

令和 4 年 2 月 24 日
気象庁大気海洋部

配信資料に関する技術情報第 581 号

～全般季節予報支援資料の構成の変更について～

令和 4 年 4 月から、季節予報に関する資料のうち、「全般季節予報支援資料」（以下、支援資料）の構成を変更して、より分かりやすい資料となるよう改良します。支援資料の基本的な仕様（ファイル形式、ファイル名、配信日）や記載事項は現行と同様ですが、これまでの文字情報のみの資料から、予測図に着目点を書き入れるかたちの資料へと変更します。1 か月予報、3 か月予報及び寒候期予報を例とした新しい支援資料のイメージはそれぞれ資料 1 から 3 のとおりです。

・ 実施日

全般季節予報支援資料（1 か月予報） 令和 4 年 4 月 7 日

全般季節予報支援資料（3 か月予報、暖・寒候期予報） 令和 4 年 4 月 19 日

全般季節予報支援資料 1か月予報

2022年2月3日
予報期間：2月5日～3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。

1

特に注意を要する事項

なし

全般予報のポイント

東・西日本では、期間のはじめを中心に寒気の影響を受けやすいため、向こう1か月の気温は平年並か低いでしょう。
沖縄・奄美では、期間の前半を中心に前線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く、日照時間は平年並か少ないでしょう。

2

1か月		気温(%)		降水量(%)		日照時間(%)		降雪量(%)			
		低	並	高	少	並	多	少	並	多	
北日本	日本海側	30	40	30	40	30	30	40	40	30	30
	太平洋側	40	30	30	40	30	30	40	40	30	30
東日本	日本海側	40	40	20	30	30	40	40	30	30	40
	太平洋側	40	30	30	40	40	30	30	40	30	30
西日本	日本海側	40	40	20	30	40	30	40	30	40	30
	太平洋側	40	30	30	40	40	30	30	40	30	30
沖縄・奄美		40	30	30	20	40	40	40	20		

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

3

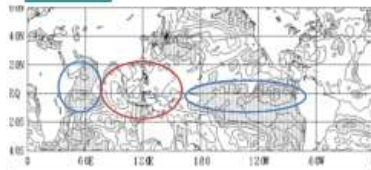
出現の可能性が最も大きい天候

北日本日本海側では、平年と同様に曇りや雪の日が多いでしょう。
東・西日本日本海側では、平年と同様に曇りや雪または雨の日が多いでしょう。
北・東・西日本太平洋側では、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。
沖縄・奄美では、平年に比べ曇りや雨の日が多いでしょう。

(注) 実際の支援資料では、1ページごとに1枚のスライドを記載します。

予報資料の解釈

SST偏差



太平洋赤道域は、中部～東部で負偏差、西部で正偏差。
インド洋熱帯域は、西部で負偏差、東部で正偏差。

200hPa速度ポテンシャル偏差

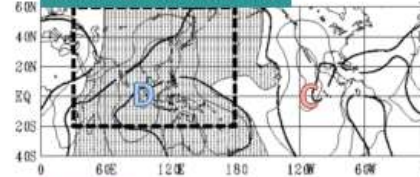


この予報期間中、インド洋東部を中心に対流活発、太平洋東部を中心に対流不活発な状況が続く見込み。

5

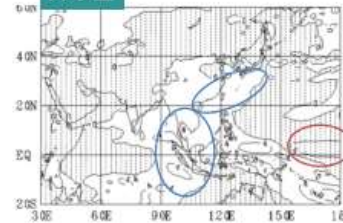
予報資料の解釈 1か月(2/5～3/4)

200hPa速度ポテンシャル



インド洋では、東部を中心に対流活発に対応した発散偏差が明瞭。
太平洋では、東部で対流不活発に対応した収束偏差。

降水量



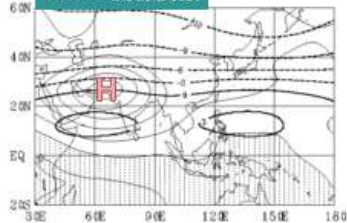
インド洋では東部を中心に正偏差。
太平洋は日付変更線付近で負偏差。

沖縄・奄美～日本の南も正偏差。

6

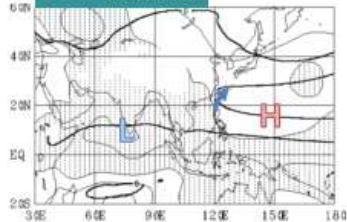
予報資料の解釈 1か月(2/5～3/4)

200hPa流線関数



西からの波束伝播及び熱帯の対流活動の影響で、アラビア海北部を中心に高気圧性循環偏差が明瞭。

850hPa流線関数

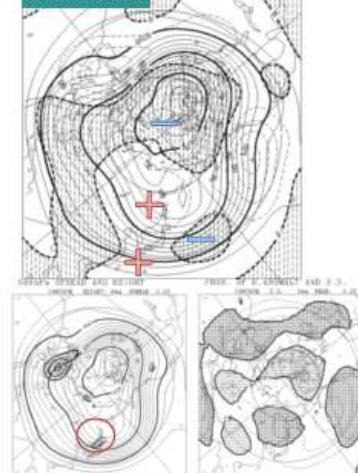


熱帯の対流活動の偏差に対応して、おおむねインド洋で低気圧性循環偏差、太平洋で高気圧性循環偏差。
フィリピン海付近は高気圧性循環偏差が予測されており、沖縄・奄美では南から湿った空気が入りやすい時期がある。

7

予報資料の解釈 1か月(2/5～3/4)

500hPa高度



北極付近～カナダ付近は負偏差で、極渦は北米寄り強い傾向(正のAO)。一方、中央～東シベリアは正偏差。
日本付近は正偏差だが、北海道付近はスプレッドが大きい。

8

(注) 実際の支援資料では、1ページごとに1枚のスライドを記載します。

850hPa気温



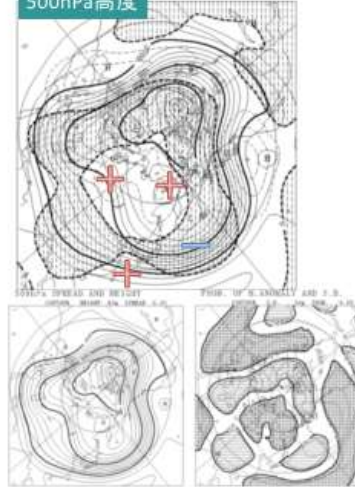
日本の南を中心に東日本以西は負偏差の所が多い。

海面気圧



大陸で正偏差、日本のはるか東で負偏差で、本州付近は冬型の気圧配置となりやすい時期がある。一方、沖縄付近は平年より低く、沖縄・奄美を中心に前線や湿った空気の影響を受けやすい時期がある見込み。

500hPa高度



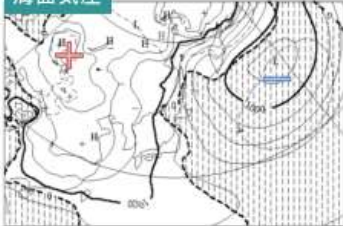
亜熱帯ジェット気流沿いの波東伝播により、沖縄付近は正偏差、日本のはるか東は負偏差。
中央シベリア付近はリッジが明瞭で正偏差。
東シベリア付近はブロッキング高気圧に対応して正偏差。千島の東には大きな寒渦に対応して負偏差。
本州付近は東谷傾向。

850hPa気温



本州南岸を中心に寒気が流れ込みやすいが、北海道付近と沖縄付近は平年からの隔たりが小さい。

海面気圧



アリューシャン低気圧もシベリア高気圧も平年より強い。本州付近は冬型の気圧配置が強まる時期がある見込み。沖縄・奄美から本州南岸にかけては相対的に正偏差が弱く、低気圧や前線、湿った空気の影響を受けやすい時期がある見込み。

想定される天候

- ・北日本日本海側では、平年と同様に曇りや雪の日が多いでしょう。
- ・東日本日本海側では、冬型の気圧配置となりやすく、平年に比べ曇りや雪または雨の日が多いでしょう。
- ・西日本日本海側では、平年と同様に曇りや雪または雨の日が多いでしょう。
- ・北日本太平洋側では、冬型の気圧配置となりやすく、平年に比べ晴れの日が多いでしょう。
- ・東・西日本太平洋側では、低気圧や前線の影響を受けやすく、平年に比べ晴れの日が少ないでしょう。
- ・沖縄・奄美では、前線や湿った空気の影響を受けやすく、平年に比べ曇りや雨の日が多いでしょう。

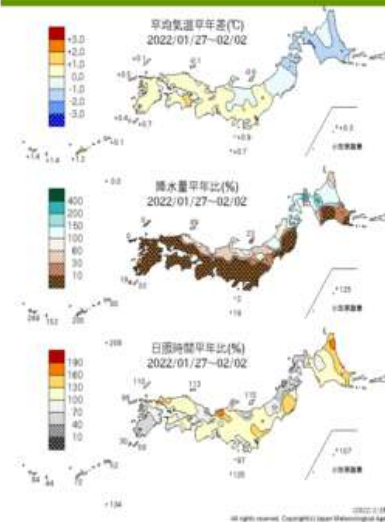
<気温>
北・東・西日本は低温傾向、沖縄・奄美は平年並。

<天候>
冬型の気圧配置となりやすいため、東日本日本海側は多雨・寡照傾向(北日本日本海側は1週目後半に高気圧に覆われる時期があることを考慮して平年同様とする)、北日本太平洋側は少雨・多照傾向。
東・西日本太平洋側と沖縄・奄美は低気圧や前線、湿った空気の影響を受けやすいため、多雨・寡照傾向。
西日本日本海側は平年と同様。

(注) 実際の支援資料では、1ページごとに1枚のスライドを記載します。

以下、
予報2週目及び3週目についても、予測図の説明や
想定される天候を示します。

最近1週間の天候経過



北日本では、冬型の気圧配置となりやすく、日本海側では曇りや雪の日が、太平洋側では晴れた日が多かった。

東・西日本では、期間の前半は気圧の谷や湿った空気の影響で曇りの日があったが、期間の後半は冬型の気圧配置となり、日本海側では曇りや雪または雨、太平洋側では晴れた所が多かった。

沖縄・奄美では、前線や湿った空気の影響を受けやすく、曇りや雨の日が多かった。

(注) 実際の支援資料では、1ページごとに1枚のスライドを記載します。

全般季節予報支援資料 3か月予報

2022年1月25日

予報期間：2022年2月～2022年4月

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。

全般3か月予報(2～4月)

3か月の平均気温

気温	3か月(%)	2月	3月	4月
	低並高	低並高	低並高	低並高
北日本	20:30:50	30:40:30	20:30:50	20:40:40
東日本	30:30:40	40:30:30	20:40:40	30:30:40
西日本	40:30:30	40:40:20	40:30:30	30:40:30
沖縄・奄美	40:40:30	40:40:20	40:40:20	40:30:30

予報のポイント

- 北日本では、寒気の影響を受けにくいいため、向こう3か月の気温は高いでしょう。
- 沖縄・奄美では、ラニーニャ現象の影響で、寒気の影響を受けやすいため、向こう3か月の気温は平年並か低いでしょう。
- 西日本太平洋側と沖縄・奄美では暖かく湿った気流の影響を受けにくいいため、向こう3か月の降水量は、平年並か少ないでしょう。

この時期の天候に影響の大きい北極振動の予報は難しく、観測点では考慮できていませんので、予報には不確実性があります。常に最新の1か月予報等をご覧ください。

全般3か月予報(2～4月)

3か月の降水量・降雪量

降水量	3か月(%)	2月	3月	4月
	少並多	少並多	少並多	少並多
北日本日本海側	40:30:30	30:40:30	40:40:20	30:40:30
北日本太平洋側	30:30:40	30:30:40	30:40:30	30:40:30
東日本日本海側	30:40:30	30:30:40	40:30:30	30:40:30
東日本太平洋側	30:40:30	40:30:30	30:40:30	30:40:30
西日本日本海側	30:40:30	30:30:40	30:40:30	40:30:30
西日本太平洋側	40:40:20	40:30:30	40:30:30	40:30:30
沖縄・奄美	40:40:20	40:30:30	40:30:30	40:30:30

降雪量	3か月(%)
	少並多
北日本日本海側	40:30:30

全般3か月予報(2～4月)

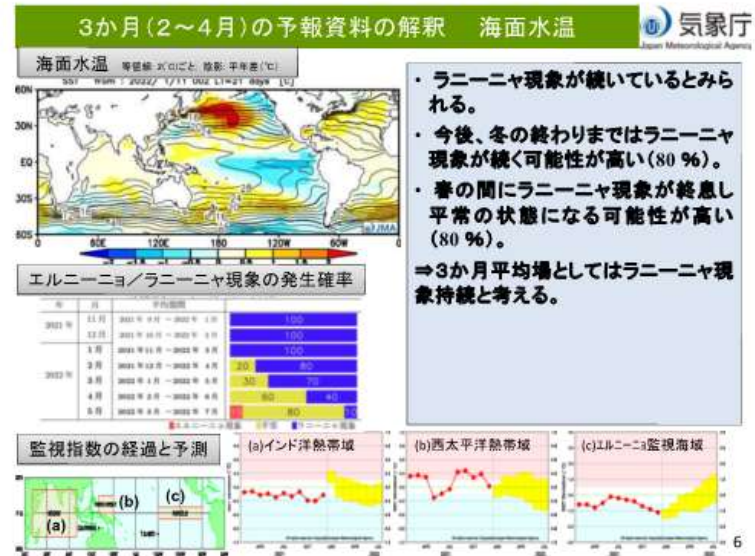
<出現の可能性が最も大きい天候>

- 2月 北日本日本海側では、平年と同様に曇りや雪の日が多いでしょう。東・西日本日本海側では、平年と同様に曇りや雪または雨の日が多いでしょう。北・東・西日本太平洋側では、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。沖縄・奄美では、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。
- 3月 北日本日本海側では、平年に比べ曇りや雪または雨の日が少ないでしょう。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、平年に比べ曇りや雨または雪の日が少ないでしょう。東・西日本太平洋側では、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。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。沖縄・奄美では、天気は数日の周期で変わり、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。
- 4月 北・東日本日本海側と沖縄・奄美では、天気は数日の周期で変わるでしょう。北・東日本太平洋側と西日本では、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。

(注) 実際の支援資料では、1 ページごとに 1 枚のスライドを記載します。

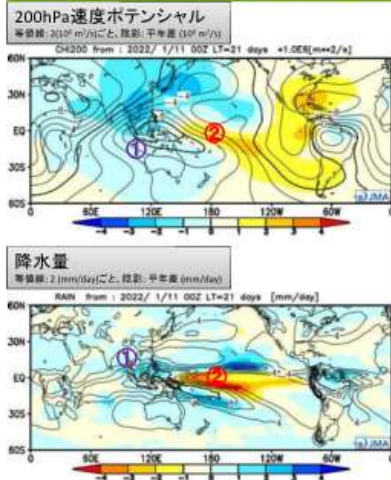
3か月（2～4月）の予報資料の解釈

5



6

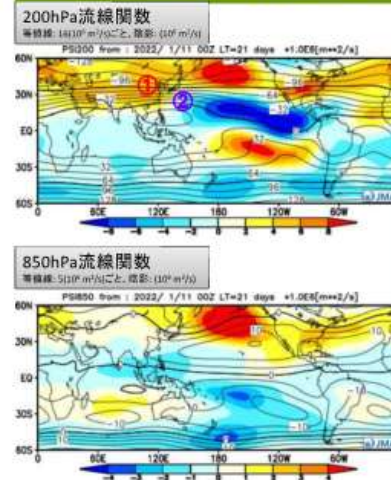
3か月（2～4月）の予報資料の解釈 熱帯域の予測



・インド洋東部から東南アジアを中心に対流活発①、太平洋赤道域の日付変更線付近から東部では対流不活発②。

7

3か月（2～4月）の予報資料の解釈 熱帯域の予測



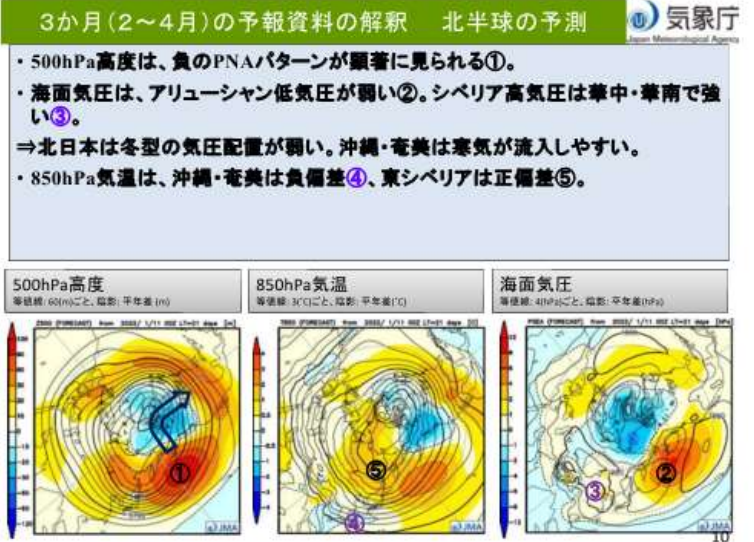
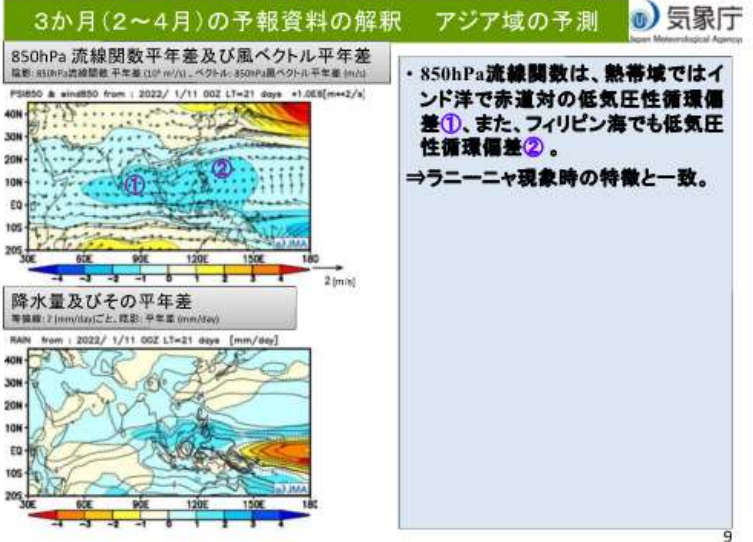
・200hPa流線関数は、ユーラシア大陸南東部を中心に上層で高気圧性循環偏差①、本州付近では低気圧性循環偏差②。

・上空の偏西風は日本付近で南に蛇行する見込み。

⇒西日本以南に寒気が流れ込みやすい。

8

(注) 実際の支援資料では、1ページごとに1枚のスライドを記載します。

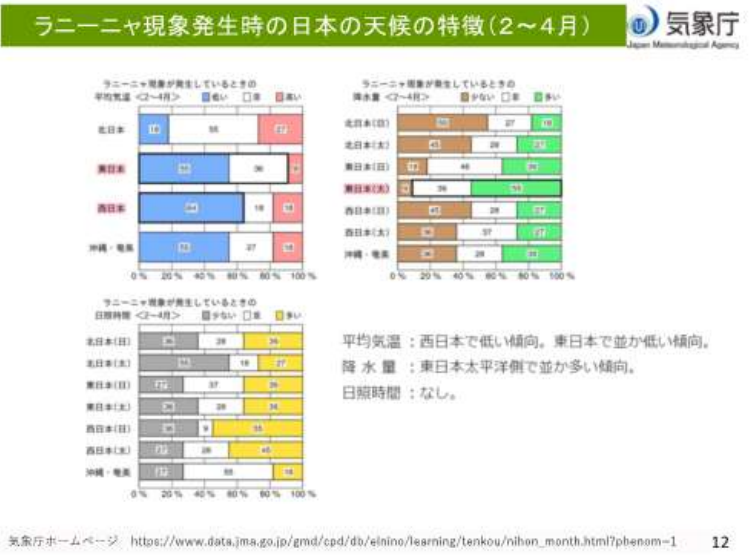
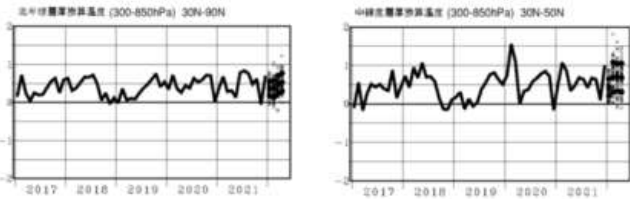


3か月(2~4月)の予報資料の解釈 まとめ

中緯度層厚換算温度 高い (北半球+0.5°C程度、中高緯度+0.7°C程度)
 => 地球温暖化等で全球的に高温傾向

気圧配置 (地表・対流圏下層)
 アリューシャン低気圧は弱い。
 シベリア高気圧は華中・華南で強い。

3か月の予報
 北日本では冬型の気圧配置が弱く、寒気の影響を受けにくい。
 沖縄・奄美では寒気の影響を受けやすく、暖湿気の影響を受けにくい。

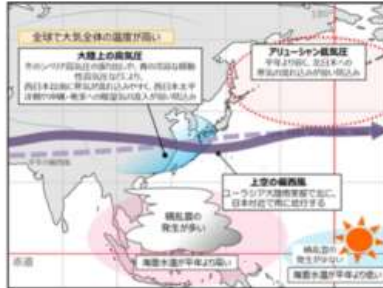


(注) 実際の支援資料では、1 ページごとに1枚のスライドを記載します。

3か月(2~4月)の予想される海洋と大気の特徴



- 地球温暖化の影響等により、全球で大気全体の温度が高いでしょう。
- ラニーニャ現象の影響が続く可能性が高く、海面水温は太平洋赤道域の中部から東部では低い一方、太平洋熱帯域西部で高い見込みです。このため、積乱雲の発生は太平洋赤道域の日付変更線付近で少ない一方、南シナ海からインドネシア付近で多いでしょう。
- これらの影響により、上空の偏西風はユーラシア大陸南東部で北に、日本付近で南に蛇行するでしょう。
- アリューシャン低気圧が平年より弱く、北日本への寒気の流れ込みが弱いでしょう。
- 冬のシベリア高気圧の張り出しや、春の冷涼な移動性高気圧などにより、西日本以南に寒気が流れ込みやすく、西日本太平洋側や沖縄・奄美への暖湿気の流れが弱いでしょう。



13

3か月(2~4月)の予報



気温	3か月(%)	
	低	並高
北日本	20:30	50
東日本	30:30	40
西日本	40:30	30
沖縄・奄美	40:40	20

- ← 寒気の影響を受けにくい
- ← 寒気の影響をやや受けにくい
- ← 寒気の影響をやや受けやすい
- ← 寒気の影響を受けやすい

降水量	3か月(%)	
	少	並多
北日本日本海側	40:30	30
北日本太平洋側	30:30	40
東日本日本海側	30:40	30
東日本太平洋側	30:40	30
西日本日本海側	30:40	30
西日本太平洋側	40:40	20
沖縄・奄美	40:40	20

- ← 寒気の影響を受けにくい
- ← 低気圧の影響を受けやすい
- ← 暖湿気の影響を受けにくい
- ← 暖湿気の影響を受けにくい

降雪量	3か月(%)	
	少	並多
北日本日本海側	40:30	30

- ← 冬型の気圧配置が弱い

14

2月の予報資料の解釈



15

1月20日発表の1か月予報



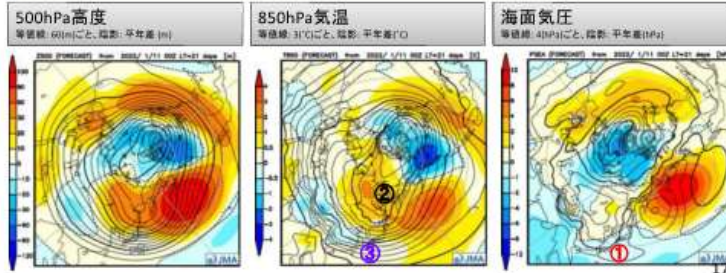
2月はじめは北日本で低温、
沖縄・奄美で高温の予想。

16

(注) 実際の支援資料では、1ページごとに1枚のスライドを記載します。

2月の予報資料の解釈 北半球の予測

- 海面気圧は、日本付近は負偏差となっているが、熱帯季節内変動(MJO)の東進を考え、東日本以西では冬型の気圧配置になりやすいと考える。①。
- 850hPa気温は、東シベリアで正偏差②、東日本以西では南ほど低温偏差が大きい③。
- 1月20日発表の1か月予報で、2月はじめは北日本で低温、沖縄・奄美で高温が予想されていることから、2月としては全国でほぼ平年並の天候を見込む。



3月の予報資料の解釈

2月の予報

気温	2月(%)
	低並高
北日本	30:40:30
東日本	40:30:30
西日本	40:40:20
沖縄・奄美	40:40:20

- ←寒気の影響をやや受けやすい
- ←寒気の影響を受けやすい
- ←寒気の影響を受けやすい

降水量	2月(%)
	少並多
北日本日本海側	30:40:30
北日本太平洋側	30:30:40
東日本日本海側	30:30:40
東日本太平洋側	40:30:30
西日本日本海側	30:30:40
西日本太平洋側	40:30:30
沖縄・奄美	40:30:30

- ←低気圧の影響を受けやすい
- ←冬型の気圧配置となりやすい
- ←冬型の気圧配置となりやすい
- ←冬型の気圧配置となりやすい
- ←冬型の気圧配置となりやすい
- ←冬型の気圧配置となりやすい

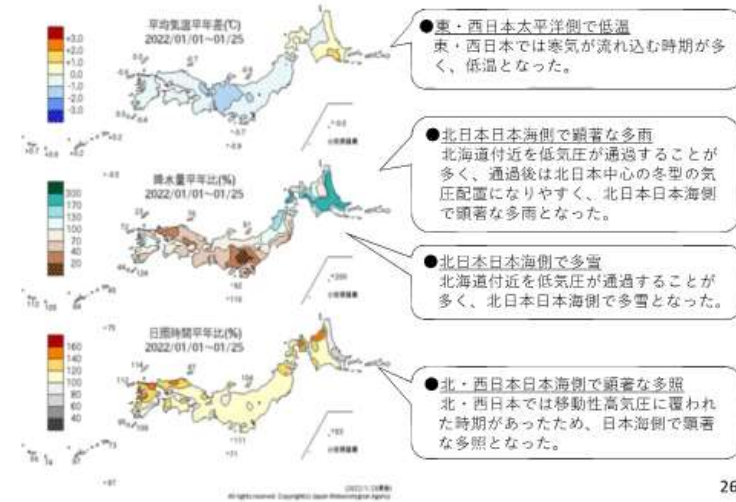
以下、
3月、4月(予報2か月目及び3か月目)についても、
予測図の解釈等を説明をします。

(注) 実際の支援資料では、1ページごとに1枚のスライドを記載します。

1月の実況 (天候と大気の流れの特徴)

25

1月(25日までの)天候経過

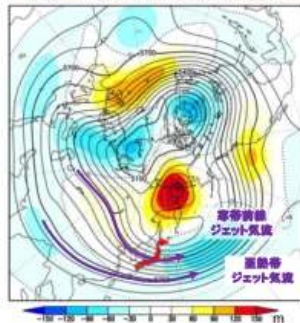


26

1月(23日までの)大気の流れの特徴

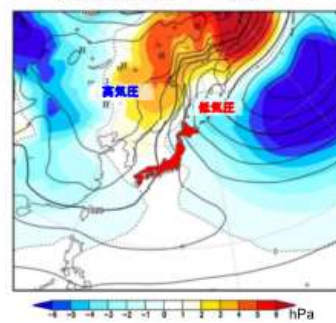


500hPa高度と平年偏差



偏西風は寒帯前線ジェット気流が本州付近で南に蛇行し、東・西日本では寒気が流れ込む時期が多かった。

海面気圧と平年偏差



上旬と中旬は北海道付近を低気圧が通過することが多く、通過後は北日本中心の冬型の気圧配置になりやすかった。西日本では上旬に、北日本では下旬に移動性高気圧に覆われた時期があった。

27

(注) 実際の支援資料では、1 ページごとに 1 枚のスライドを記載します。

全般季節予報支援資料 寒候期予報

2021年9月24日

予報期間：2021年10月～2022年2月

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。

1

全般寒候期予報（12～2月）

 冬（12～2月）の平均気温・
降水量・降雪量

寒候期	気温(%)	
	低	高
北日本	30	30・40
東日本	40	30・30
西日本	40	40・20
沖縄・奄美	40	40・20

予報のポイント

- 冬の気温は、西日本と沖縄・奄美では寒気の影響を受けやすく、平年並か低いでしょう。北・東日本では、ほぼ平年並の見込みです。
- 冬の降水量は、冬型の気圧配置がやや強いいため、西日本日本海側では平年並が多く、西日本太平洋側と沖縄・奄美では平年並か少ないでしょう。北・東日本では、ほぼ平年並の見込みです。
- 冬の降雪量は、冬型の気圧配置がやや強いいため、西日本日本海側では平年並が多いでしょう。北・東日本日本海側では、ほぼ平年並の見込みです。

寒候期	降水量(%)		降雪量(%)	
	少	多	少	多
北日本日本海側	30	30・40	30	40・30
北日本太平洋側	30	30・40		
東日本日本海側	30	30・40	30	30・40
東日本太平洋側	40	30・30		
西日本日本海側	20	40・40	20	40・40
西日本太平洋側	40	40・20		
沖縄・奄美	40	40・20		

この時期の天候に影響の大きい北極振動の予想は難しく、現時点では考慮できていませんので、予報には不確定性があります。常に最新の1か月予報等をご覧ください。

2

全般寒候期予報（12～2月）

<予想される冬（12月から2月）の天候>

- 北・東日本日本海側では、平年と同様に曇りや雪または雨の日が多いでしょう。
- 北・東日本太平洋側では、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。
- 西日本日本海側では、冬型の気圧配置がやや強いいため、平年に比べ曇りや雪または雨の日が多いでしょう。
- 西日本太平洋側では、冬型の気圧配置がやや強いいため、平年に比べ晴れの日が多いでしょう。
- 沖縄・奄美では、冬型の気圧配置がやや強いいため、平年に比べ曇りや雨の日が多いでしょう。

なお、12月までの各月の予報については、最新の3か月予報等をご覧ください。

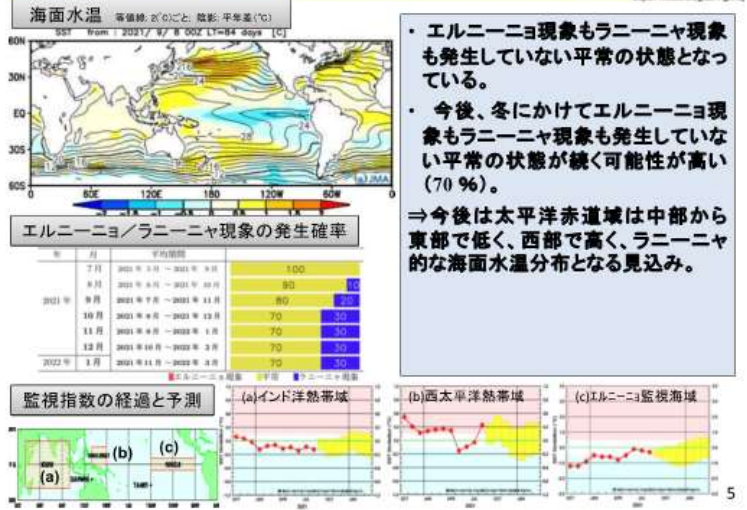
3

寒候期（12～2月）の予報資料の解釈

（注）実際の支援資料では、1ページごとに1枚のスライドを記載します。

4

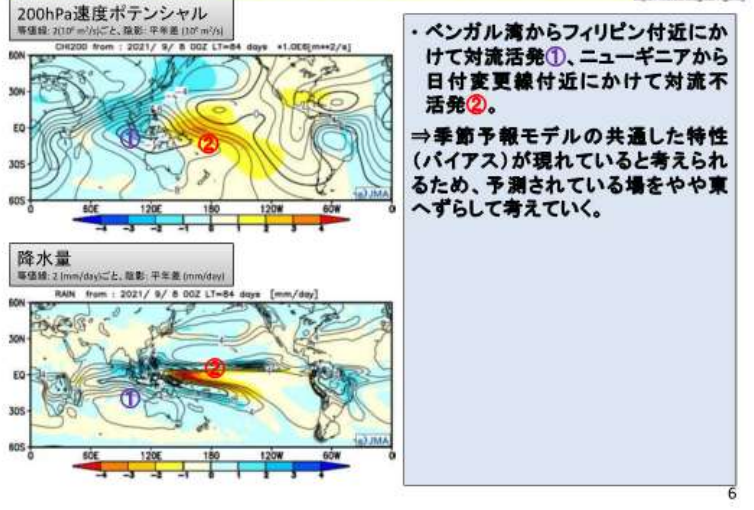
寒候期(12~2月)の予報資料の解釈 海面水温 気象庁



- エルニーニョ現象もラニーニャ現象も発生していない平常の状態となっている。
- 今後、冬にかけてエルニーニョ現象もラニーニャ現象も発生していない平常の状態が続く可能性が高い(70%)。

⇒ 今後は太平洋赤道域は中部から東部で低く、西部で高く、ラニーニャ的な海面水温分布となる見込み。

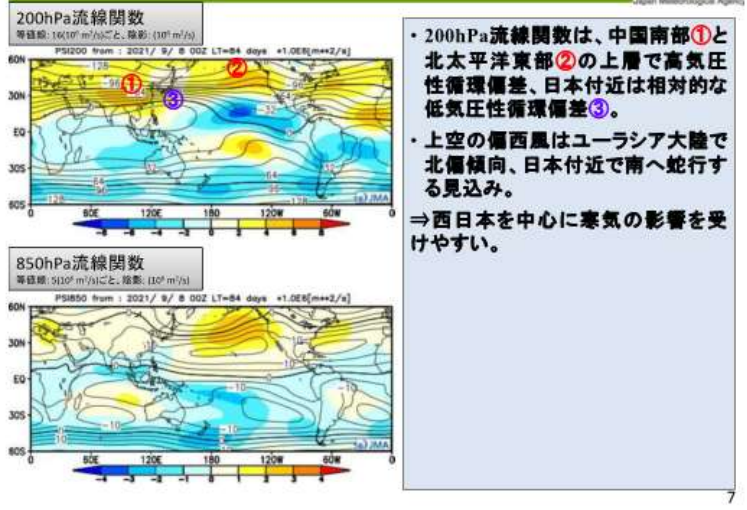
寒候期(12~2月)の予報資料の解釈 熱帯域の予測 気象庁



- ベンガル湾からフィリピン付近にかけて対流活発①、ニューギニアから日付変更線付近にかけて対流不活発②。

⇒ 季節予報モデルの共通した特性(バイアス)が現れていると考えられるため、予測されている場をやや東へずらして考えていく。

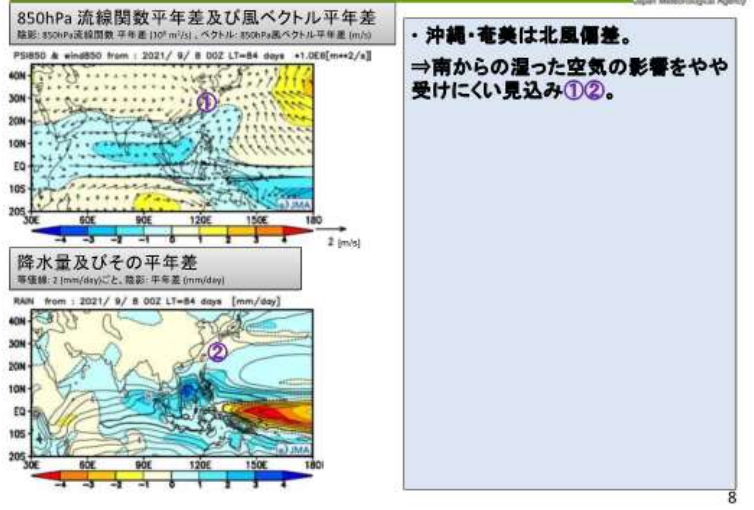
寒候期(12~2月)の予報資料の解釈 熱帯域の予測 気象庁



- 200hPa流線関数は、中国南部①と北太平洋東部②の上層で高気圧性循環偏差、日本付近は相対的な低気圧性循環偏差③。
- 上空の偏西風はユーラシア大陸で北偏傾向、日本付近で南へ蛇行する見込み。

⇒ 西日本を中心に寒気の影響を受けやすい。

寒候期(12~2月)の予報資料の解釈 アジア域の予測 気象庁



- 沖縄・奄美は北風偏差。

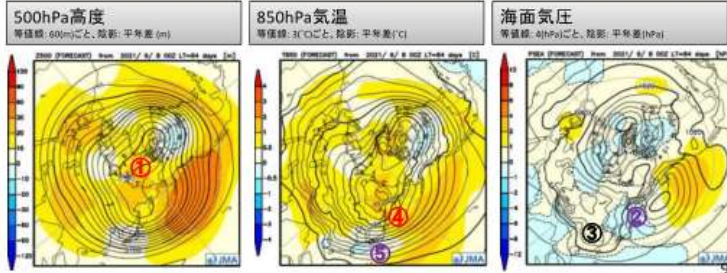
⇒ 南からの湿った空気の影響をやや受けにくい見込み①②。

(注) 実際の支援資料では、1ページごとに1枚のスライドを記載します。

寒候期(12~2月)の予報資料の解釈 北半球の予測



- 500hPa高度は、北極地方の海面気圧は平年より高い①。
⇒極域の寒気が中緯度に流れ込みやすい時期がある見込み。
- 海面気圧は、サハラ付近を中心として中国東北区からカムチャツカ半島付近にかけて負偏差②、大陸南部から東シナ海にかけては正偏差③。
- 850hPa気温は、北半球の中緯度はおおむね正偏差④だが、西日本以南は負偏差がかかる⑤。
⇒西日本を中心に寒気の影響を受けやすい。



寒候期(12~2月)の予報資料の解釈 まとめ

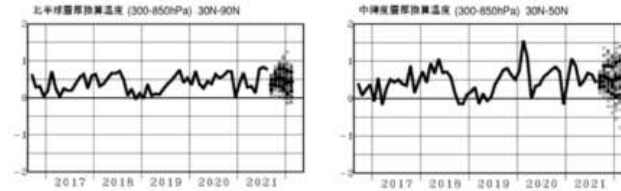


中緯度層厚換算温度 高い(北半球+0.5℃程度、中高緯度+0.5℃程度)
=>地球温暖化等で全球的に高温傾向

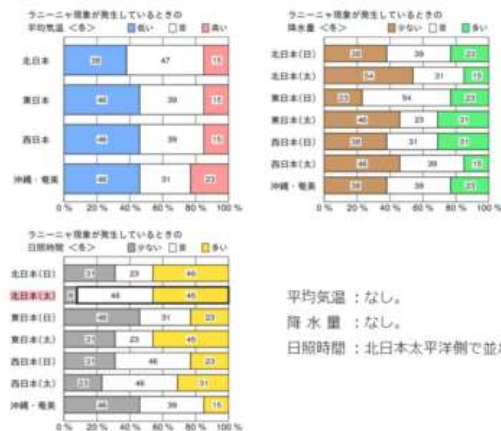
気圧配置(地表・対流圏下層)
北日本を中心に負偏差で、北日本は低気圧の影響をやや受けやすい。
大陸の高気圧は東シナ海へ張り出し、冬型の気圧配置は、東日本以西でやや強い。西日本を中心に寒気の影響を受けやすい。

冬の予報

西日本と沖縄・奄美で低温傾向。西日本日本海側で多雨、多雪傾向。
西日本太平洋側と沖縄・奄美で少雨傾向。



ラニーニャ現象発生時の日本の天候の特徴(12~2月)



平均気温：なし。
降水量：なし。
日照時間：北日本太平洋側で並か多い傾向。

寒候期(12~2月)の予想される海洋と大気の特徴



- 地球温暖化の影響等により、全球で大気全体の温度が高いでしょう。
- 海面水温はインド洋から太平洋熱帯域西部で高い一方、太平洋赤道域中部から東部では低い見込みです。積乱雲の発生はインドシナ半島付近で多い一方、太平洋中部で少ないでしょう。
- これらの影響により、上空の偏西風はユーラシア大陸上で平年に比べ北よりを流れますが、日本付近では南へ蛇行するでしょう。
- 西日本を中心に冬型の気圧配置はやや強く、寒気の影響を受けやすいでしょう。また、北日本は低気圧の影響を受けやすい時期があるでしょう。



(注) 実際の支援資料では、1ページごとに1枚のスライドを記載します。

寒候期(12~2月)の予報



寒候期	気温(%)
	低並高
北日本	30:30:40
東日本	40:30:30
西日本	40:40:20
沖縄・奄美	40:40:20

- ←寒気の影響をやや受けにくい
- ←寒気の影響をやや受けやすい
- ←寒気の影響を受けやすい
- ←寒気の影響を受けやすい

寒候期	降水量(%)
	少並多
北日本日本海側	30:30:40
北日本太平洋側	30:30:40
東日本日本海側	30:30:40
東日本太平洋側	40:30:30
西日本日本海側	20:40:40
西日本太平洋側	40:40:20
沖縄・奄美	40:40:20

- ←低気圧の影響を受けやすい時期がある
- ←低気圧の影響を受けやすい時期がある
- ←冬型の気圧配置がやや強い
- ←冬型の気圧配置がやや強い
- ←冬型の気圧配置がやや強い
- ←冬型の気圧配置がやや強い
- ←冬型の気圧配置がやや強い

寒候期(12~2月)の予報



寒候期	降雪量(%)
	少並多
北日本日本海側	30:40:30
東日本日本海側	30:30:40
西日本日本海側	20:40:40

- ←冬型の気圧配置がやや強い
- ←冬型の気圧配置がやや強い

(注) 実際の支援資料では、1ページごとに1枚のスライドを記載します。