

全般季節予報支援資料 1か月予報

2026年9月17日

予報期間：9月19日～10月18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

東日本太平洋側を中心に、期間のはじめも降水量が多く、日照時間の少ない状態が続く見込みです。

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。
西日本と沖縄・奄美では、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。

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	30:40:30 30:30:40	30:40:30 40:30:30	
東日本	日本海側 太平洋側	10:30:60	30:40:30 20:40:40	30:40:30 40:30:30	
西日本	日本海側 太平洋側	10:30:60	50:30:20 50:30:20	20:30:50 20:30:50	
沖縄・奄美		20:40:40	50:30:20	20:30:50	

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

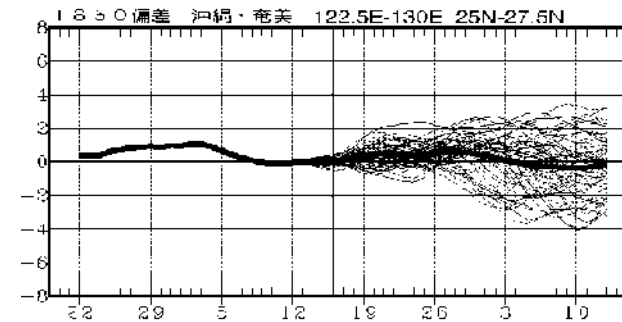
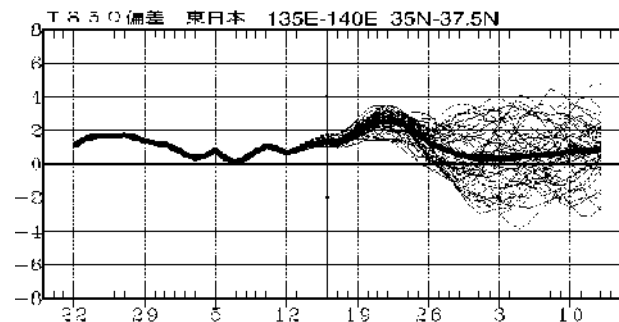
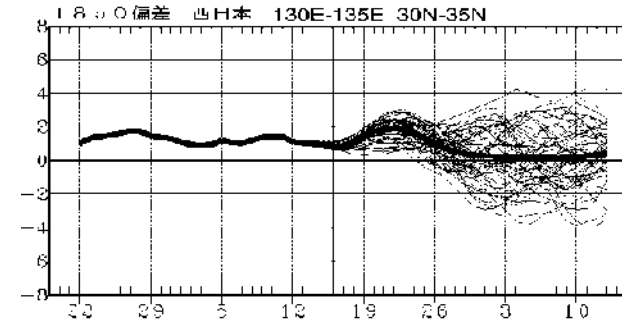
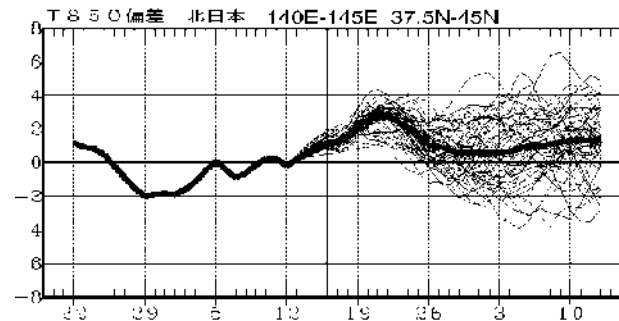
全般1か月予報のポイント

- ・向こう1か月の気温は、暖かい空気に覆われやすいため、北・東・西日本で高く、沖縄・奄美で平年並か高いでしょう。
- ・西日本と沖縄・奄美では高気圧に覆われやすいため、向こう1か月の降水量は少なく、向こう1か月の日照時間は多いでしょう。
- ・東日本太平洋側を中心に、9月上旬から日照時間が少なく、降水量の多い状態が続いています。今後も、期間のはじめは秋雨前線や湿った空気の影響を受けやすいため、降水量が多く、日照時間の少ない状態が続く見込みです。東日本太平洋側の向こう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(9/19～9/25)	2週目(9/26～10/2)	3～4週目(10/3～10/16)
想定される天候(気温)	北・東・西日本は高温。沖縄・奄美は高温傾向。	北・東・西日本は高温。沖縄・奄美は高温傾向。	北・東・西日本は高温。沖縄・奄美はほぼ平年並。
根拠	北・東・西日本は気圧の谷や日本の南の台風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)	北日本中心に、オホーツク海の低気圧に向かう暖かい空気が流れ込みやすいほか、東日本以西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)

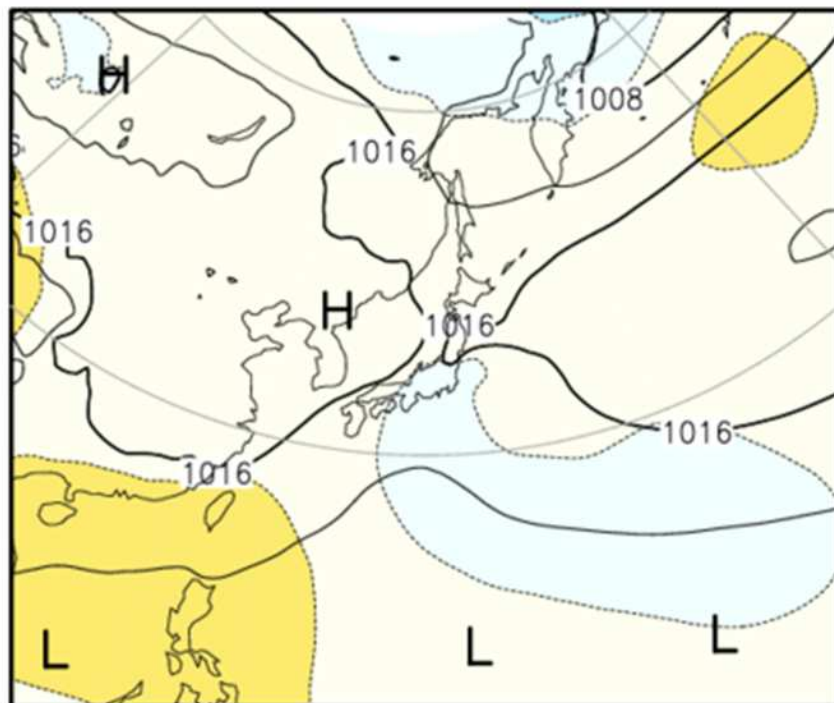
850hPa気温偏差時系列



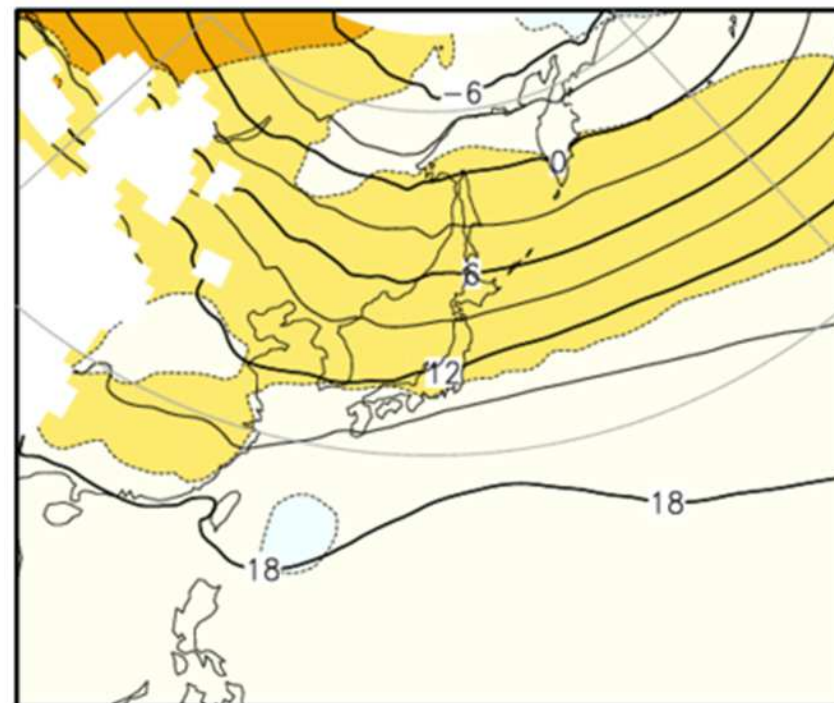
各週における天候のポイント(天気)

	1週目(9/19～9/25)	2週目(9/26～10/2)	3～4週目(10/3～10/16)
想定される 天候 (天気)	北・東日本日本海側では、天気は数日の周期で変わるとでしょう。 北・東日本太平洋側では、秋雨前線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。 西日本と沖縄・奄美では、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。	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とでしょう。 西日本太平洋側と沖縄・奄美では、天気は数日の周期で変わり、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とでしょう。 西日本と沖縄・奄美では、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。
根拠	秋雨前線や湿った空気の影響を受けやすい北日本太平洋側で多雨傾向・寡照傾向。東日本太平洋側で多雨・寡照。高気圧に覆われやすい西日本日本海側で少雨・多照傾向。西日本太平洋側と沖縄・奄美で少雨傾向・多照傾向。 (P10-P13参照)	平年と同様の天候。 (P10-P13参照)	西日本と沖縄・奄美では、高気圧に覆われやすく、少雨傾向・多照傾向。 (P10-P13参照)

海面気圧(1か月)



上空約1500mの気温(1か月)

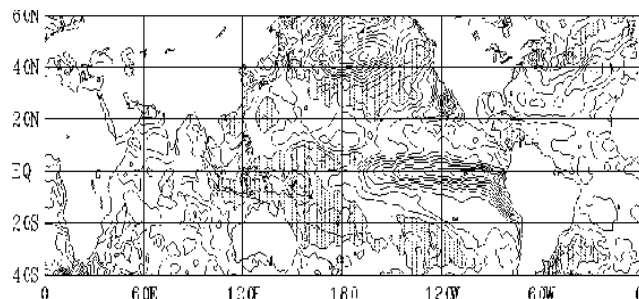


1か月平均の海面気圧(左図)は、東日本付近は、日本の東海上の高気圧と大陸の高気圧の間の気圧の谷となっています。このため、東日本太平洋側中心に、期間のはじめは秋雨前線や湿った空気の影響を受けやすいでしょう。西日本と沖縄・奄美は、大陸からの移動性高気圧に覆われやすいでしょう。

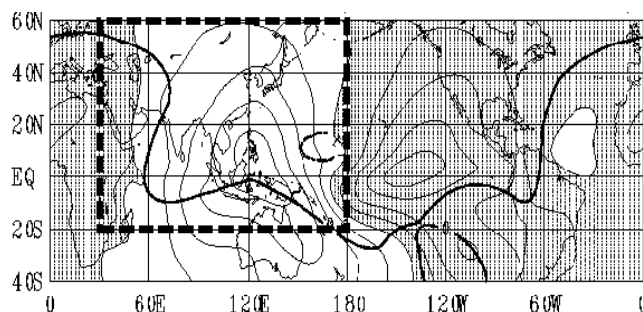
上空約1500mの気温(右図)は、北日本中心に平年より高く、全国的に暖かい空気に覆われやすいでしょう。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

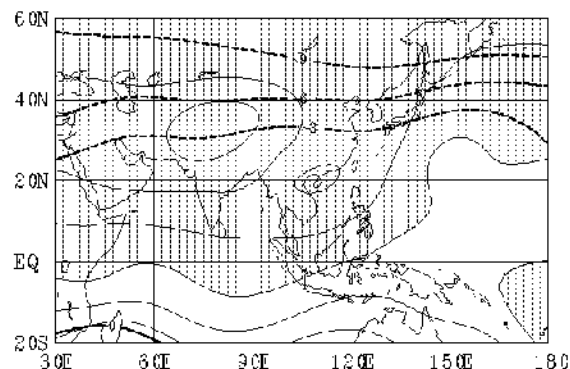
SST偏差



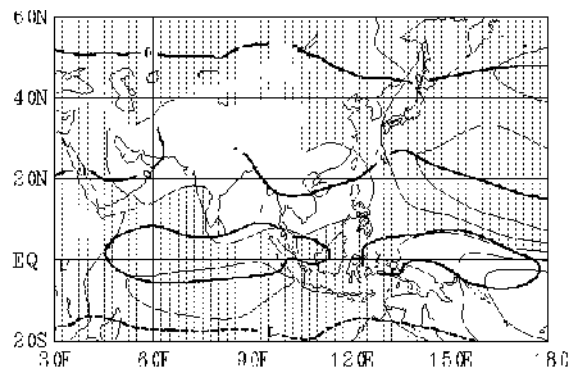
200hPa速度ポテンシャル



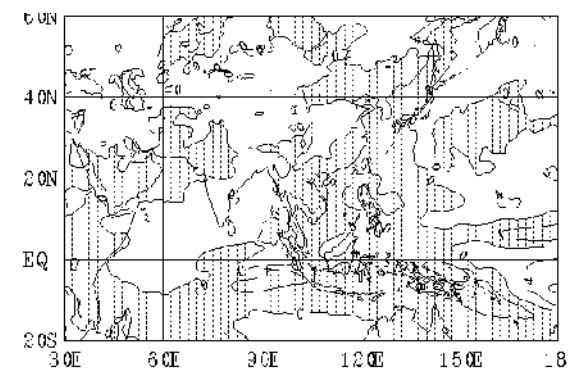
200hPa流線関数



850hPa流線関数



降水量偏差



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

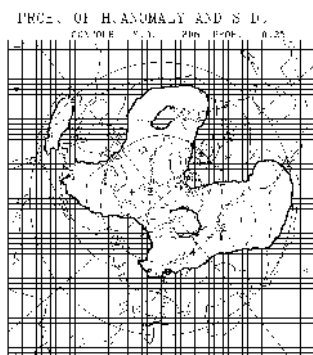
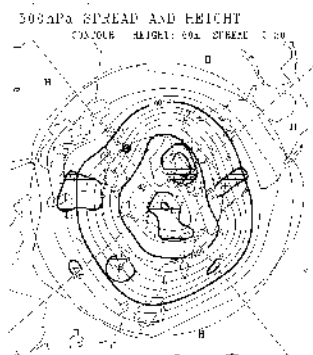
200hPa速度ポテンシャルは、熱帯の対流活動に対応して太平洋熱帯域の中部から東部で上層発散偏差、インドネシア付近を中心に上層収束偏差。

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。中央アジアを中心に低気圧性循環偏差。また、日本の南東海上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、インド洋赤道域の西部で多雨偏差。インドネシアからメラ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

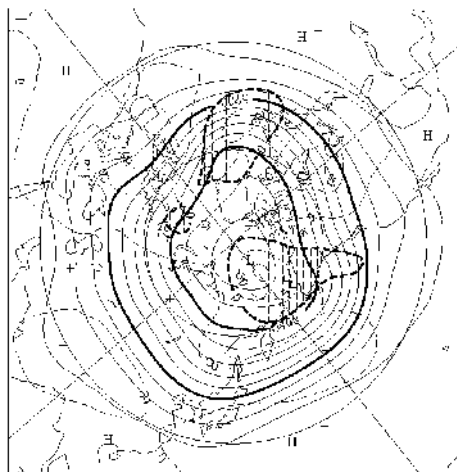


500hPa高度は、ベーリング海峡付近やグリーンランド周辺で負偏差となっているほかは、広く正偏差が広がる。中央シベリアでリッジが強く、日本付近は日本谷傾向ながら、北日本以北を中心とした正偏差で高偏差確率50%以上の領域に覆われる。日本付近でのスプレッドは比較的小さい。

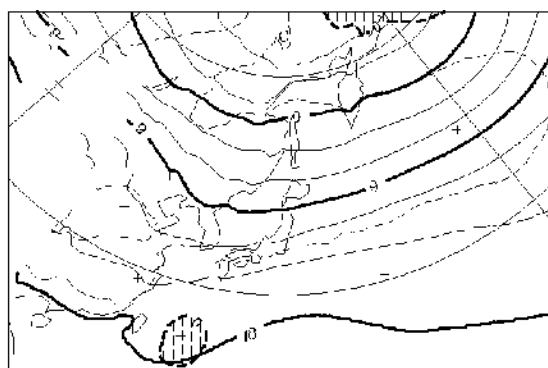
850hPa気温は、北日本中心に正偏差。

海面気圧は、東日本付近は、日本の東海上の高気圧と大陸の高気圧の間の気圧の谷となっている。期間のはじめは、東日本太平洋側を中心に、秋雨前線や湿った空気の影響を受けやすい。西日本と沖縄・奄美は、大陸から移動する高気圧に覆われやすい。

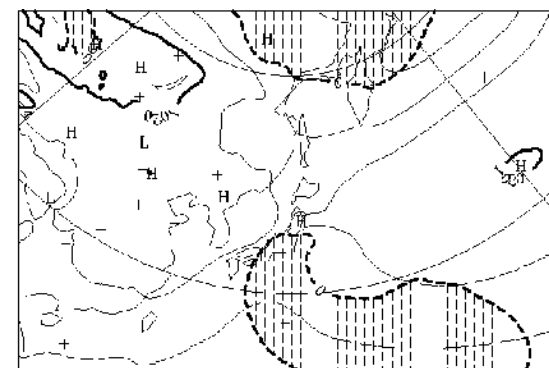
500hPa高度



850hPa気温

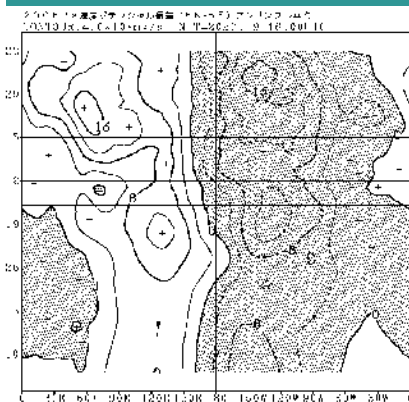


海面気圧



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



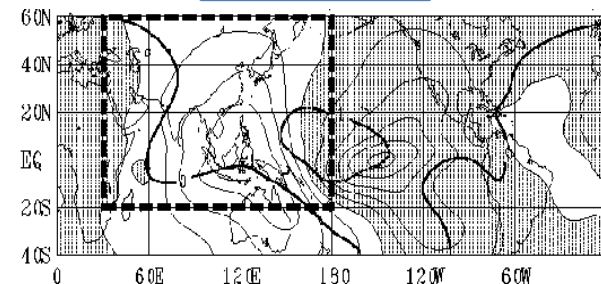
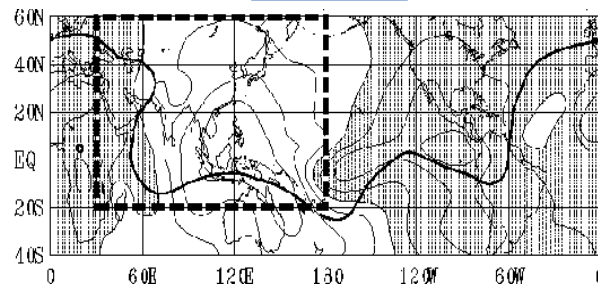
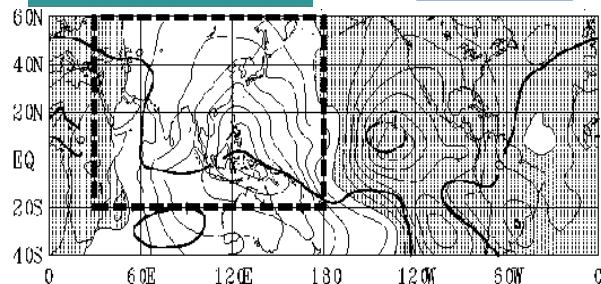
200hPa速度ポテンシャルは、期間を通して太平洋熱帯域の中部を中心に上層発散偏差、インドネシア付近は上層収束偏差で、季節内変動は不明瞭。降水量は、期間を通じて、日付変更線付近の赤道域、ミクロネシア付近、インド洋赤道域の西部で多雨偏差。インドネシアからメラネシア付近、フィリピン周辺で少雨偏差。1週目はベンガル湾で多雨偏差。2週目以降は、ベンガル湾は次第に少雨偏差となる。日本付近は、1週目は日本の南から東日本は多雨偏差だが、2週目以降は西日本以西で少雨偏差となる。

200hPa速度ポテンシャル

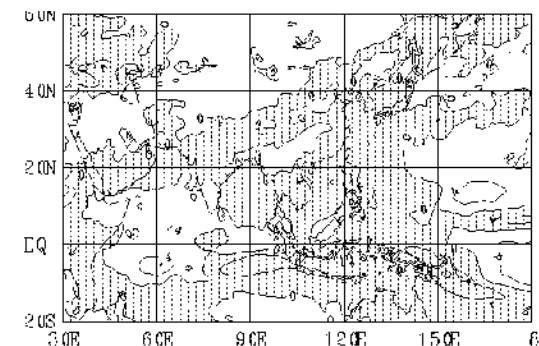
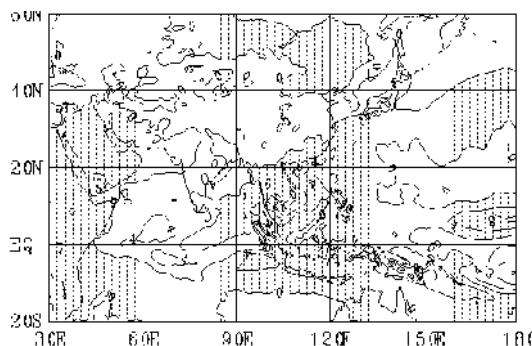
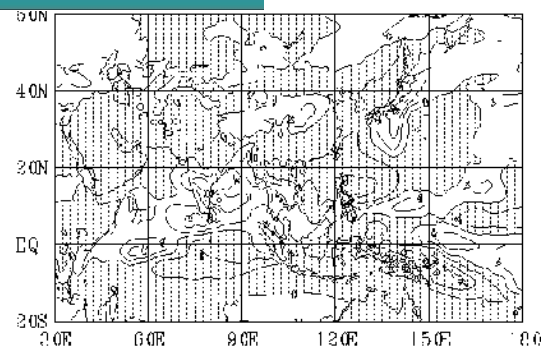
1週目

2週目

3~4週目



降水量偏差



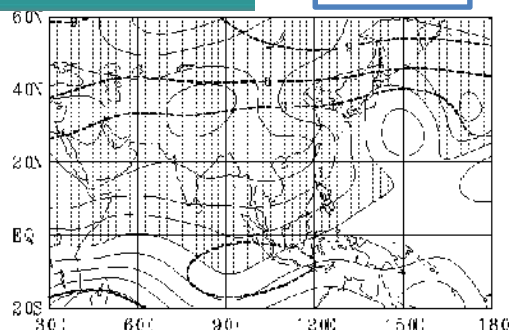
予報資料の解釈(各週) 熱帯循環場

200hPa流線関数は、期間を通して中央アジアを中心に低気圧性循環偏差、日付変更線付近では1週目と3～4週目は高気圧性循環偏差。日本周辺では、1週目は日本の南東海上で高気圧性循環偏差、2週目はこの付近の高気圧性循環偏差は解消し、沿海州付近を中心に低気圧性循環偏差となる。3～4週目は日本付近で低気圧性循環偏差。亜熱帯ジェット気流は期間を通してユーラシア大陸で南偏し、日本付近でも3～4週目は南偏する。

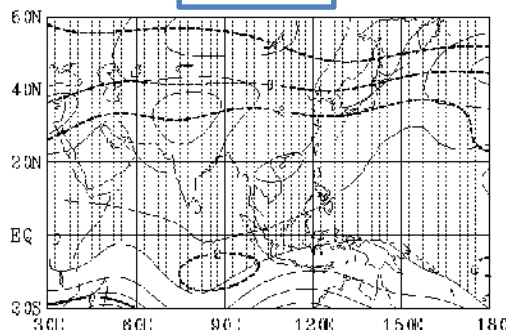
850hPa流線関数は、1週目は日本の南で、2週目以降は日付変更線付近から南鳥島近海にかけて低気圧性循環偏差が明瞭。

200hPa流線関数

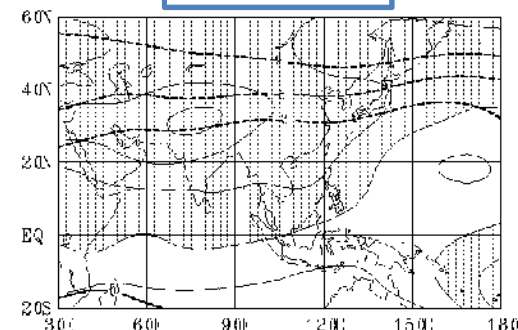
1週目



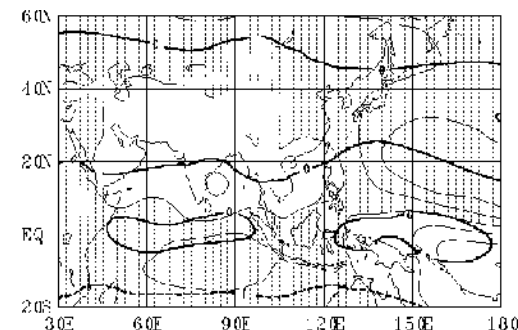
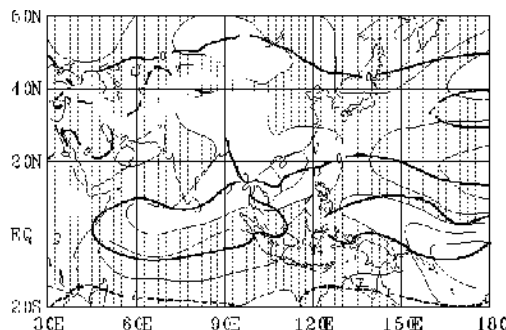
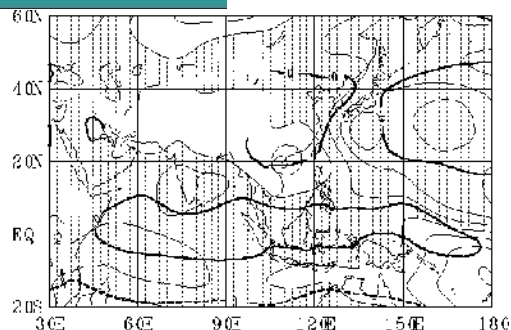
2週目



3～4週目



850hPa流線関数

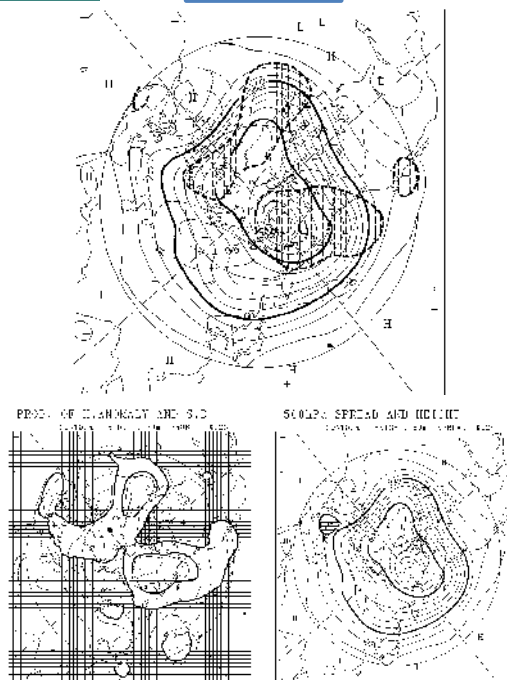


予報資料の解釈(各週) 北半球循環場

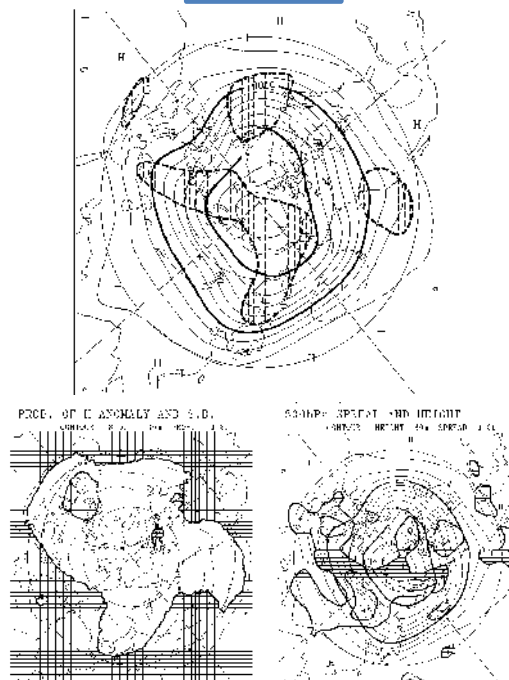
500hPa高度は、1週目は中央シベリアでリッジ、バイカル湖の東でトラフ、北日本は弱いリッジとなる。2週目は中緯度帯で波列が明瞭で、中央シベリアでリッジ、サハリン付近ではトラフとなる。日本谷傾向だが、日本付近は正偏差。3～4週目も、日本谷傾向が持続するが、北日本中心に正偏差で、日本付近は暖かい空気に覆われやすい。ただし、沿海州付近を中心にスプレッドが大きくなっており、トラフの位置や強さには不確実性がある。こうしたことから、3～4週目は、北・東・西日本の高温確率をガイダンスより気候値に近づけた。

500hPa高度

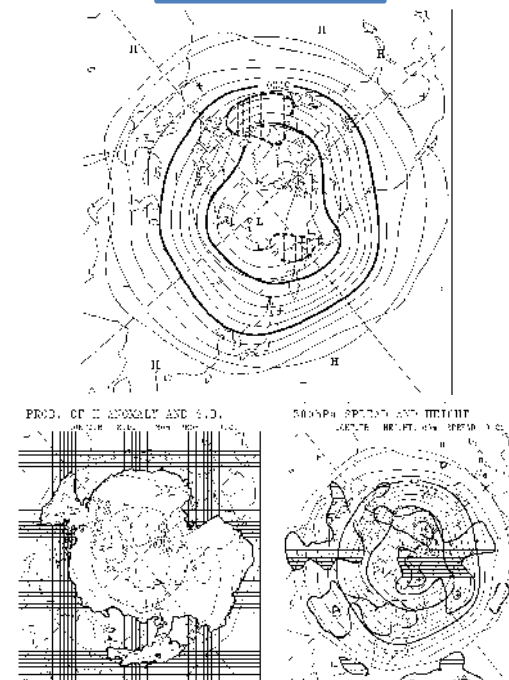
1週目



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、日本付近では、1週目は正偏差、2週目も正偏差だが偏差は小さくなる。3～4週目は北日本を中心に正偏差。沖縄・奄美付近は平年との隔たりは小さい。

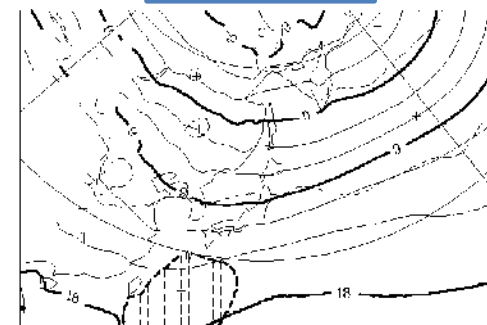
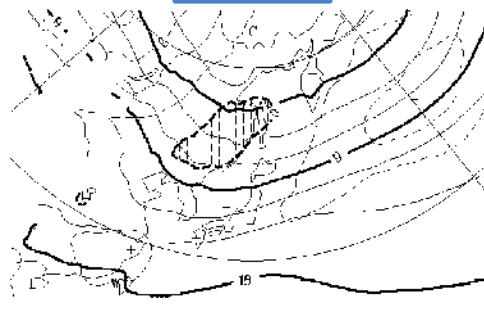
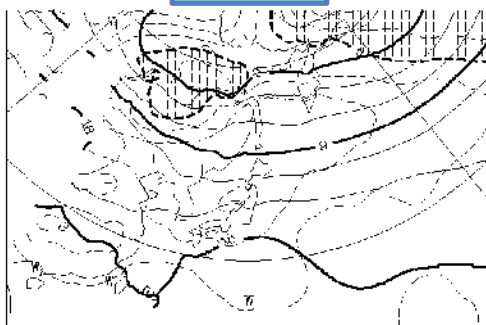
海面気圧は、1週目は日本の南は台風第25号に対応する低気圧で、東日本太平洋側中心に暖かく湿った空気が流れ込みやすい。西日本と沖縄・奄美は大陸から移動する高気圧に覆われやすい。2週目はオホーツク海に低気圧で負偏差、東日本以西は正偏差で、北日本中心に暖かい空気が流れ込みやすいほか、東・西日本も暖かい空気に覆われやすい。3～4週目は、日本付近は、大陸から移動する高気圧に覆われやすくなる。

1週目

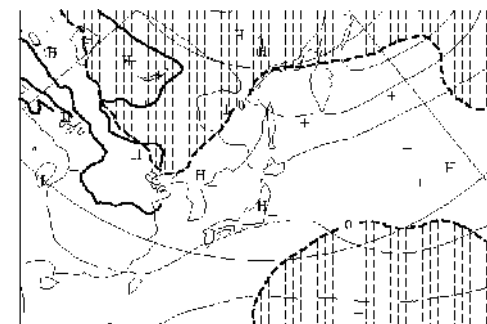
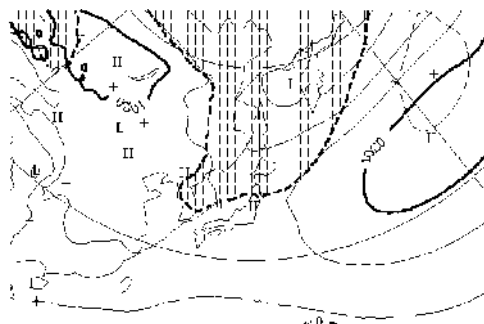
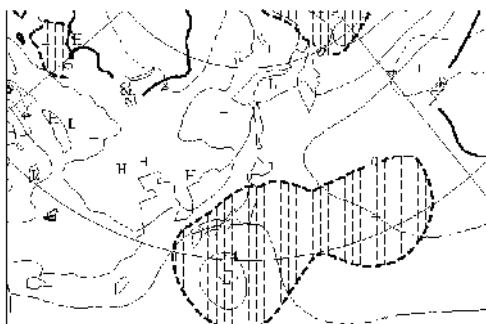
2週目

3～4週目

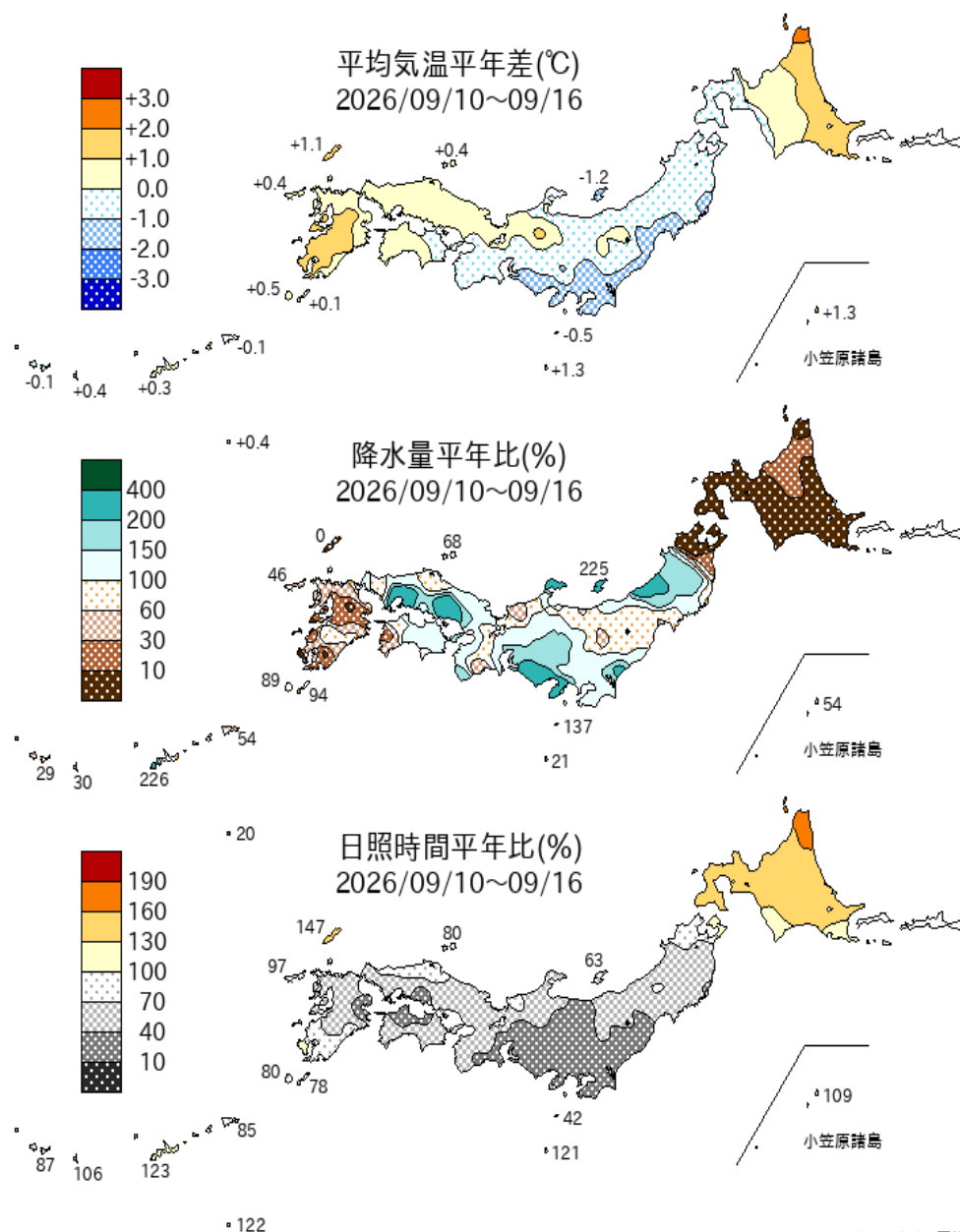
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(9月10日~9月16日)は、北日本を移動性高気圧が通過しやすかったため、北海道地方は、晴れた日が多く、降水量は平年を下回り、日照時間は平年を上回りました。一方、13日頃までは本州の南岸に秋雨前線が停滞し、14日には日本海沿岸まで北上し、その後再び本州南岸までゆっくり南下しました。この影響により、東北地方以南では曇りや雨の日が多くなりました。このため、東北地方から西日本にかけて、日照時間は平年を下回り、降水量は九州を除き、平年を上回った所が多くなりました。沖縄・奄美では、湿った空気の影響で大雨となった所もありましたが、高気圧に覆われやすく、日照時間は平年を上回り、降水量は平年を下回った所が多くなりました。秋雨前線や14日頃にオホーツク海に進んだ低気圧に向かって、暖かい空気が流れ込みやすく、気温は平年を上回った所が多くなりましたが、東北地方と東日本太平洋側では、天気がぐずついたことや冷涼な東寄りの風の影響を受けやすかったため、気温は平年を下回りました。