

表 3 飛散花粉数の多い日の予測

	2026 年予測	2025 年	過去 10 年平均
区部	32	33	37
多摩部	33	25	33
都内平均	33	28	35

(単位は日数)

○ 飛散開始日の予測

飛散開始日の予測については、1 月の日単位の平均気温の積算値のほか、スギの花芽が休眠に入った後の 11 月以降の気温の推移等を総合的に判断して行っています。

しかし、この先の気温が予測よりも高くなったり、2 月上旬に春一番（南風）が吹いたりした場合には、飛散開始日は予測よりも早まる可能性があります。

最新の飛散開始日の予測は、2 月初めごろにホームページでお知らせします。

○ 飛散開始日の定義

スギ花粉の飛散開始日は 1 月以降 1 平方センチメートルの花粉数が 1 個以上連続した初日とします。

ただし、該当する開始日が過去 10 年の平均値より 1 か月前後早い場合であって、その後の花粉飛散状況においてゼロ個が多い状態であれば、不時現象とし、2 回目に 1 個以上の花粉が連続した場合は統計上の飛散開始日とします（日本花粉学会「花粉情報標準化委員会」の合意事項に準拠）。

なお、飛散開始日以前にも少量の花粉が飛散しています。

○ 飛散花粉数が多い日の定義

飛散花粉数が多い日とは、花粉捕集器を用い、捕集した花粉の数値が 1 日あたり 30 個／平方センチメートル以上の日としています。

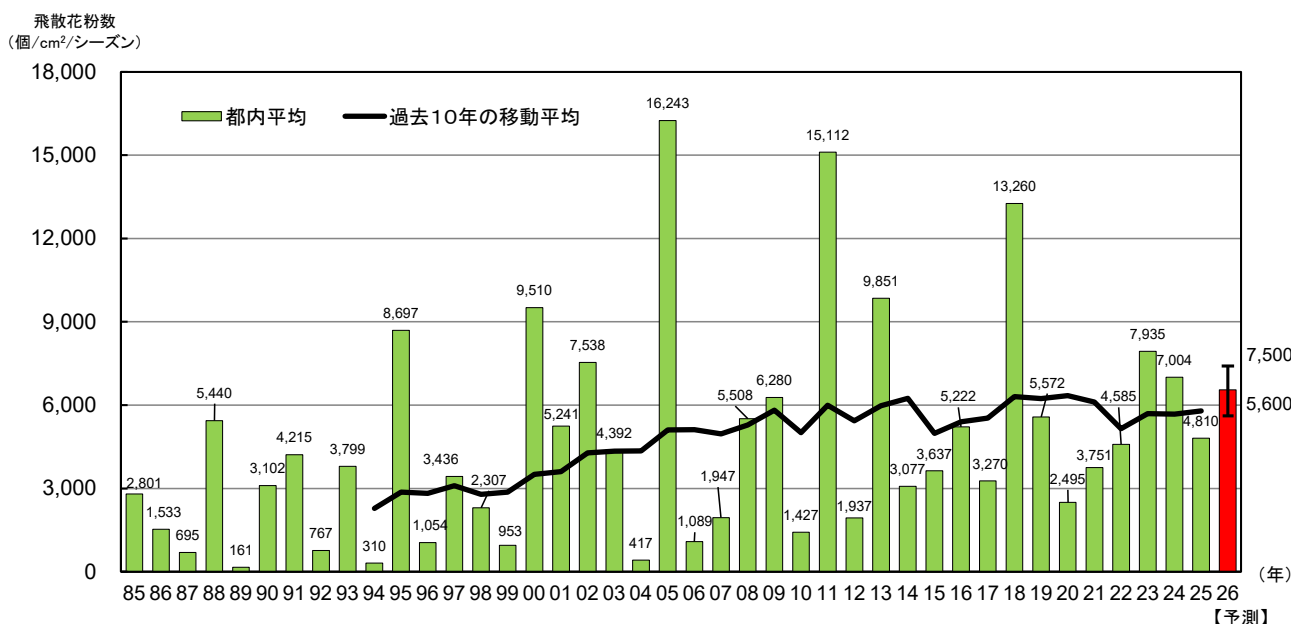
飛散花粉数の表示ランクについて、1 日あたりの飛散花粉数が 10 個未満を「少ない」、10 個以上 30 個未満を「やや多い」、30 個以上 50 個未満を「多い」、50 個以上 100 個未満を「非常に多い」、100 個以上を「極めて多い」という 5 つの区分となっています（表 4）。

なお、この表示ランクは、日本花粉学会「花粉情報等標準化委員会」において、採用されているものと同じ区分になっています。

表 4 花粉数の区分

区分	ダーラム法による測定 (個/cm ² ・日)
少ない	10 個未満
やや多い	10 個以上～30 個未満
多い	30 個以上～50 個未満
非常に多い	50 個以上～100 個未満
極めて多い	100 個以上

図 2 飛散花粉数の経年変化※⁴



※⁴ 1990 年に千代田で測定開始、1997 年に小平で測定開始、2005 年に多摩、立川、府中で測定を開始しました。2005 年以降は、現在の 12 地点で測定を行っています。