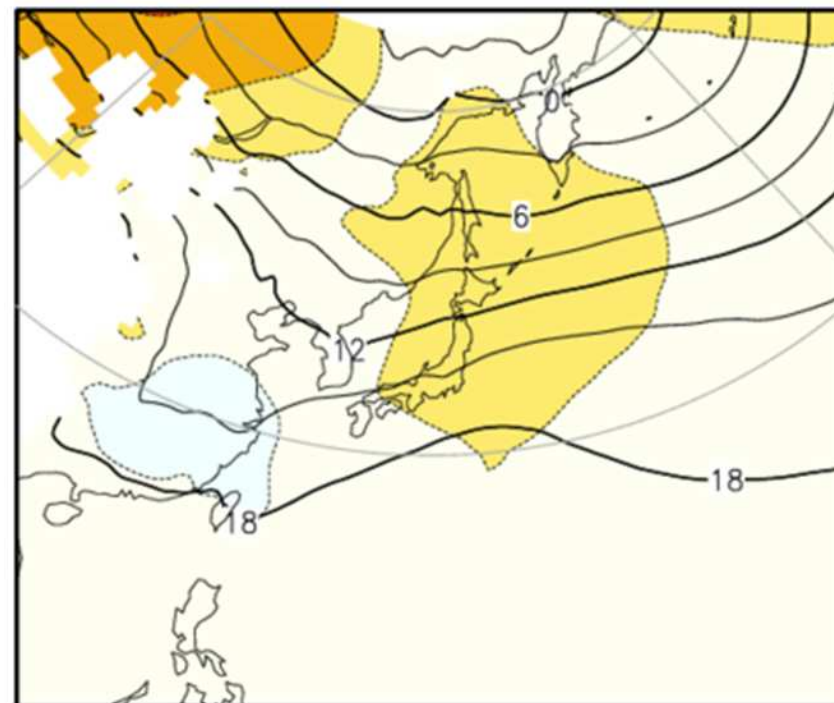
	1週目(9/5～9/11)	2週目(9/12～9/18)	3～4週目(9/19～10/2)
想定される 天候 (天気)	北日本では、天気は数日の周期で変わるでしょう。 東・西日本では、活発な秋雨前線の影響を受けやすいため、平年に比べ晴れの日が少ないでしょう。 沖縄・奄美では、台風や湿った空気の影響を受けやすいため、平年に比べ晴れの日が少ないでしょう。	北・西日本と東日本日本海側では、天気は数日の周期で変わりますが、活発な秋雨前線の影響を受けやすいため、平年に比べ晴れの日が少ないでしょう。 東日本太平洋側では、天気は数日の周期で変わるでしょう。 沖縄・奄美では、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。	北・東日本では、天気は数日の周期で変わるでしょう。 西日本では、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。 沖縄・奄美では、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。
根拠	活発な秋雨前線の影響を受けやすいため、東・西日本太平洋側で多雨・寡照。東・西日本日本海側では多雨傾向・寡照傾向。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、多雨傾向・寡照傾向。 (P10-P13参照)	活発な秋雨前線の影響を受けやすいため、北・西日本と東日本日本海側は多雨傾向・寡照傾向。東日本太平洋側は多雨傾向。 (P10-P13参照)	西日本と沖縄・奄美では、高気圧に覆われやすいため、多照傾向。 (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)

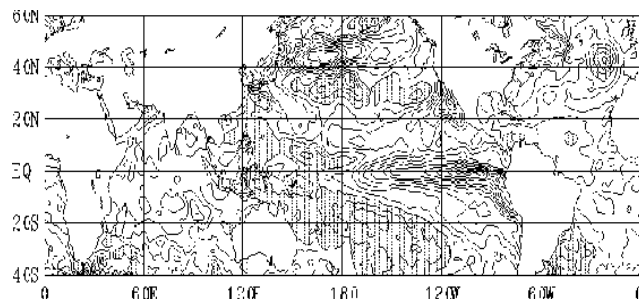


1か月平均の海面気圧(左図)は、日本の東海上で高気圧が強い一方、日本付近は気圧の谷となるでしょう。このため、北・東・西日本では、期間の前半は高気圧周辺の暖かく湿った空気が入り、活発な秋雨前線の影響を受けやすいでしょう。また、沖縄・奄美では、期間のはじめを中心に、台風や湿った空気の影響を受けやすいでしょう。期間の後半は、華中付近の高気圧が、西日本から沖縄・奄美を覆いやすいでしょう。

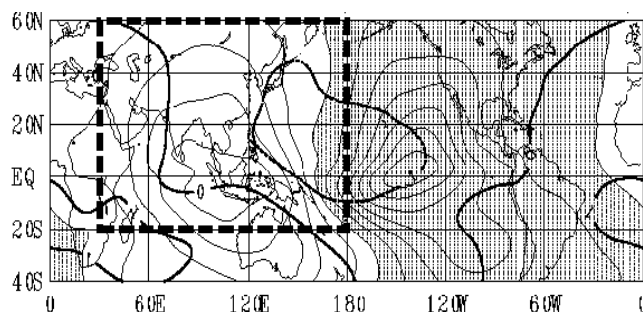
上空約1500mの気温(右図)は、北・東日本中心に平年より高く、北・東・西日本は暖かい空気に覆われやすいでしょう。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

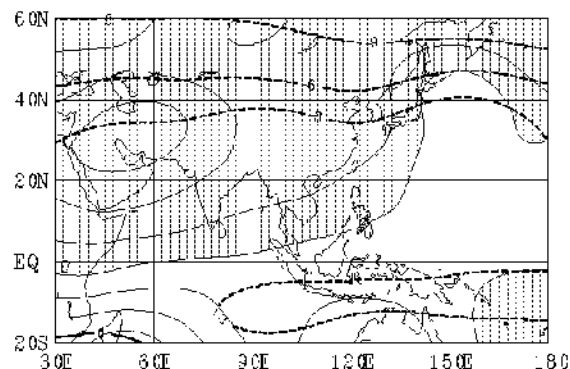
SST偏差



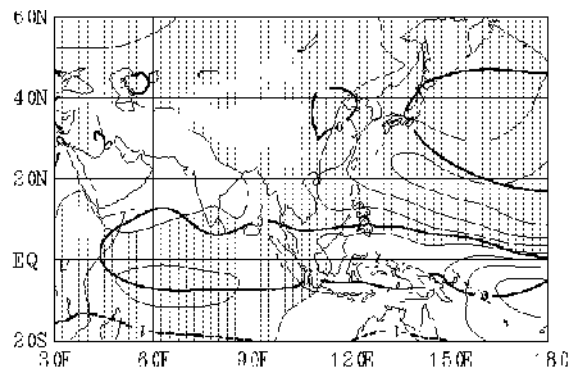
200hPa速度ポテンシャル



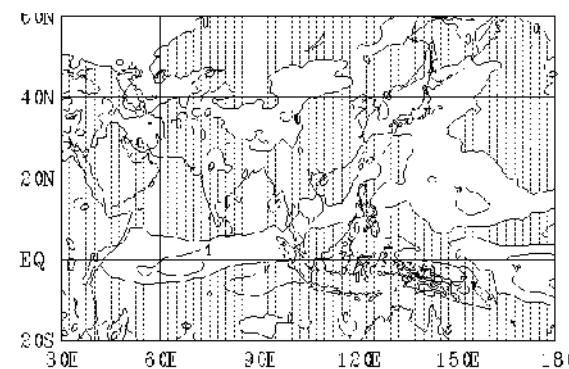
200hPa流線関数



850hPa流線関数



降水量偏差



SST偏差は、太平洋熱帯域の中・東部とインド洋で正偏差、太平洋熱帯域の西部で負偏差。

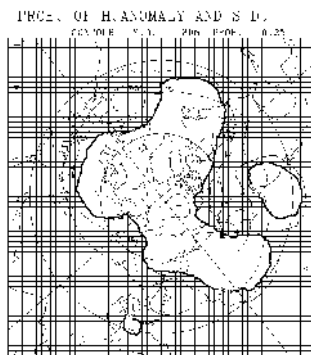
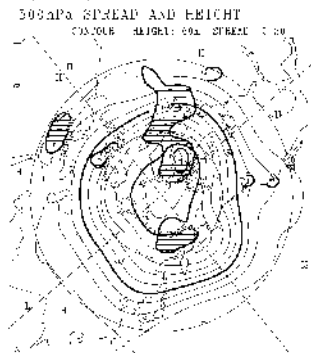
200hPa速度ポテンシャルは、熱帯の対流活動に対応して太平洋熱帯域の中部から東部で上層発散偏差、インドネシア付近を中心に上層収束偏差。

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。アラビア半島付近を中心に低気圧性循環偏差。中緯度帯では、日本の東で高気圧性循環偏差。

850hPa流線関数は、日付変更線付近から日本の南にかけて低気圧性循環偏差。

降水量は、赤道域の日付変更線付近やミクロネシア付近、インド洋赤道域の中部で多雨偏差。インドネシア付近で少雨偏差。

予報資料の解釈(1か月) 北半球循環場

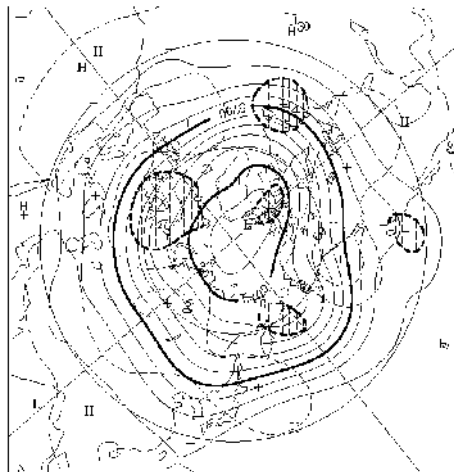


500hPa高度は、中高緯度帯で波列が見られ、中央シベリアと北日本の東でリッジ、朝鮮半島付近でトラフとなっている。日本付近は西谷傾向で、北日本を中心に広く正偏差で高偏差確率50%以上の領域に覆われる。日本付近でのスプレッドは比較的小さい。

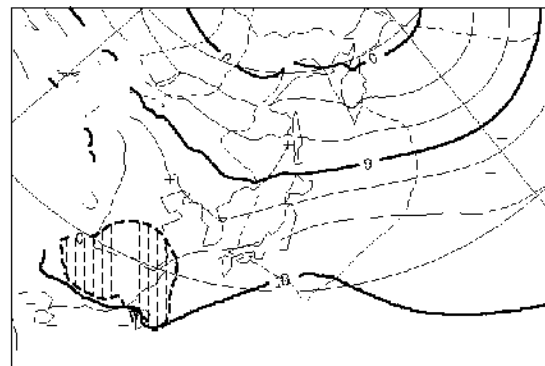
850hPa気温は、北・東日本中心に正偏差。沖縄・奄美では平年との隔たりは小さい。

海面気圧は、日本の東海上で高気圧が強い一方、日本付近は気圧の谷となり、期間の前半は、高気圧周辺の暖かく湿った空気が入りやすい。

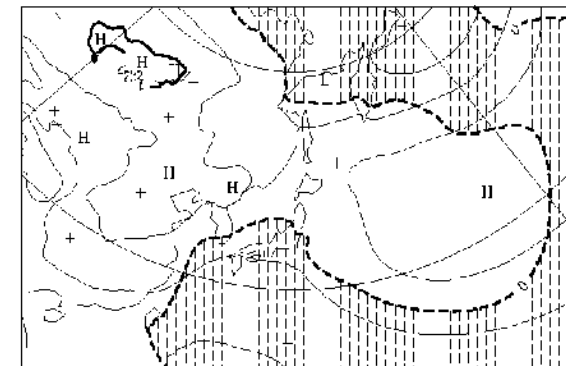
500hPa高度



850hPa気温

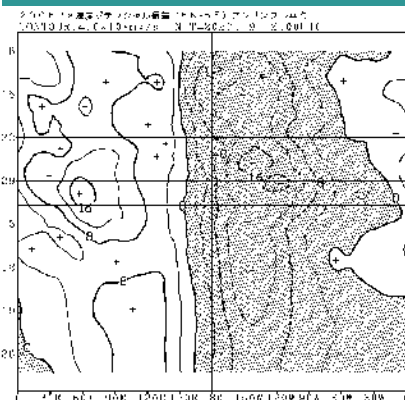


海面気圧



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を中心に上層発散偏差、インド洋からインドネシア付近は上層収束偏差で、季節内変動は不明瞭。上層収束偏差は、次第に東に寄る傾向。

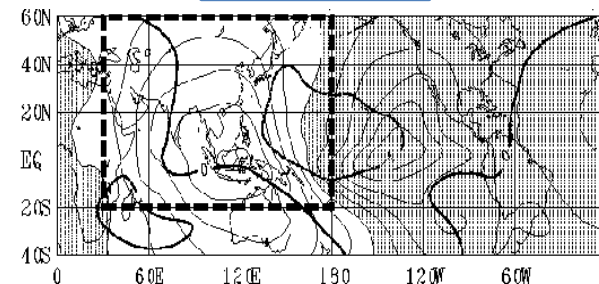
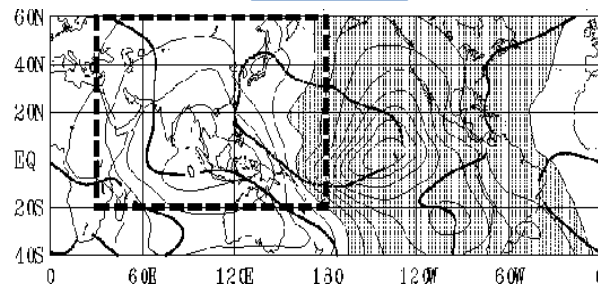
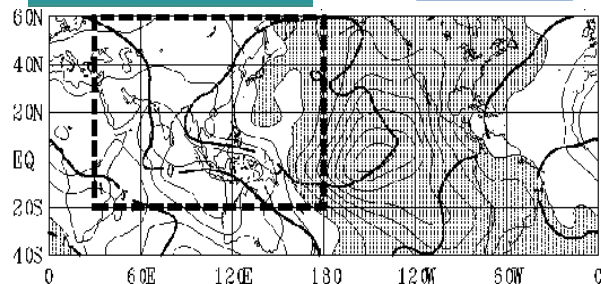
降水量は、期間を通じて、日付変更線付近の赤道域、インド洋赤道域で多雨偏差。インドネシア付近で少雨偏差。1週目から2週目は南シナ海からフィリピンの東で多雨偏差。3～4週目は、これらの領域で少雨偏差に転じる。日本付近は1週目と2週目は多雨偏差だが、3～4週目は西日本以西で少雨偏差。

200hPa速度ポテンシャル

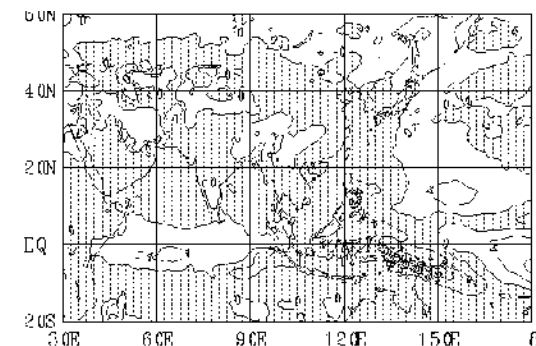
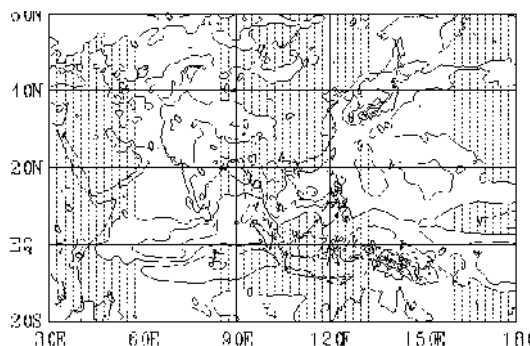
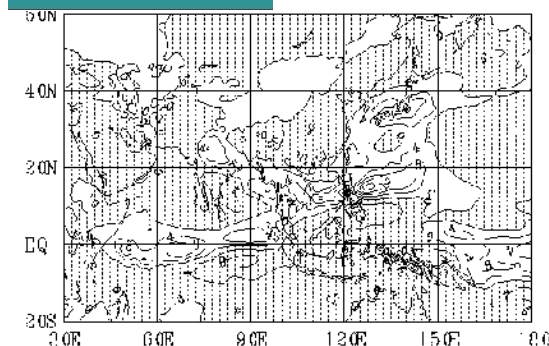
1週目

2週目

3～4週目



降水量偏差



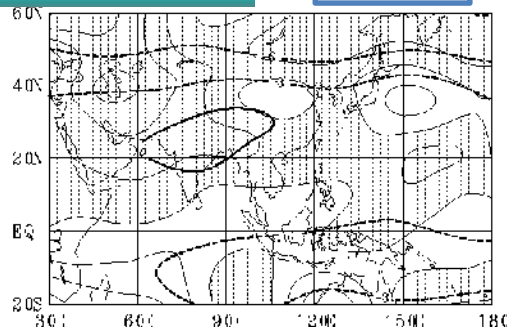
予報資料の解釈(各週) 熱帯循環場

200hPa流線関数は、期間を通して中東を中心に低気圧性循環偏差、日付変更線付近では2週目以降、高気圧性循環偏差。中緯度帯は期間前半中心に波列が見られる。1週目から2週目の日本の東海上の高気圧性循環偏差は、3～4週目は千島の南に東進し、2週目の華北付近の低気圧性循環偏差は、3～4週目には黄海付近に東進する。

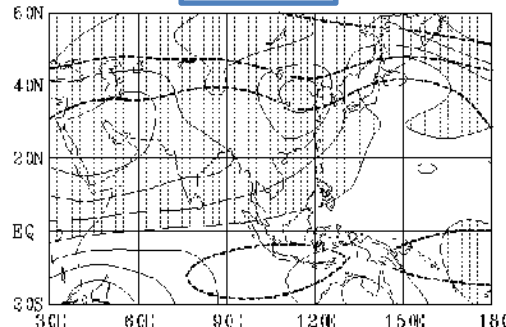
850hPa流線関数は、1週目は沖縄・奄美付近を中心に、台風を含む低気圧性循環偏差(モンスーン・ジャイアに対応)で、日本付近に暖かく湿った空気が流れこみやすい場。2週目はフィリピンの東で、3～4週目は日本の南東海上で低気圧性循環偏差が明瞭。

200hPa流線関数

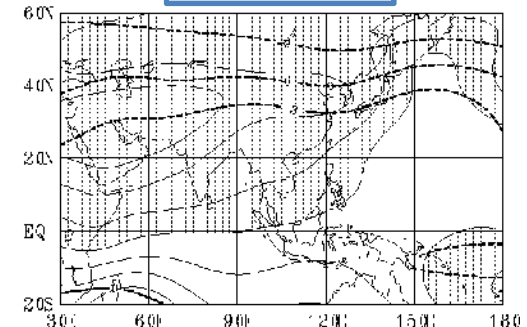
1週目



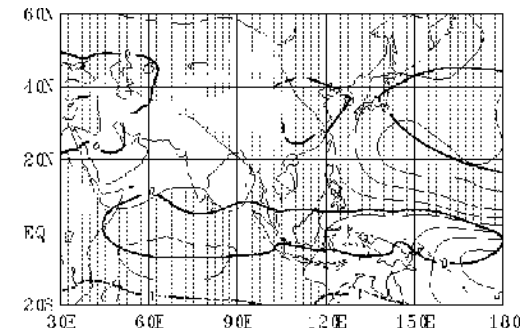
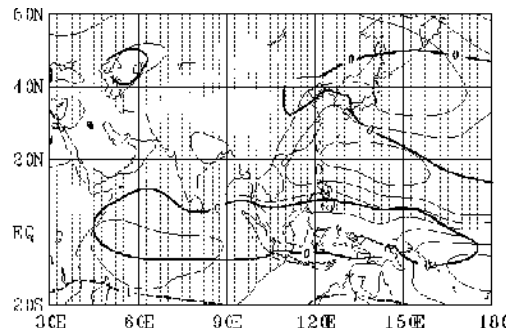
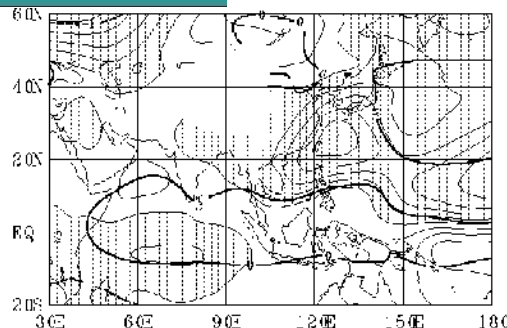
2週目



3～4週目



850hPa流線関数

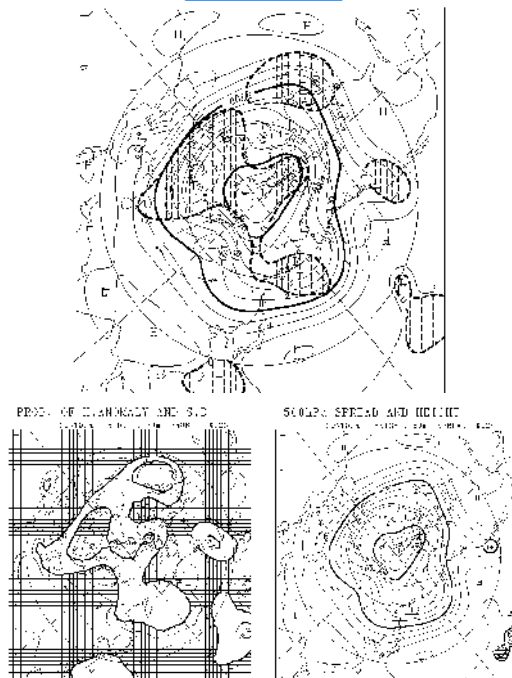


予報資料の解釈(各週) 北半球循環場

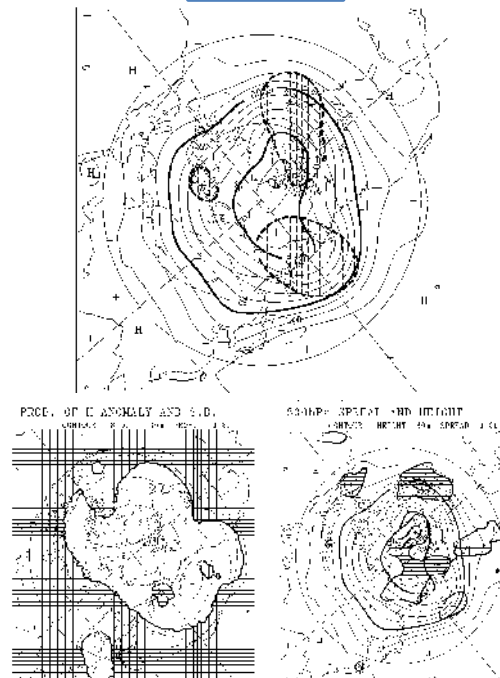
500hPa高度は、中高緯度帯は1週目から2週目は波列が見られ、華北付近でトラフ、日本の東海上でリッジとなり、日本付近は西谷。また、日本の南東海上で亜熱帯高気圧が強く、1週目は沖縄・奄美付近は台風に対応して、負偏差となる。これらにより、日本付近には暖かく湿った空気が入りやすい。3～4週目は、華北付近のトラフがやや東に移動し、朝鮮半島付近でトラフとなり、日本谷に移行する。ただし、このトラフ付近のスプレッドが大きく、トラフの位置や深さには不確実性がある(ガイダンスで出ている少雨・多照傾向は多少抑える)。

500hPa高度

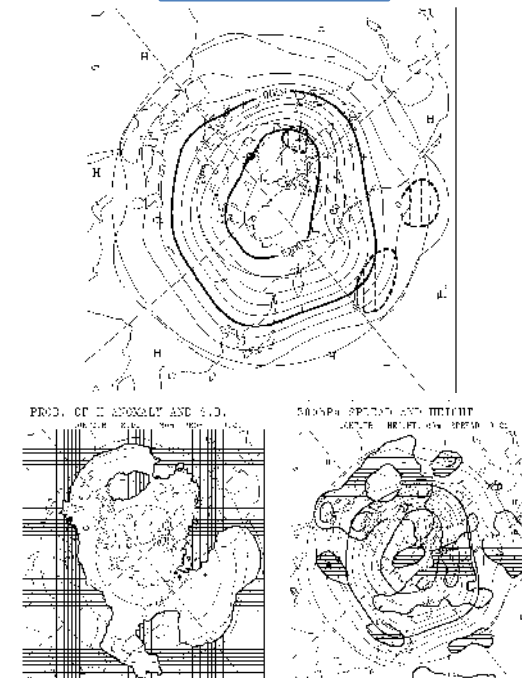
1週目



2週目



3～4週目



予報資料の解釈(各週) 日本周辺循環場

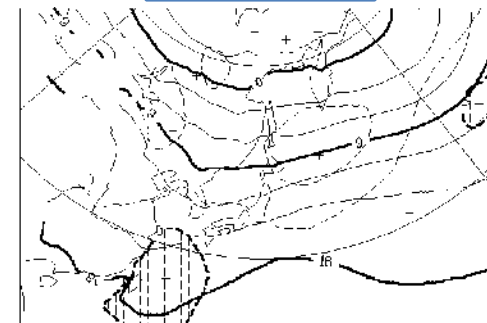
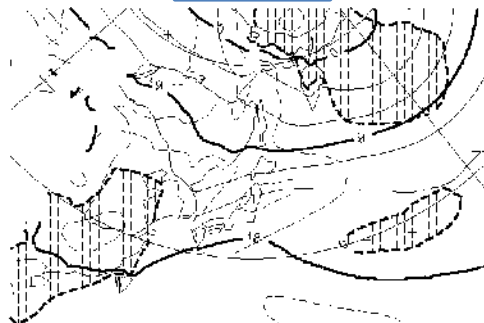
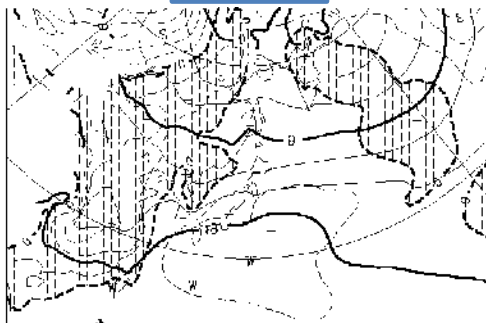
850hPa気温は、1週目から2週目にかけて日本付近は広く正偏差。3～4週目は北日本中心に正偏差。沖縄・奄美では弱い負偏差に転じるものの、平年からの隔たりは小さい。海面気圧は、1週目は日本の東海上で高気圧が強い一方、日本付近は気圧の谷となり、沖縄・奄美付近では台風を含む低気圧で負偏差となっており、日本付近には暖かく湿った空気が入りやすい。2週目も引き続き日本の東海上で高気圧が強い。この高気圧と沿海州から華中付近の高気圧の間で、日本付近は引き続き気圧の谷となる。日本の南は引き続き負偏差が広がる。3～4週目は、日本の東の高気圧は弱まり、気圧の谷も日本の東の海上で不明瞭となる。西日本から沖縄・奄美では大陸の高気圧に覆われやすくなる。

1週目

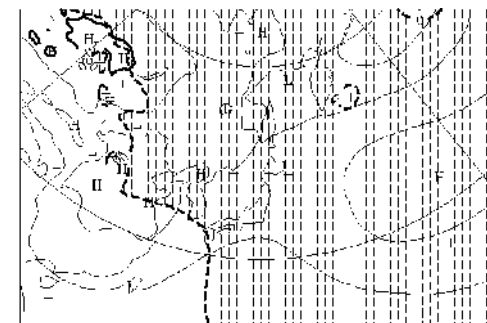
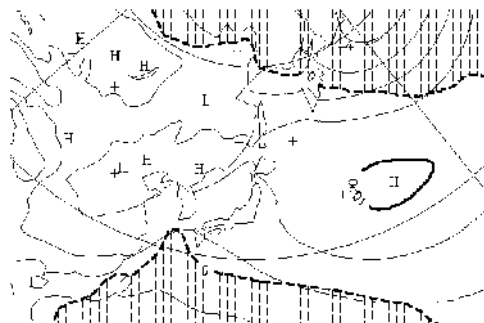
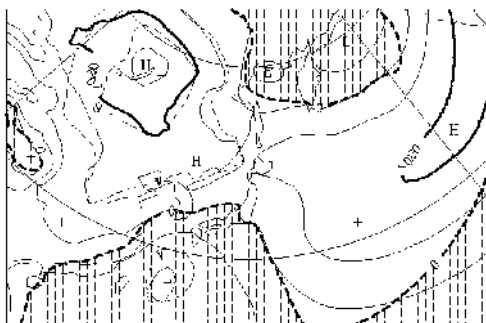
2週目

3～4週目

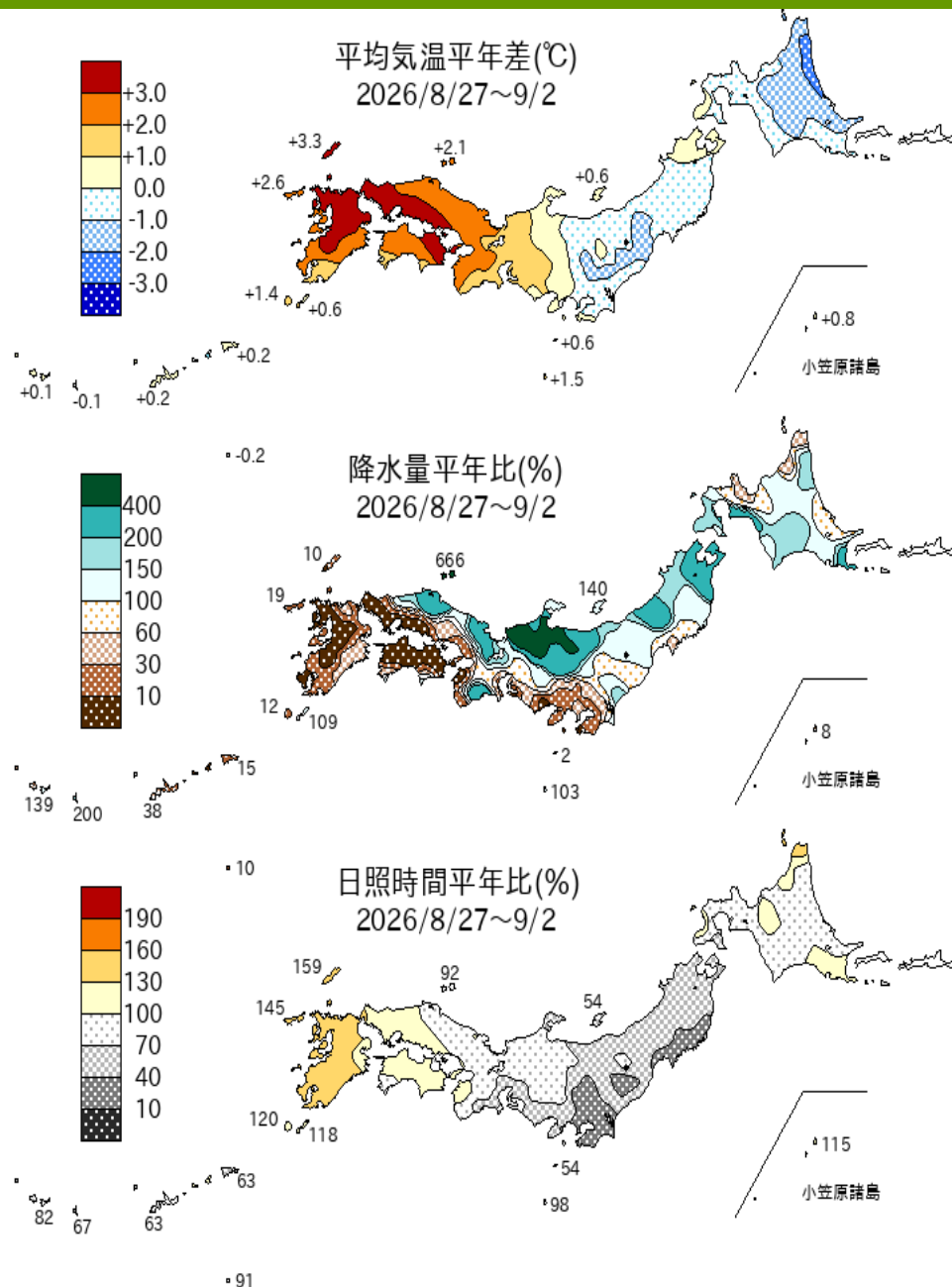
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(8月27日~9月2日)は、期間の中頃にかけて、活動の活発な秋雨前線が、西日本の日本海沿岸から北陸付近に停滞し、8月27日には石川県と富山県で線状降水帯が発生し、記録的な大雨となったほか、29日から30日には福井県で記録的な大雨となりました。また、北海道を寒気を伴った低気圧が27日から28日に通過し、28日に北海道釧路地方で線状降水帯が発生しました。9月1日から2日には北日本に低気圧が接近し、2日に青森県で線状降水帯が発生しました。これらにより、北日本と東日本日本海側から山陰にかけ、降水量が平年を上回りました。また、日照時間は北日本から山陰にかけ平年を下回りました。一方、西日本は日本の南東海上に中心を持つ高気圧に覆われ、九州中心に晴れた日が多くなりました。このため、西日本では四国や九州を中心に降水量が平年を下回り、日照時間は平年を上回りました。沖縄・奄美では、湿った空気の影響で雲が広がりやすく、降水量は一部で平年を上回り、日照時間は平年を下回りました。秋雨前線の影響で雲が広がりやすく、シベリア東部に中心を持つ高気圧からの冷涼な空気の影響を受けた北日本では、気温は平年を下回った一方、高気圧に覆われて晴れの日が多かった西日本を中心に、気温は平年を上回りました。