

全般季節予報支援資料 1か月予報

2026年10月22日

予報期間：10月24日～11月23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・西日本と沖縄・奄美では、期間のはじめ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

北日本日本海側では、平年に比べ曇りや雨の日が多いでしょう。

北日本太平洋側では、平年に比べ晴れの日が少ないでしょう。

東日本日本海側では、期間の前半は、天気は数日の周期で変わりますが、平年に比べ曇りや雨の日が多いでしょう。期間の後半は、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。

東日本太平洋側と西日本では、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少ないでしょう。

沖縄・奄美では、天気は数日の周期で変わるでしょう。

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	20:50:30	20:40:40 20:40:40	40:40:20 40:40:20	
東日本	日本海側 太平洋側	10:30:60	20:30:50 20:30:50	40:40:20 50:30:20	
西日本	日本海側 太平洋側	10:20:70	20:30:50 20:30:50	50:30:20 50:30:20	
沖縄・奄美		10:20:70	30:30:40	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	30:50:20	40:40:20	20:40:40
東日本	10:20:70	20:40:40	10:30:60
西日本	10:10:80	20:40:40	10:30:60
沖縄・奄美	10:10:80	10:40:50	10:30:60

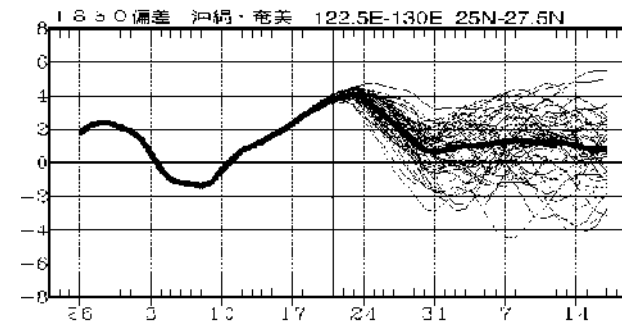
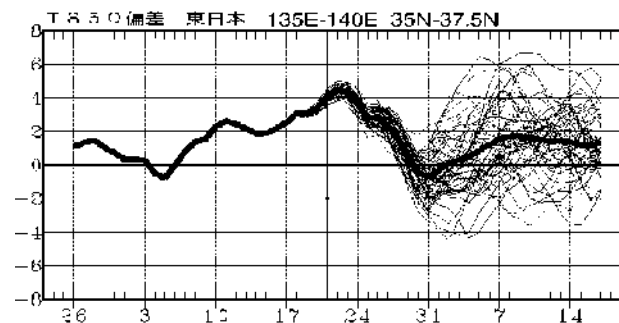
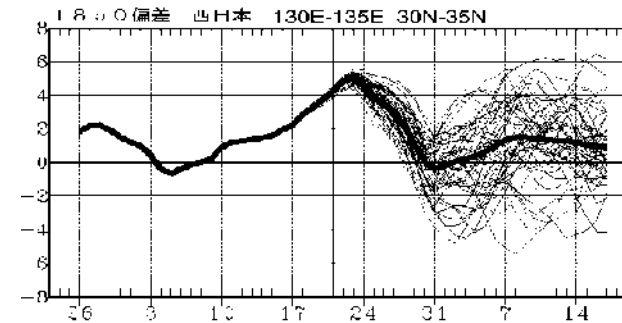
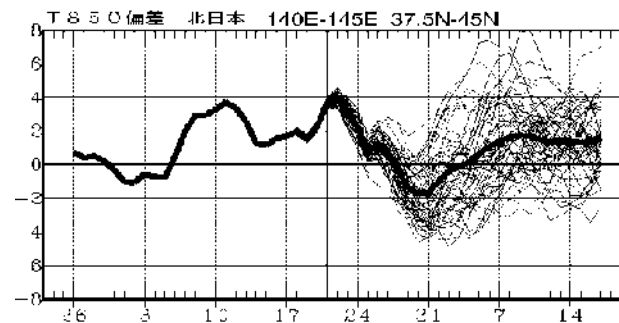
全般1か月予報のポイント

- ・向こう1か月の気温は、暖かい空気に覆われやすいため、東・西日本と沖縄・奄美では高いでしょう。特に、期間のはじめは気温がかなり高くなる見込みです。
- ・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、東・西日本で多く、北日本では平年並か多いでしょう。向こう1か月の日照時間は、東日本太平洋側と西日本では少なく、北日本と東日本日本海側では平年並か少ないでしょう。

各週における天候のポイント(気温)

	1週目(10/24~10/30)	2週目(10/31~11/6)	3~4週目(11/7~11/20)
想定される天候(気温)	東・西日本と沖縄・奄美は高温で、かなり高い見込み。北日本では平年並。	沖縄・奄美では高温、東・西日本は高温傾向。北日本では低温傾向。	東・西日本と沖縄・奄美では高温。北日本では高温傾向。
根拠	東・西日本と沖縄・奄美では暖かい空気が流れ込みやすい。 (P12,P13参照)	沖縄・奄美を中心に暖かい空気に覆われやすい一方、北日本では寒気の影響を受けやすい(P12,P13参照)	東・西日本と沖縄・奄美を中心に暖かい空気に覆われやすい。(P12,P13参照)

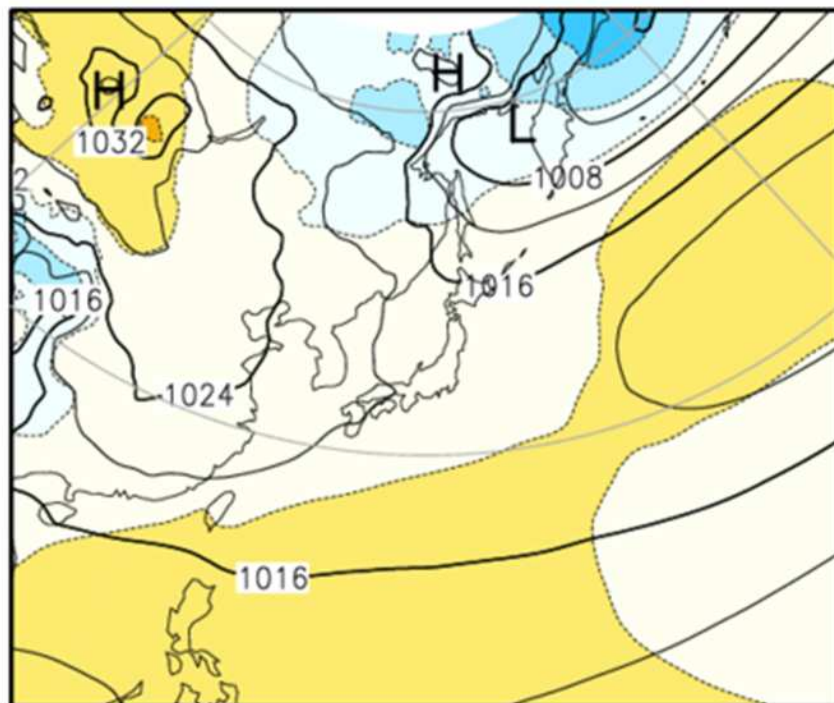
850hPa気温 偏差時系列



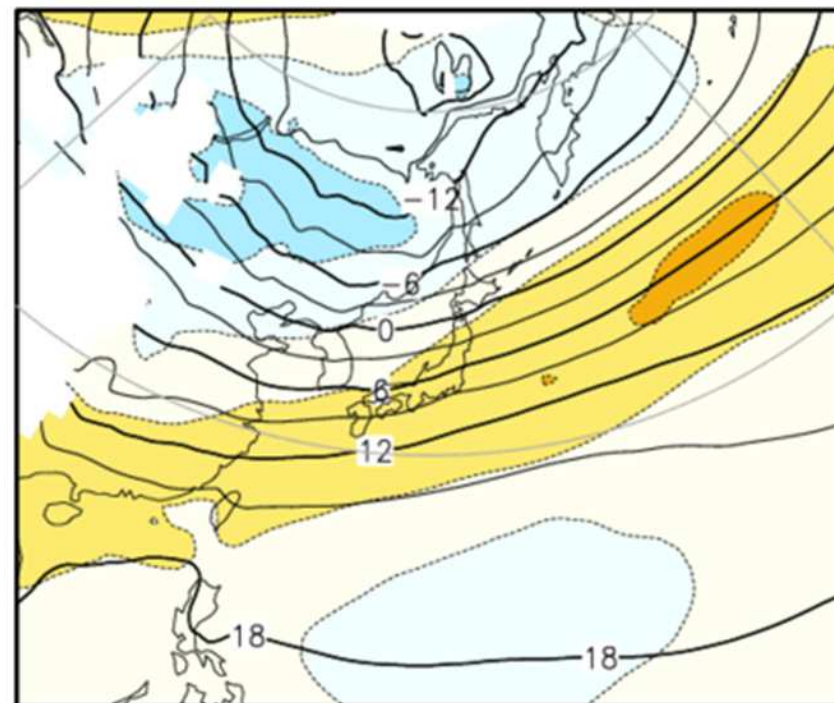
各週における天候のポイント(天気)

	1週目(10/24～10/30)	2週目(10/31～11/6)	3～4週目(11/7～11/20)
想定される 天候 (天気)	北日本では、低気圧や前線、湿った空気の影響を受けやすいため、平年に比べ曇りや雨の日が多いでしょう。 東・西日本では、天気は数日の周期で変わりますが、低気圧や前線、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。 沖縄・奄美では、天気は数日の周期で変わるでしょう。	北日本日本海側では、寒気の影響を受けやすいため、平年に比べ曇りや雨の日が多いでしょう。 北日本太平洋側では、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。 東・西日本では、天気は数日の周期で変わりますが、低気圧や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、天気は数日の周期で変わるでしょう。	北・東日本日本海側では、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。 北日本太平洋側では、低気圧や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。 東日本太平洋側と西日本では、天気は数日の周期で変わりますが、低気圧や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、天気は数日の周期で変わるでしょう。
根拠	台風第30号の影響で日本付近には湿った空気が入りやすく、低気圧や前線の影響を受けやすい。全国的に多雨傾向で、東日本日本海側と西日本では多雨。北・東・西日本は寡照傾向(P10-P13参照)	日本付近は西谷傾向となり、東・西日本では湿った空気が入りやすく、低気圧や前線の影響を受けやすいため、多雨傾向・寡照傾向。北日本日本海側は寒気の影響を受ける時期があるため、寡照傾向(P10-P13参照)	日本付近は西谷傾向となり、北・東日本太平洋側と西日本では湿った空気が入りやすく、低気圧や前線の影響を受けやすい (P10-P13参照)

海面気圧(1か月)



上空約1500mの気温(1か月)

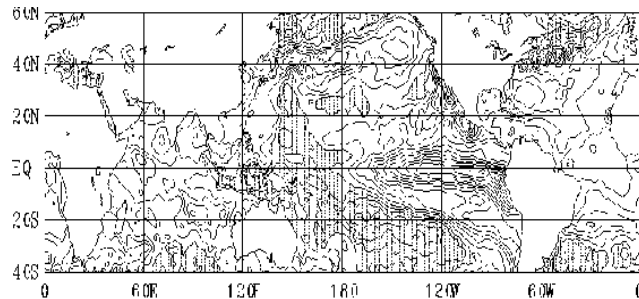


1か月平均の海面気圧(左図)は、日本付近には気圧の谷が予測されています。日本の南から南シナ海付近にかけては平年より高い予測に対し、華中から日本付近にかけては相対的に気圧が低いため、南から湿った空気が入りやすいでしょう。このため、東日本太平洋側と西日本を中心に低気圧や前線の影響を受けやすいでしょう。

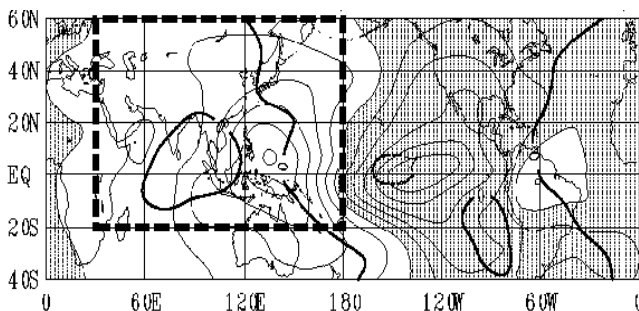
上空約1500mの気温(右図)は、中国東北区からカムチャツカの東付近にかけて平年より低いですが、東・西日本から沖縄・奄美を中心に平年より高く、暖かい空気に覆われやすいでしょう。

予報資料の解釈(1か月) 熱帯循環場

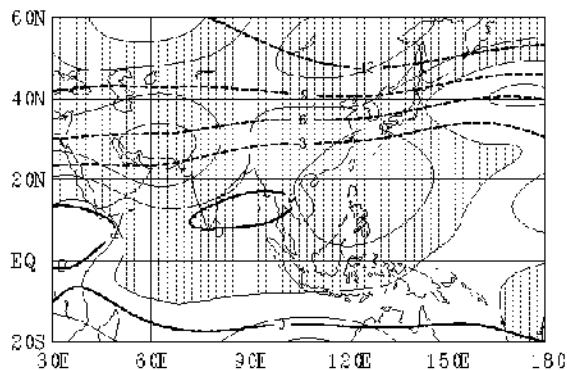
SST偏差



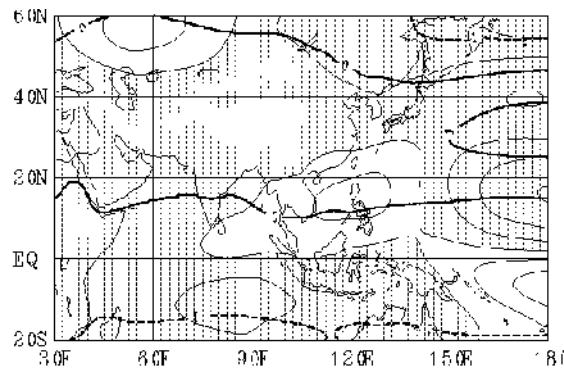
200hPa速度ポテンシャル



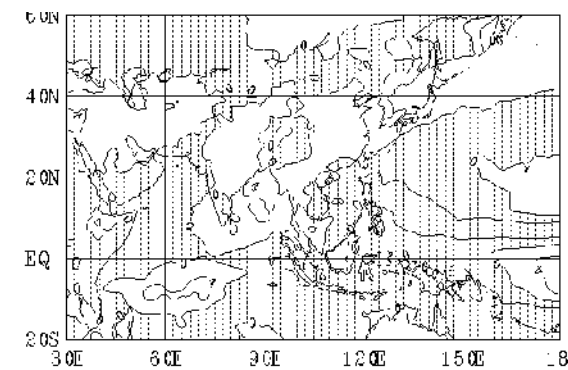
200hPa流線関数



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。

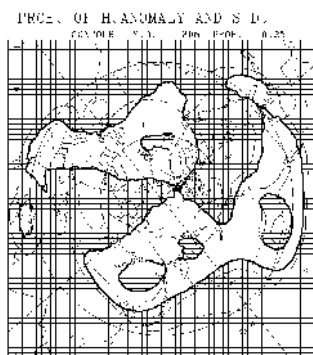
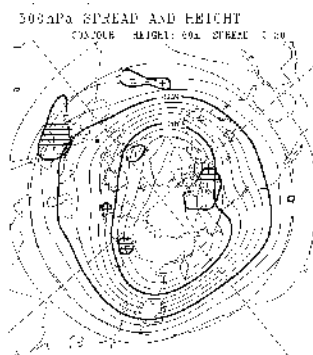
200hPa速度ポテンシャルは、熱帯の対流活動に対応して太平洋熱帯域中部から東部で上層発散偏差、インド洋東部から太平洋熱帯域西部で上層収束偏差。

200hPa流線関数は、これらに対応して、日付変更線付近で高気圧性循環偏差。一方、ユーラシア大陸の中緯度帯では低気圧性循環偏差で、亜熱帯ジェット気流沿いに波列が見られ、東シナ海付近で低気圧性循環偏差、日本のはるか東で高気圧性循環偏差となり、亜熱帯ジェット気流は日本付近で南西から北東に流れる。

850hPa流線関数は、日付変更線付近で低気圧性循環偏差。フィリピン付近では高気圧性循環偏差。

降水量は、赤道域の日付変更線付近やインド洋赤道域からベンガル湾で多雨偏差。フィリピン付近では少雨偏差。日本付近では、東・西日本を中心に多雨偏差。

予報資料の解釈(1か月) 北半球循環場

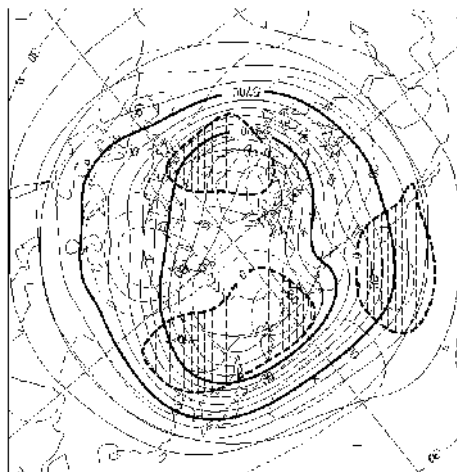


500hPa高度は、北半球の中緯度帯では波列状の偏差パターンとなり、中央アジア北部と日本の東の正偏差及びその間の東シベリアから中国東北区付近にかけての負偏差が明瞭。日本付近はおおむね正の高偏差確率50%以上の領域に覆われる。また、東シベリア付近には負の高偏差確率50%以上の領域が見られる。

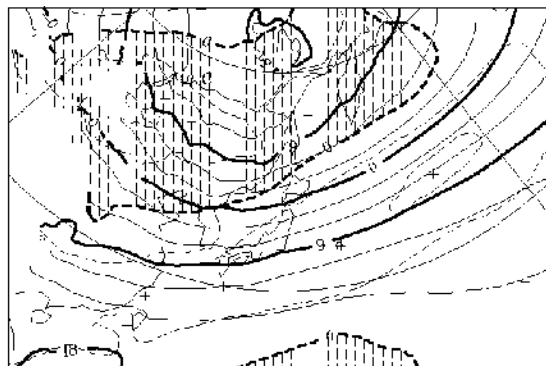
850hPa気温は、中国東北区からカムチャツカの東付近にかけて平年より低い、日本付近では、東・西日本から沖縄・奄美を中心に平年より高く、暖かい空気に覆われやすい。

海面気圧は、日本付近で気圧の谷。日本の南から南シナ海付近にかけては平年より高い予測に対し、華中から日本付近にかけては相対的に気圧が低い。南から湿った空気が入りやすいため、東日本太平洋側と西日本を中心に低気圧や前線の影響を受けやすい。

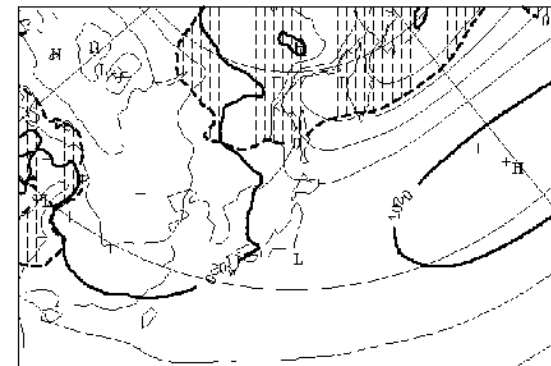
500hPa高度



850hPa気温

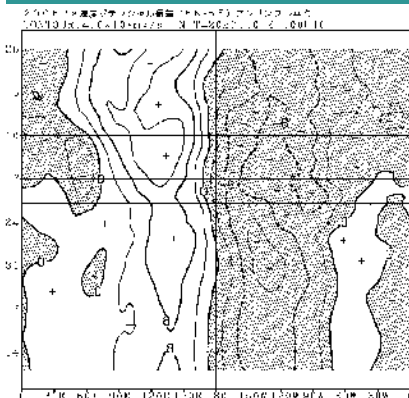


海面気圧



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

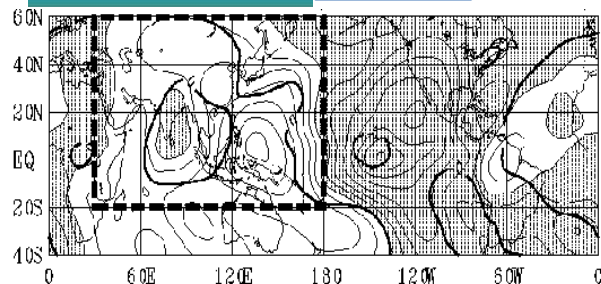


200hPa速度ポテンシャルは、期間を通して太平洋熱帯域の中部から東部を中心に上層発散偏差で、太平洋熱帯域西部は上層収束偏差。熱帯の季節内変動は引き続き不明瞭。

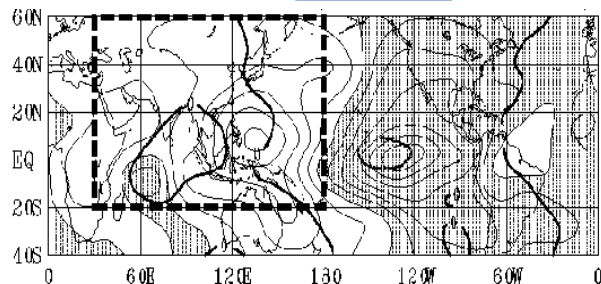
降水量は、期間を通して日付変更線付近の赤道域とベンガル湾付近で多雨偏差で、フィリピン付近では少雨偏差。日本付近では、1週目は東・西日本日本海側を中心に、2週目は東・西日本を中心に多雨偏差。3～4週目は北・東日本太平洋側と西日本を中心に多雨偏差。

200hPa速度ポテンシャル

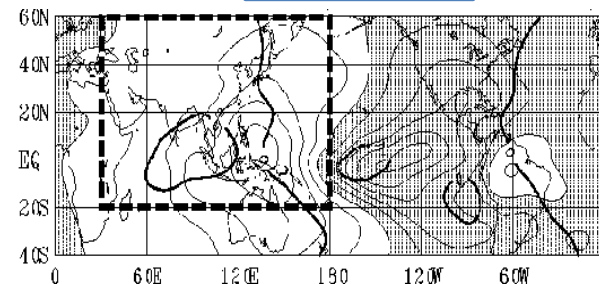
1週目



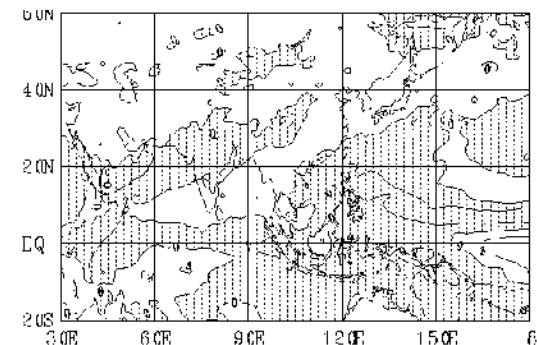
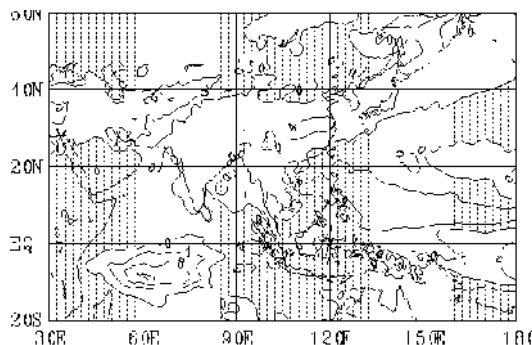
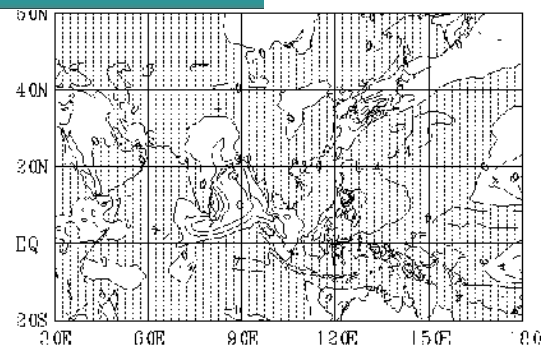
2週目



3～4週目



降水量偏差



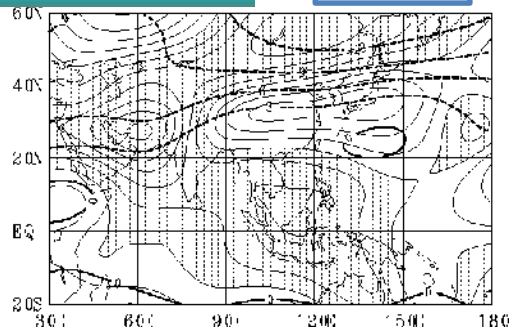
予報資料の解釈(各週) 熱帯循環場

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、アラビア海付近と東シベリアを中心に低気圧性循環偏差。1週目は華中から日本の東にかけて、2週目は日本のはるか東を中心に高気圧性循環偏差。2週目は亜熱帯ジェット気流沿いの波束伝播が明瞭。また、日本付近では亜熱帯ジェット気流が南から北に蛇行しやすい。3～4週目も日本付近ではこの傾向が弱まりながらも続く。

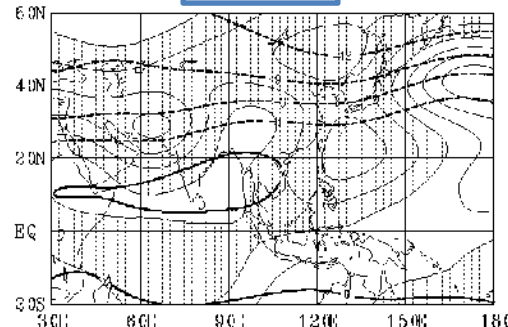
850hPa流線関数は、対流活動に対応して、期間を通して日付変更線付近で低気圧性循環偏差が続く。1週目はフィリピン付近で高気圧性循環偏差、2週目はインド洋東部からフィリピンの東にかけて高気圧性循環偏差が広がり、日本のはるか東でも高気圧性循環偏差。3～4週目にかけてインド洋からフィリピン付近の高気圧性循環偏差が続く。2週目以降、日本付近では東・西日本太平洋側を中心に南からの湿った空気が入りやすい。

200hPa流線関数

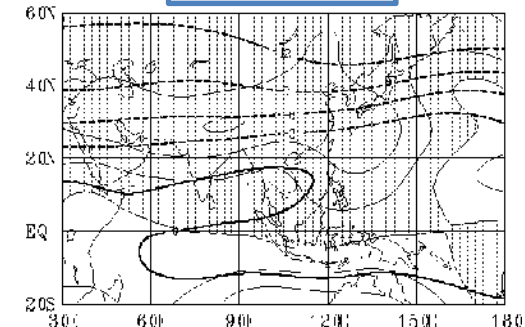
1週目



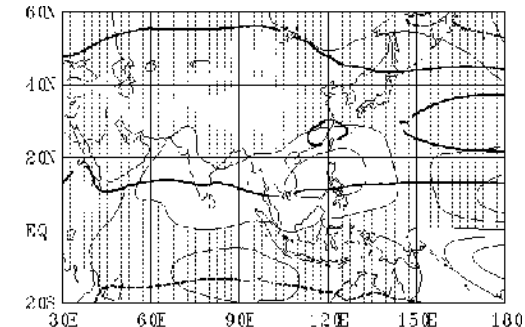
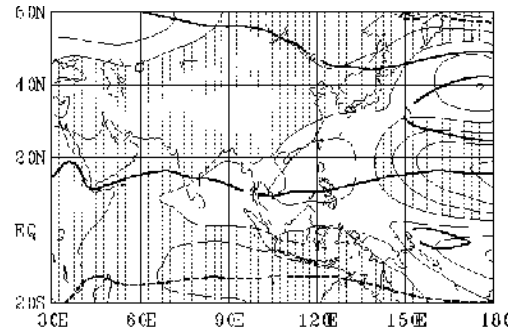
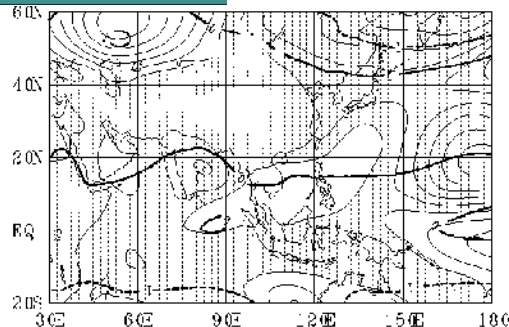
2週目



3～4週目



850hPa流線関数

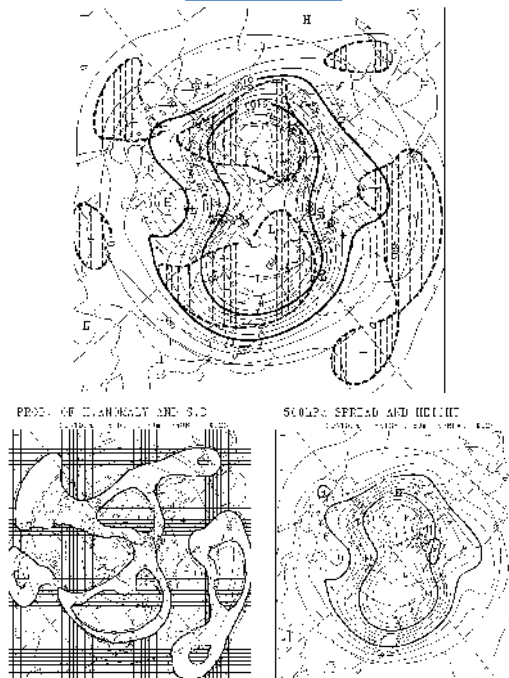


予報資料の解釈(各週) 北半球循環場

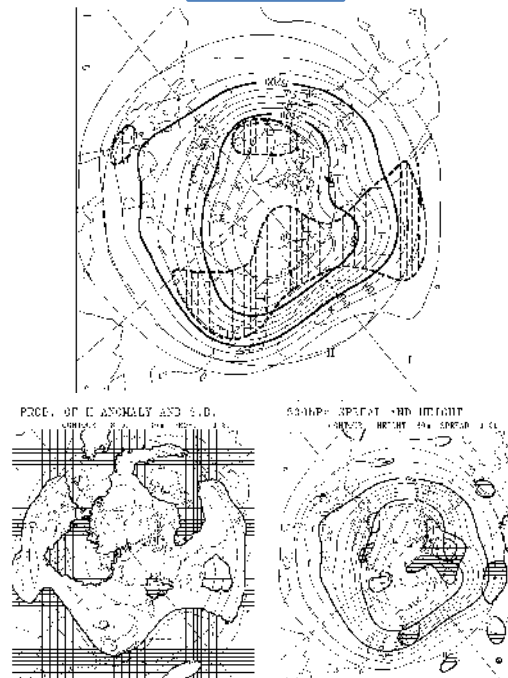
500hPa高度は、1週目は中央アジア北部にブロッキング高気圧があり、極渦は分裂傾向でその一つが東シベリアに南下。寒帯前線ジェット気流沿いの波束伝播により中国東北区ではトラフが明瞭な一方、日本付近は東・西日本を中心に正偏差に覆われる。2週目はこの傾向が弱まるが、中国東北区から北海道付近にかけて負偏差が広がる一方で、日本のはるか東では正偏差が強まる。東・西日本から沖縄・奄美にかけては正偏差に覆われる。ただし、日本の北東でスプレッドが大きく、寒気の南下や日本のはるか東の正偏差の不確実性は大きい。3~4週目は、中国東北区の負偏差は解消する一方、日本のはるか東では正偏差が残る。期間を通して、日本付近では(相対的に)西谷傾向が続く。

500hPa高度

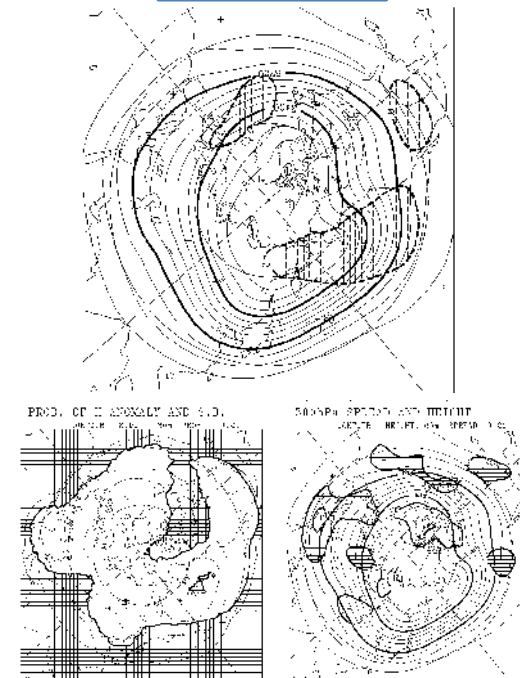
1週目



2週目



3~4週目



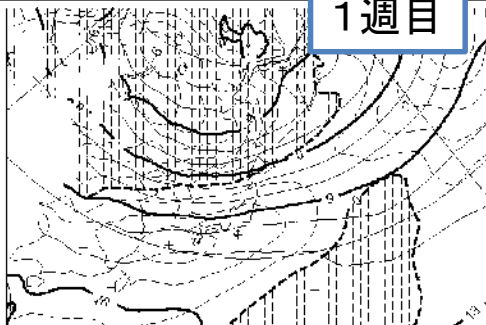
予報資料の解釈(各週) 日本周辺循環場

850hPa気温は、1週目には上空のリッジに対応して東日本以西を中心に正偏差が広がる。1週目から2週目にかけて大陸から北日本にかけてを中心に負偏差が広がり、北日本は寒気の影響が強まる時期が見込まれるが、この寒気の南下の予測には不確実性が大きい。2週目も沖縄・奄美を中心に正偏差。3～4週目は上空のトラフの解消に伴って大陸の負偏差も解消し、日本付近は東日本以西を中心に再び正偏差に覆われる。

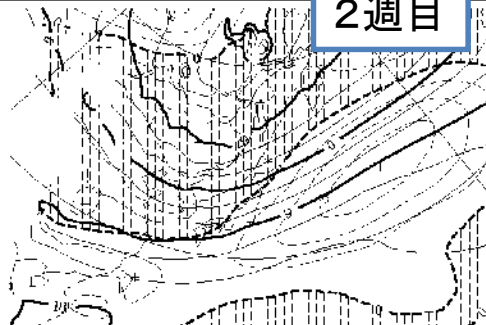
海面気圧は、1週目には日本の北から東シナ海にかけて負偏差となり、北日本から西日本を中心に、低気圧や前線、湿った空気の影響を受けやすい。2週目は日本付近は気圧の谷となる。日本の南から南シナ海付近にかけての正偏差に対し、華中から日本付近にかけては相対的に気圧が低く、東・西日本を中心に湿った空気が入りやすい。3～4週目も東・西日本太平洋側を中心に南からの湿った空気が入りやすい傾向が続く。

850hPa気温

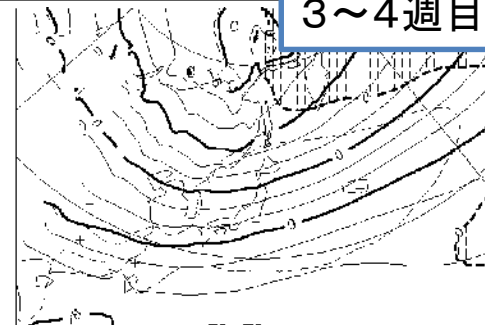
1週目



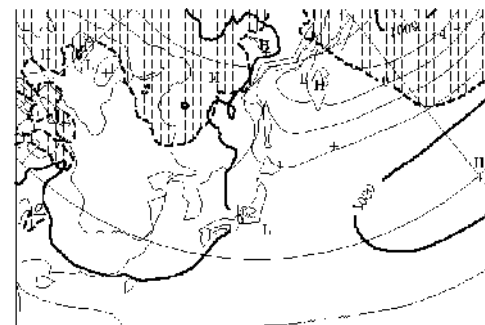
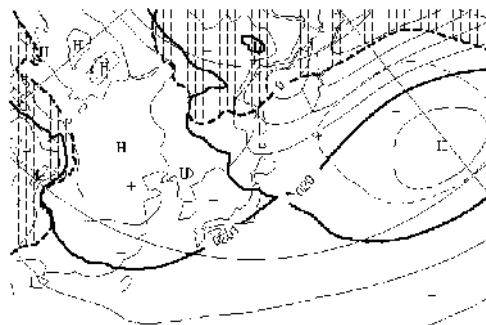
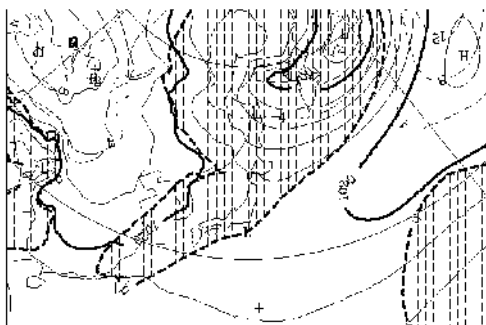
2週目



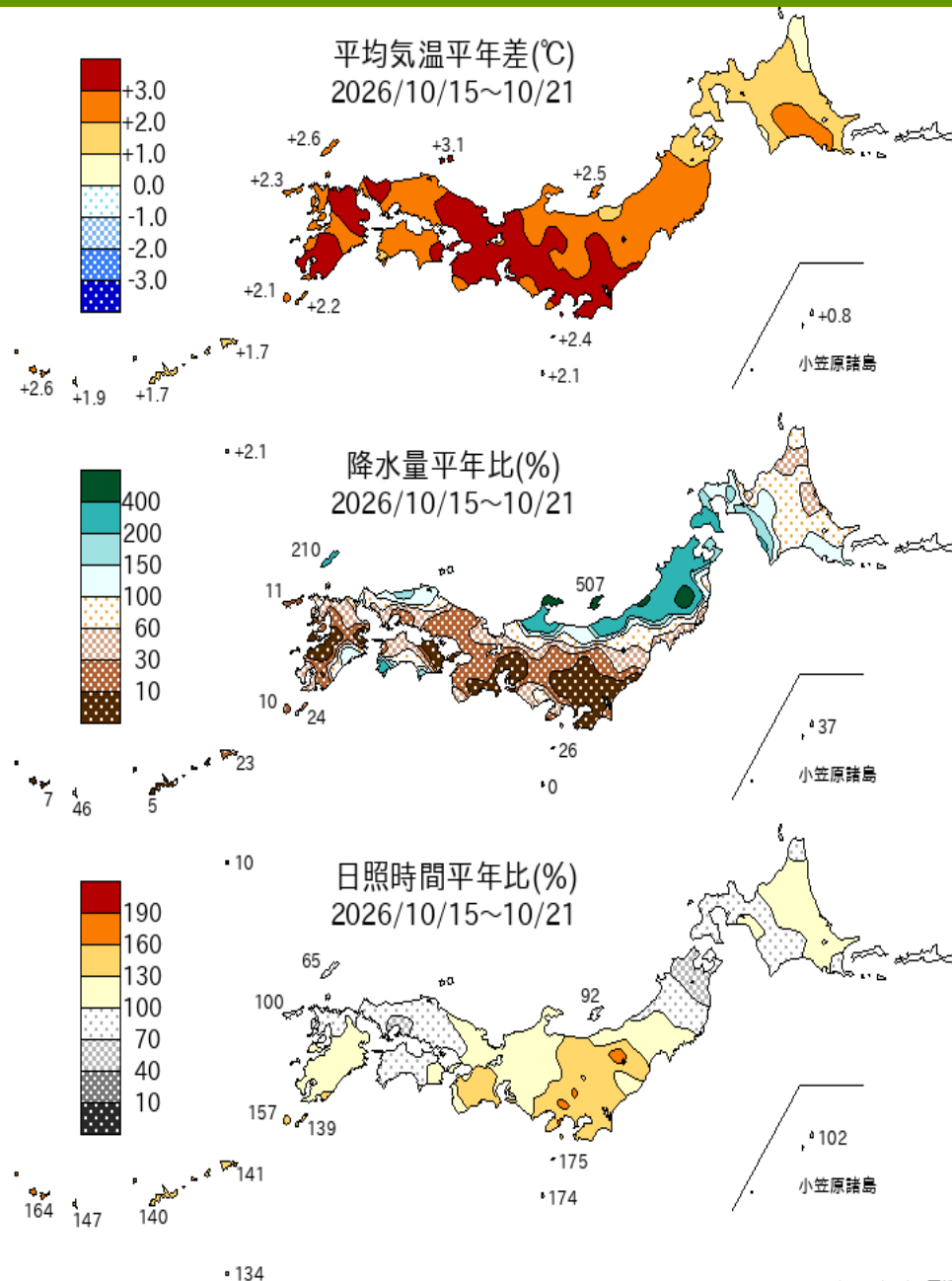
3～4週目



海面気圧



(参考)最近1週間の天候経過



最近1週間(10月15日～10月21日)は、天気は数日の周期で変わり、前半は移動性高気圧に覆われて晴れた日が多かった一方、後半は前線や湿った空気の影響で曇りや雨となった日が多く、21日には東北地方から北陸地方にかけては記録的な大雨となった所がありました。このため、降水量は東北地方から東日本日本海側を中心に平年を上回った一方、それ以外の地域では平年を大きく下回った所が多くなりました。日照時間は北日本や西日本で平年を下回った所があった一方、それ以外の地域では平年を上回った所が多くなりました。

気温は、期間のはじめは西日本を中心に冷涼な空気に覆われた時期もありましたが、中頃以降は暖かい空気が流れ込みやすく、全国的に平年を上回りました。21日には東日本以西で150地点以上が真夏日となりました。