

全般季節予報支援資料 1か月予報

2026年9月24日

予報期間：9月26日～10月25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	10:30:60	30:30:40 30:30:40	30:40:30 30:30:40	
東日本	日本海側 太平洋側	10:40:50	30:40:30 30:40:30	30:40:30 30:30:40	
西日本	日本海側 太平洋側	10:30:60	40:30:30 40:40:20	20:40:40 20:40:40	
沖縄・奄美		10:20:70	40:40:20	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	10:20:70	30:50:20	20:30:50
東日本	10:40:50	20:40:40	20:30:50
西日本	10:20:70	10:40:50	20:30:50
沖縄・奄美	10:20:70	10:30:60	20:30:50

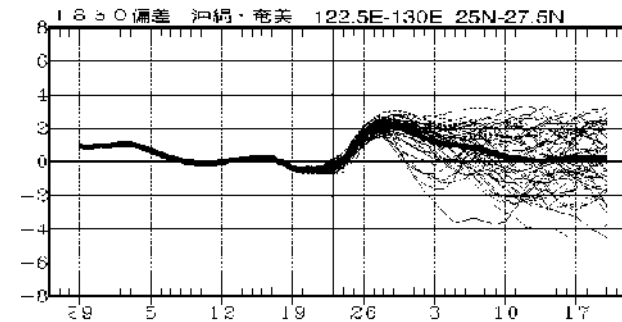
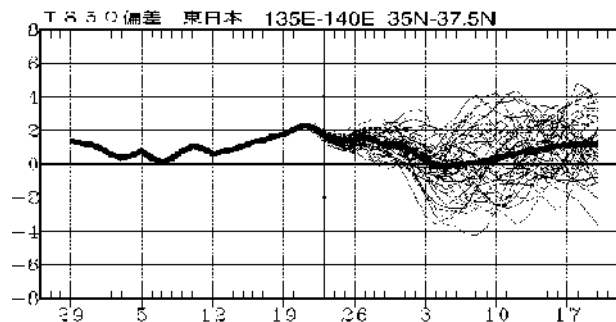
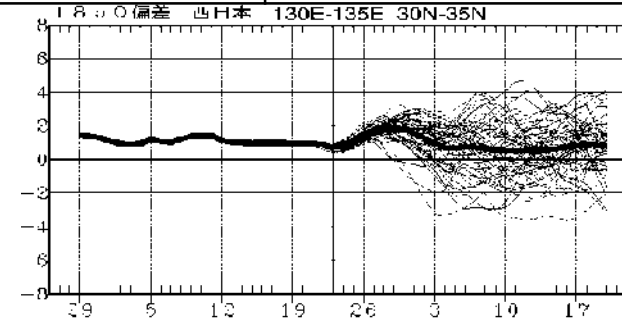
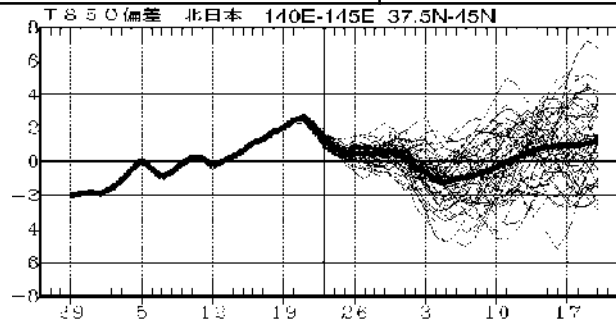
全般1か月予報のポイント

- ・向こう1か月の気温は、暖かい空気に覆われやすいため、全国的に高いでしょう。
- ・西日本と沖縄・奄美では高気圧に覆われやすいでしょう。このため、向こう1か月の降水量は西日本太平洋側と沖縄・奄美で平年並か少なく、向こう1か月の日照時間は西日本と沖縄・奄美で平年並か多いでしょう。
- ・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。

各週における天候のポイント(気温)

	1週目(9/26～10/2)	2週目(10/3～10/9)	3～4週目(10/10～10/23)
想定される天候(気温)	全国的に高温。	東日本は高温傾向。西日本と沖縄・奄美は高温。北日本は平年並。	全国的に高温。
根拠	北日本ではオホーツク海付近に進む低気圧に向かい暖かい空気が流れこみやすいほか、東日本以西では暖かい空気に覆われやすい。(P12,P13参照)	東日本以西では暖かい空気に覆われやすい。(P12,P13参照)	全国的に暖かい空気に覆われやすい。(P12,P13参照)

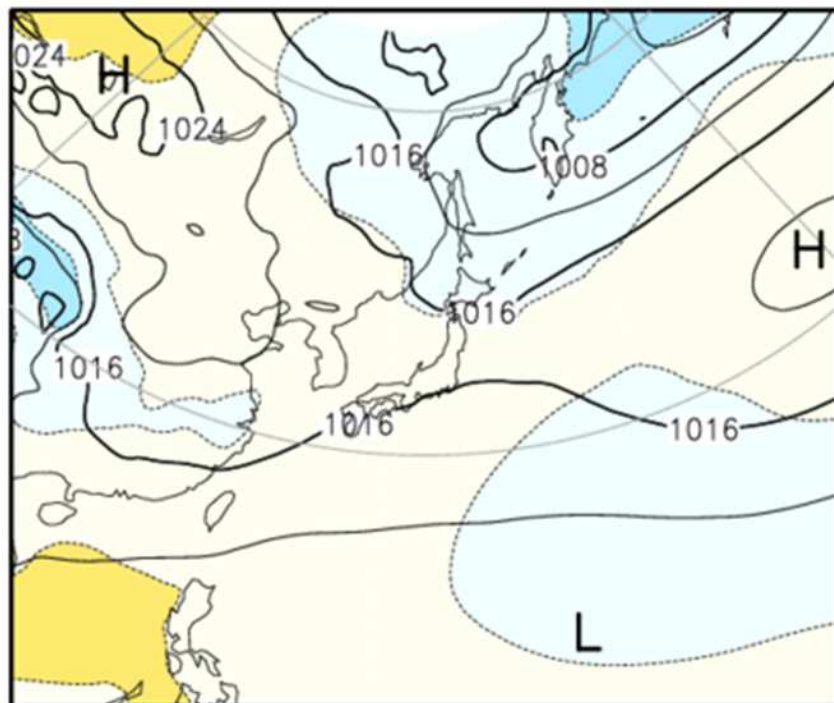
850hPa気温 偏差時系列



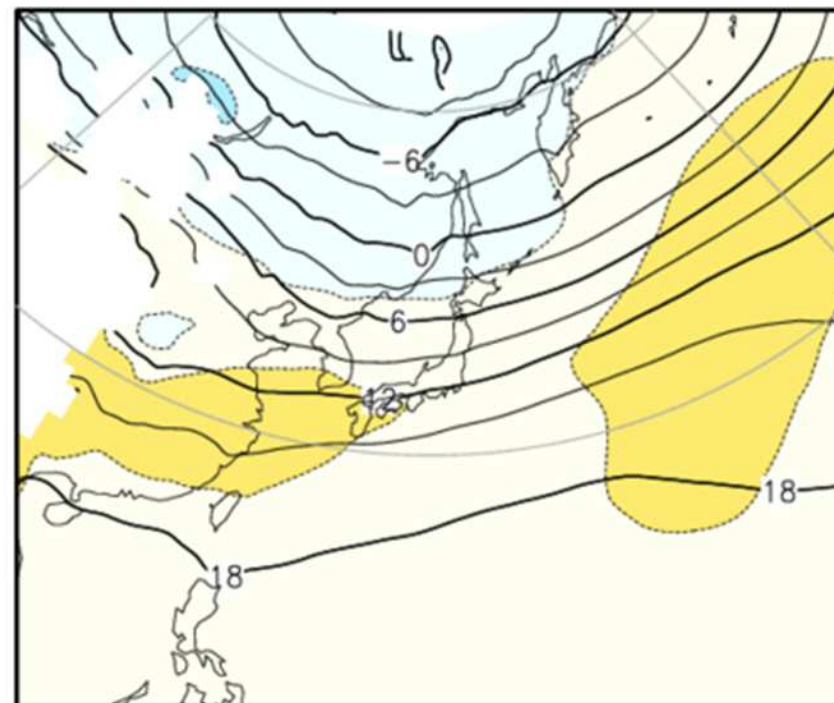
各週における天候のポイント(天気)

	1週目(9/26～10/2)	2週目(10/3～10/9)	3～4週目(10/10～10/23)
想定される 天候 (天気)	北日本日本海側と東・西日本では、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。 北日本太平洋側では、天気は数日の周期で変わるでしょう。 沖縄・奄美では、台風第26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。	全国的に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、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	北日本日本海側と東・西日本では秋雨前線や湿った空気の影響を受けやすい。沖縄・奄美では台風第26号や湿った空気の影響を受けやすい。北日本日本海側と沖縄・奄美で多雨傾向・寡照傾向。北日本太平洋側で多雨傾向。東・西日本で多雨傾向・寡照。 (P10-P13参照)	全国的に高気圧に覆われやすいため、少雨傾向・多照傾向。 (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、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)

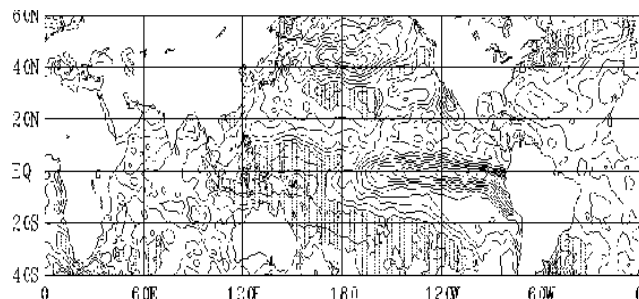


1か月平均の海面気圧(左図)は、北海道以北で負偏差で弱い気圧の谷となっている一方、本州以南では正偏差となっています。期間のはじめは、全国的に秋雨前線や湿った空気の影響を受けやすいですが、その後は西日本や沖縄・奄美を中心に高気圧に覆われやすくなるでしょう。

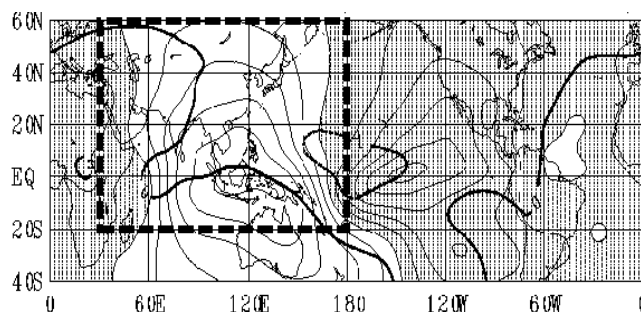
上空約1500mの気温(右図)は、西日本から沖縄・奄美を中心に平年より高く、全国的に暖かい空気に覆われやすいでしょう。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

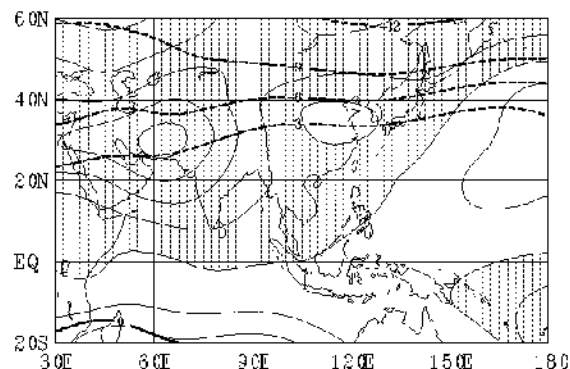
SST偏差



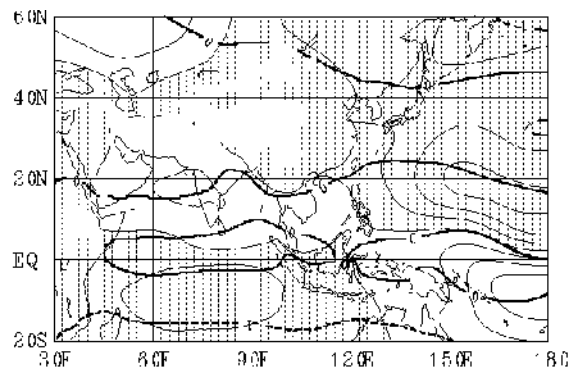
200hPa速度ポテンシャル



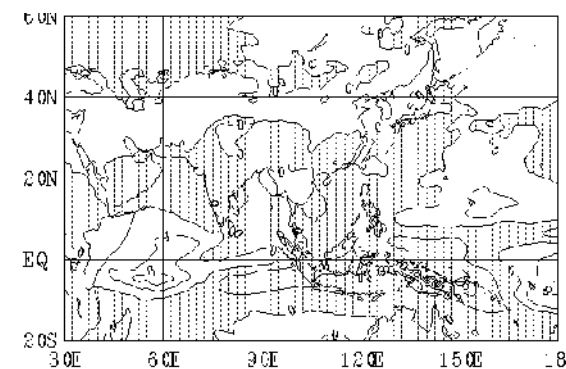
200hPa流線関数



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。

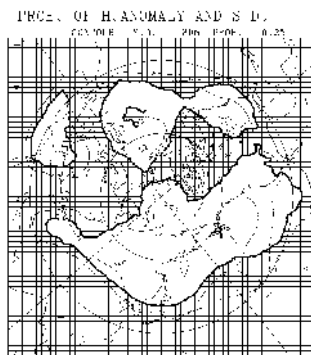
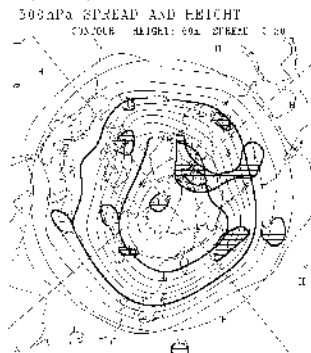
200hPa速度ポテンシャルは、熱帯の対流活動に対応して太平洋熱帯域の中部から東部で上層発散偏差、インドネシア付近を中心に上層収束偏差。

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。中東の北部を中心に低気圧性循環偏差。また、華北付近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東海上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。インド洋赤道域の東部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

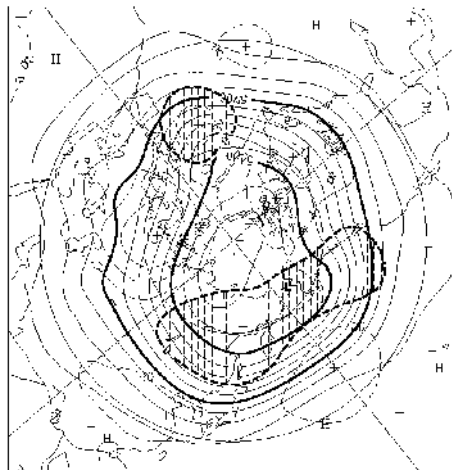


500hPa高度は、北緯50度から70度帯で波列が卓越し、ロシア西部でリッジで正偏差、中央シベリアから東シベリアでトラフで負偏差。東アジアでは東西に正偏差が広がる。日本付近も正偏差だが、日本の東海上の高度はその東西に比べて相対的に低い。

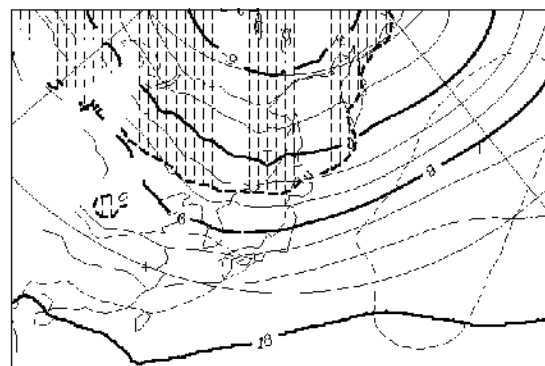
850hPa気温は、西日本から沖縄・奄美を中心に正偏差。

海面気圧は、カムチャツカ半島付近に低気圧があり、北海道以北は負偏差の一方、東北以南は正偏差。期間のはじめは北・東・西日本中心に秋雨前線や湿った空気の影響を受けやすいが、その後は西日本や沖縄・奄美を中心に大陸から移動する高気圧に覆われやすくなる。

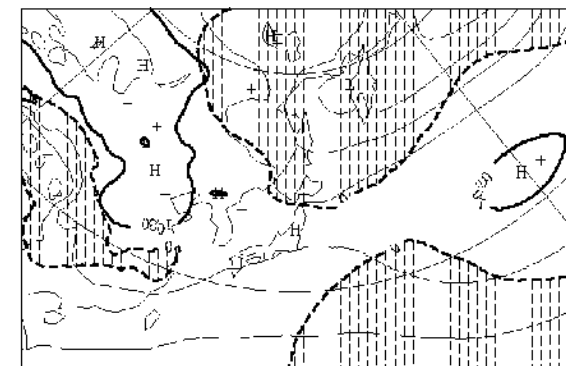
500hPa高度



850hPa気温

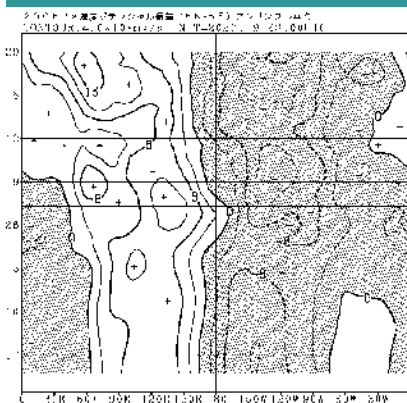


海面気圧



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。

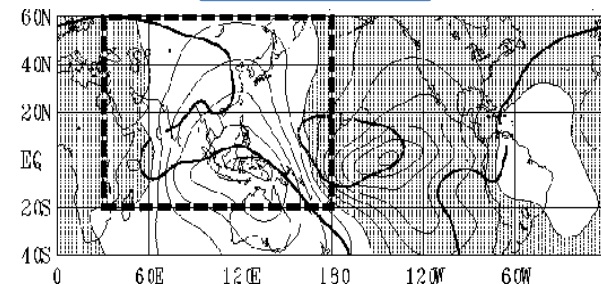
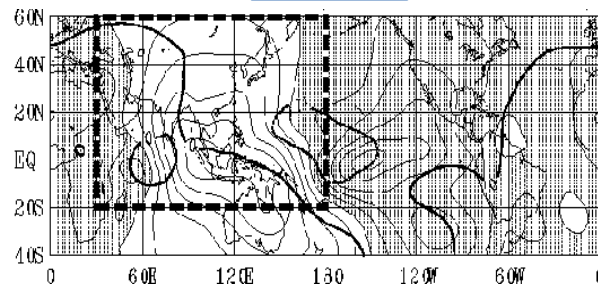
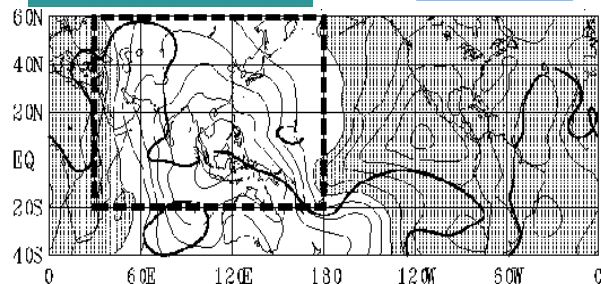
降水量は、期間を通じて、日付変更線付近の赤道域、ミクロネシア付近、インド洋赤道域の西部で多雨偏差。インド洋赤道域の東部からメラネシア付近で少雨偏差。1週目はフィリピンの北で多雨偏差。2週目は、フィリピンの東で多雨偏差。日本付近は、1週目は本州付近で多雨偏差、2週目は全国的に少雨偏差。3～4週目は本州から沖縄・奄美中心に弱い少雨偏差。

200hPa速度ポテンシャル

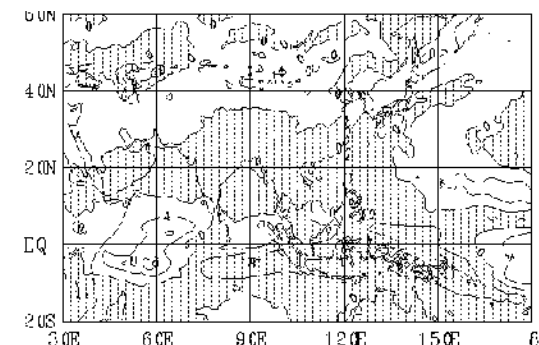
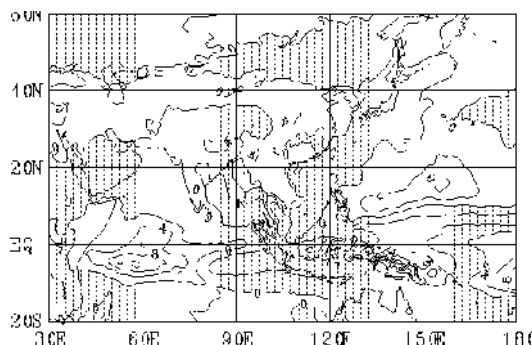
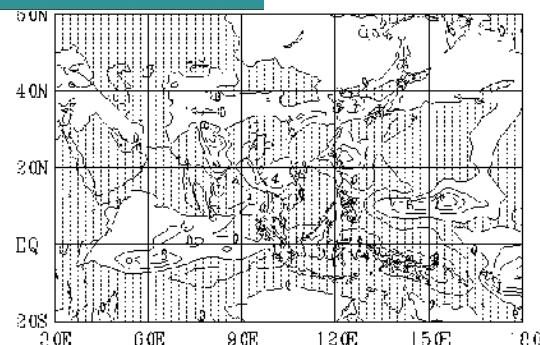
1週目

2週目

3～4週目



降水量偏差



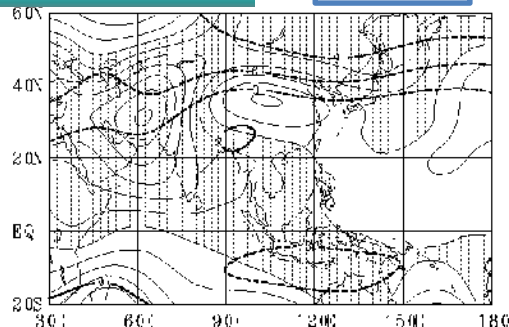
予報資料の解釈(各週) 熱帯循環場

200hPa流線関数は、期間を通して中東の北部を中心に低気圧性循環偏差、日付変更線付近では高気圧性循環偏差。日本周辺では、1週目は華北付近を中心に高気圧性循環偏差、北海道付近で低気圧性循環偏差で偏西風は東アジアから日本付近で強い。2週目はこれらの偏差が全体に東に移動するため、偏西風は日本の東で南に蛇行する。3～4週目は日本の東で高気圧性循環偏差で、日本付近では偏西風は弱い。

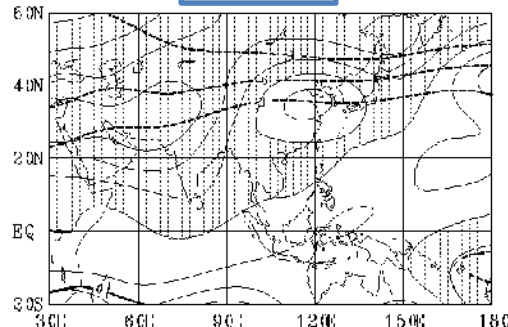
850hPa流線関数は、期間を通して、日付変更線付近から日本の南東海上で低気圧性循環偏差。1週目は日本の南で高気圧性循環偏差で日本付近に暖かく湿った空気が入りやすい。2週目以降はこの高気圧性循環偏差は解消し、低気圧性循環偏差となる。

200hPa流線関数

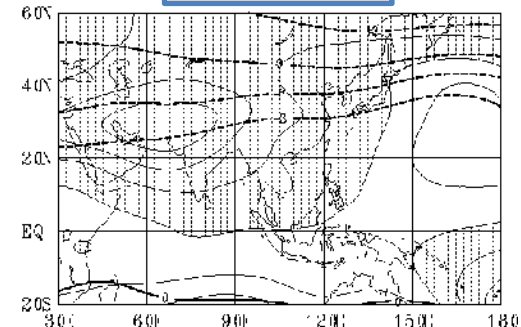
1週目



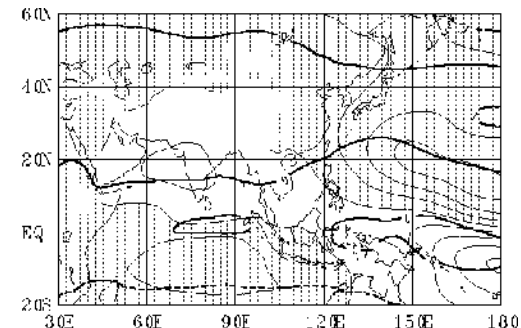
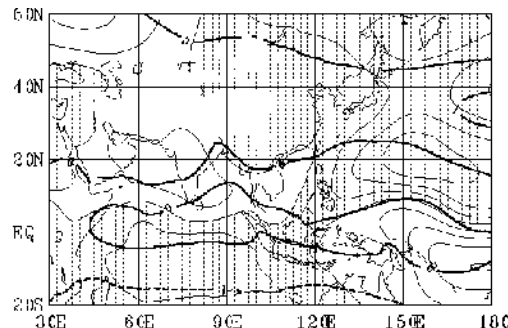
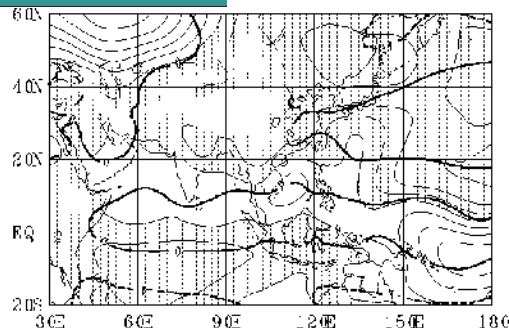
2週目



3～4週目



850hPa流線関数



予報資料の解釈(各週) 北半球循環場

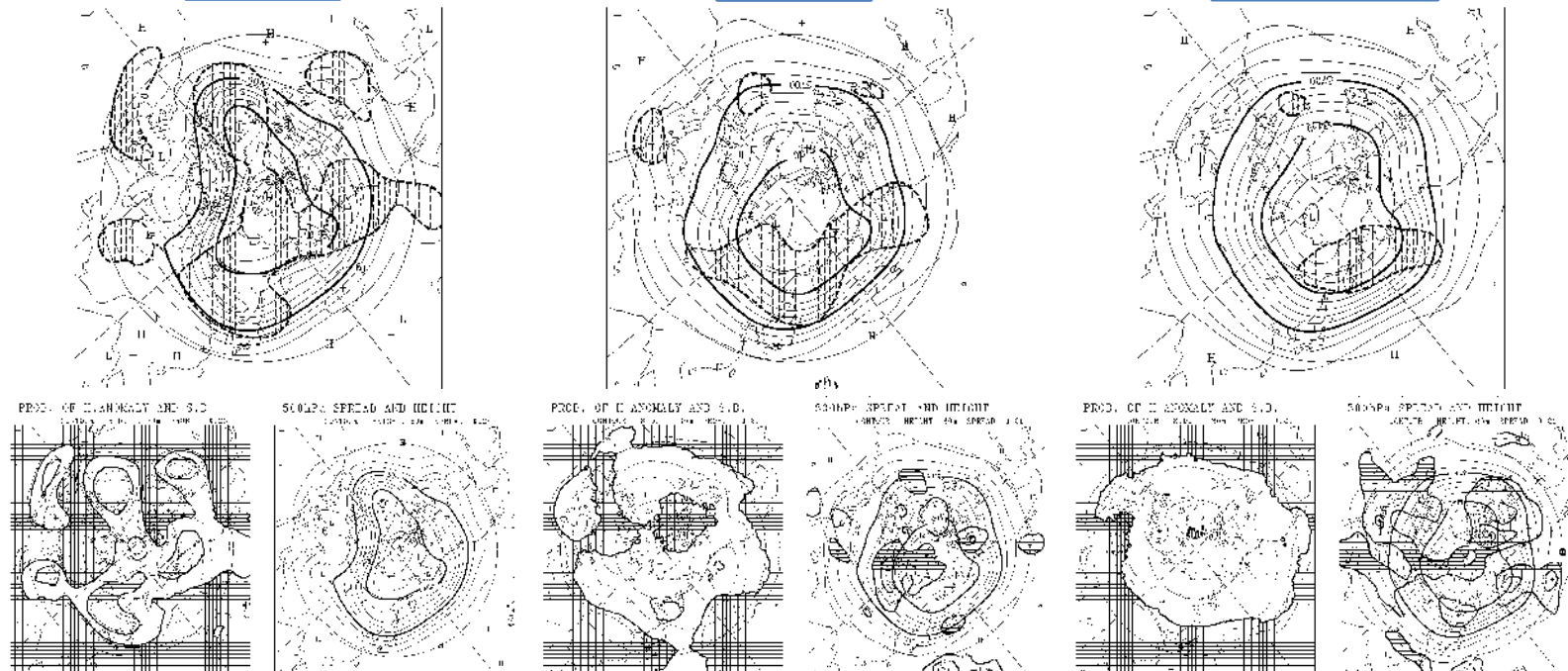
500hPa高度は、1週目はロシア西部でリッジが卓越。バイカル湖付近から北日本付近は負偏差の一方、その南は正偏差でゾーナルな流れが卓越し、傾圧性が強く、中国から日本付近での秋雨前線が明瞭となる。北海道付近は負の高偏差確率50%以上の領域に覆われる。2週目は北日本の東で弱いトラフで負偏差となり、弱い東谷傾向で秋雨前線の活動は弱まる。3～4週目は、極東域では東シベリアで負偏差のほかは広く正偏差で、北緯40度帯を中心に帯状に偏差が大きい。日本付近は弱い日本谷。3～4週目は、オホーツク海付近でスプレッドが大きく、日本の北のトラフの位置や強さ、それに伴う寒気の南下には不確実性が大きい。こうしたことから、特に3～4週目は、低温確率をガイダンスより大きくした。

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週目は西日本から沖縄・奄美を中心に正偏差、2週目は北日本を中心として負偏差になる一方、沖縄・奄美を中心に正偏差が持続する。北日本の負偏差は下層ほど小さく、地上付近はほぼ平年並。3～4週目は再び全国的に正偏差に移行する。

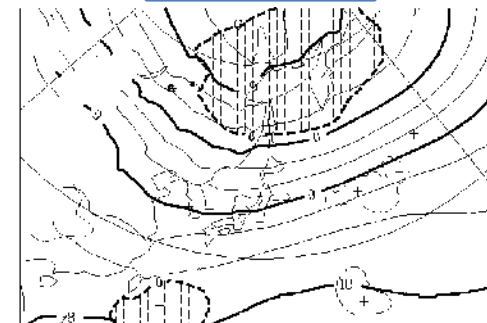
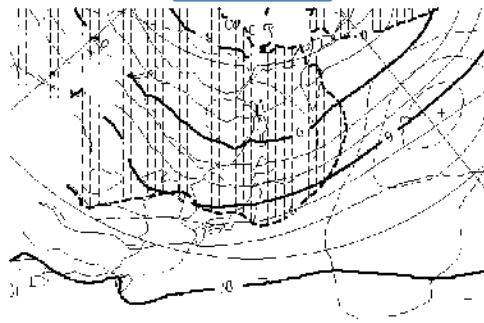
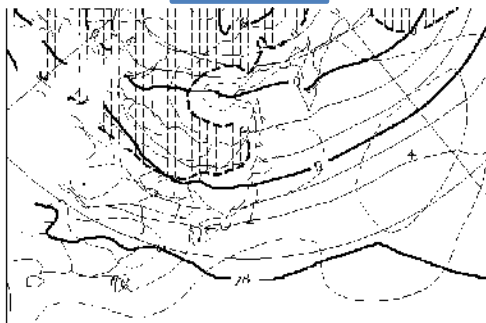
海面気圧は、1週目はオホーツク海に低気圧があり、この付近を中心とした負偏差の一方、日本の南は正偏差で、日本付近では高気圧周辺の湿った空気が入り、秋雨前線の影響を受けやすい。台湾の東に台風第26号に対応する負偏差が見られ、沖縄・奄美に影響する可能性がある。2週目は日本付近は、大陸から移動する高気圧に覆われやすくなる。3～4週目は日本付近は正偏差で西日本や沖縄・奄美を中心に高気圧に覆われやすいが、北日本では弱い気圧の谷となり、低気圧の影響をやや受けやすい。

1週目

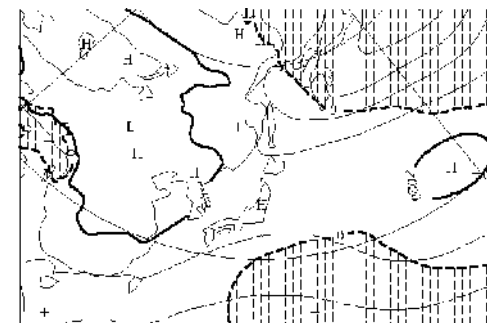
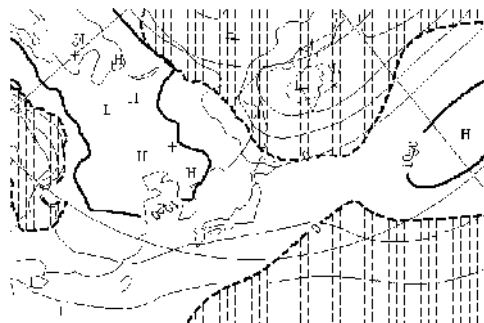
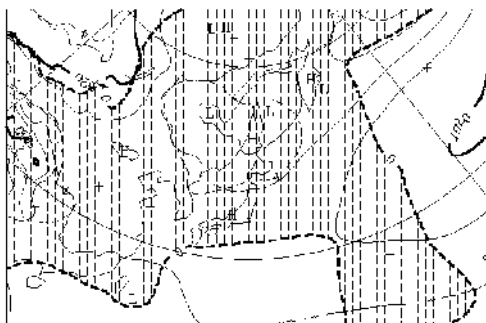
2週目

3～4週目

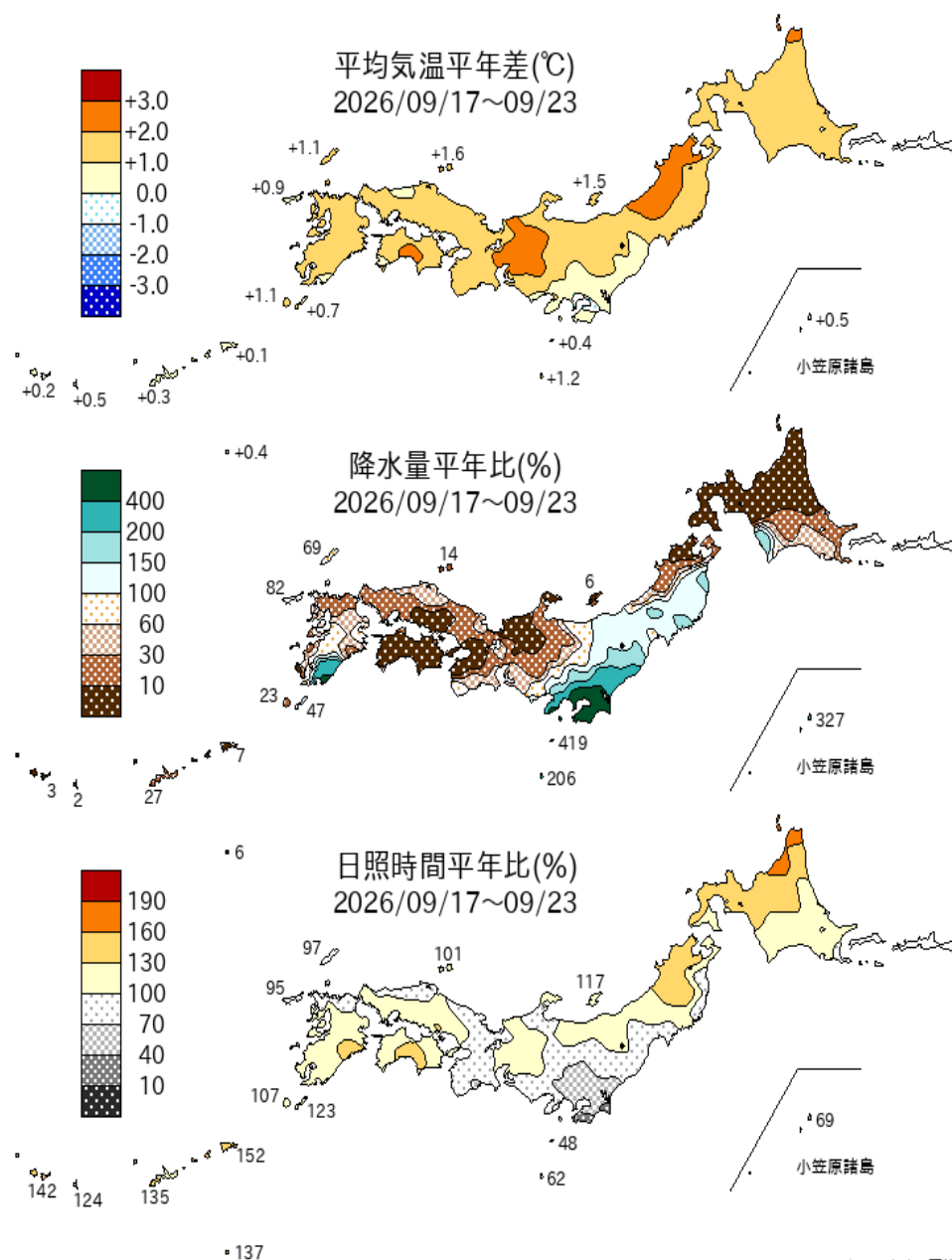
850hPa気温



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(9月17日~9月23日)は、19日頃までは、北日本は日本海側中心に高気圧に覆われて晴れた所が多かった一方、秋雨前線が本州南岸に停滞し、東北太平洋側と東・西日本では曇りや雨の所が多くなりました。特に、18日頃は宮崎県で大雨となった所がありました。20日から21日には台風第25号が日本の南を北上し、関東地方に接近したため、関東地方や伊豆諸島北部で記録的な大雨となった所がありました。21日の日最大48時間降水量が東京都大島で832ミリ、千葉県千葉で419ミリなど、統計開始以降で最も多くなりました。22日以降は、高気圧に覆われたため、東日本を除き、晴れた所が多くなりました。このため、降水量は北日本日本海側や東海地方以西で平年を下回った所が多かった一方、関東甲信地方や東北太平洋側で平年を上回りました。日照時間は北・西日本で平年を上回った所が多かった一方、東日本太平洋側で平年を下回った所が多くなりました。沖縄・奄美では、高気圧に覆われて晴れた日が多く、降水量は平年を下回り、日照時間は平年を上回りました。全国的に暖かい空気に覆われたため、気温は全国で平年を上回りました。