

これからシラカバ花粉のシーズンを迎える北海道では、4月中旬以降に各地でシラカバ花粉が飛び始めます。本格的な飛散は道南や道央で4月下旬から5月上旬、道北や道東では5月上旬から中旬で、ちょうどゴールデンウィークと重なる可能性があります。5月下旬には飛散量は少なくなる見込みです。

◆ 今シーズンの飛散状況について

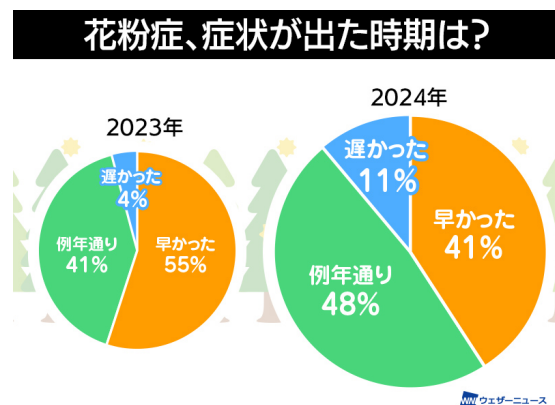
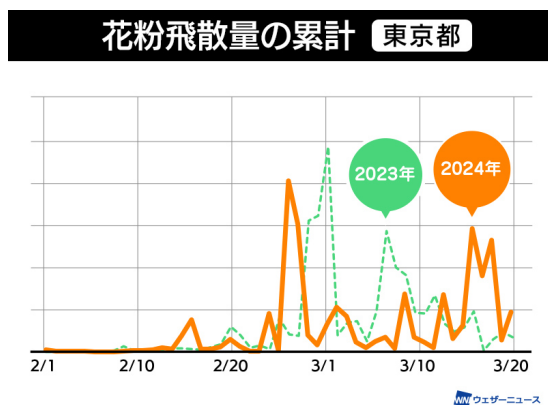
<飛散時期:3月上旬の寒の戻りの影響でスギ花粉のピークが2回>

今年は2月上旬から3月中旬にかけて気温の変動が大きく、スギ花粉の飛散開始もその影響を受けました。

2月上旬～中旬は暖気の影響で全国的に記録的な暖かさとなりました。2月上旬に九州や静岡県でスギ花粉の飛散が始まり、中旬には一気に飛散エリアが九州から東北に拡大しました。九州から東海では平年並(※1)から平年より数日早く花粉シーズンを迎えたところが多く、北陸や東北太平洋側では平年より10日程度早く花粉シーズンを迎えました。一方、関東では花粉シーズンインが平年より5日程度遅れ、これには2月5日の大雪が影響したと考えられます。2月中旬の記録的な暖かさの影響で飛散開始の直後から飛散量が急増し、九州から東北太平洋側の各地で飛散が本格化しました。このため、2月中旬に飛散開始となった多くのエリアで、飛散開始から短期間(5日以内)で本格飛散開始となりました。

2月下旬からは一転して気温が下がり、3月上旬を中心に平年より低い気温になりました。3月中旬になって再び平年並～平年より高い気温に戻りましたが、低温の影響で3月上旬はスギ花粉の飛散量が抑えられ、この期間の前後となる2月下旬や3月中旬にスギ花粉の飛散ピークを迎えたエリアが多くなりました。

飛散時期による花粉症の発症時期への影響を調べるため、スマホアプリ「ウェザーニュース」で調査(※2)を実施したところ、「例年通り」と回答した方が48%と最も多く、次いで「早かった」が41%、「遅かった」が11%となりました。2023年と比べると「早かった」が14ポイント減少し、「例年通り」と「遅かった」がそれぞれ7ポイントずつ増加しました。今年は気温の変動によって飛散量も大きく変動したため、花粉症の発症の時期も人によってばらつきが出やすかったのではないかと考えられます。



※1 花粉飛散の平年:2014～2023年の過去10年平均

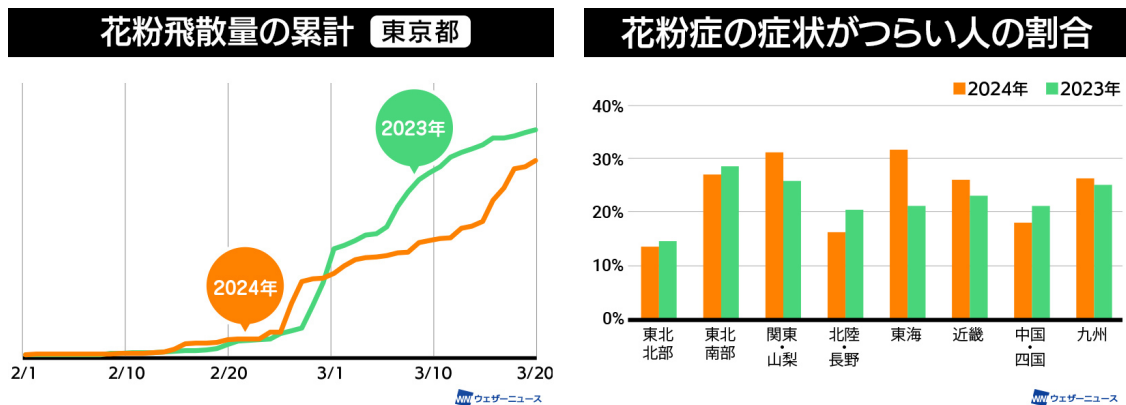
※2 スマホアプリ「ウェザーニュース」にて「今年の花粉症、症状が出た時期はどう?」と質問し(選択肢:「早かった」「例年通り」「遅かった」「花粉症ではない」)、「花粉症ではない」の回答を除いて集計(調査期間:2024年3月19日、回答数:9,256)。

＜飛散量:3月中旬までの飛散量は前年比で大幅減＞

スギ・ヒノキ花粉のシーズンを通しての飛散量は、主に昨夏の日照時間や気温、年ごとの飛散量の増減傾向に左右されます。2023年は西日本や東日本で飛散量が多くなりました。その反動で2024年の飛散量は西日本を中心に減少する予想です。一方、2023年の飛散量が少なかった北海道や東北北部ではその反動で2024年の飛散量が前年を上回る予想です。

ウェザーニュース独自の花粉観測機「ポールンロボ」による観測では、2024年2月1日から3月20日までの全国の花粉飛散量は前年同時期の4割弱となりました。全国的に飛散量が前年を大きく下回り、前年比で1割程度のエリアもあります。東京都では飛散量が前年の87%でした。飛散量が多かった前年からの反動に加えて、広範囲で花粉飛散が本格化した後、2月下旬以降に前線や低気圧の影響で雨や曇りの日が多くなったことが、3月中旬までの飛散量の減少に寄与したと考えられます。また、全国的に見るとヒノキ花粉の飛散開始が昨年より遅いこと、東北北部ではスギ花粉のピークも遅れていることも飛散量の減少に影響していると考えられます。3月中旬までの飛散量は昨年を下回っているエリアが多いですが、今後も晴れた日や風の強い日には引き続き花粉の大量飛散に注意が必要です。

花粉症の症状のつらさはどうだったのか、スマホアプリ「ウェザーニュース」のユーザーから寄せられた症状報告を集計しました(※3)。集計の結果、エリアごとで傾向が異なる結果となりました。症状がづらい人の割合を2023年と比較すると、北陸・長野や中国・四国はづらい割合が減少したことがわかりました。一方で、東海や関東・山梨はづらい割合が増加し、花粉症の方には過酷な春となったようです。期間全体の花粉飛散量は2023年より少ないものの、大量飛散した時は2023年のピークを超える日もあり、づらいと感じる方が多かったと考えられます。



※3 スマホアプリ「ウェザーニュース」の「花粉 Ch.」において、2024年2月1日～3月20日に花粉症のユーザーから寄せられた症状報告(のべ76,414通)のうち、“とてもづらい”“づらい”の回答を合計し、割合で表示

毎日の飛散状況や飛散予報は、スマホアプリ「ウェザーニュース」やウェザーニュースウェブサイト「花粉 Ch.」から確認できます。シーズン終了までの花粉症対策にお役立てください。

▼ウェザーニュース「花粉 Ch.」

<https://weathernews.jp/s/pollen/>

◆ 都道府県ごとの花粉飛散シーズン

都道府県	2024年			平年(2014~2023年の平均)		
	花粉シーズン 開始日	本格飛散シーズン 開始日	花粉シーズン 終了日	花粉シーズン 開始日	本格飛散シーズン 開始日	花粉シーズン 終了日
北海道	4月中旬	4月下旬	6月上旬	4/23	4/27	6/9
青森県	2/19	3/15	5月上旬	3/9	3/15	5/6
岩手県	2/16	2/19	5月上旬	3/4	3/11	5/4
秋田県	3/11	3/15	5月上旬	3/7	3/15	5/4
宮城県	2/14	2/15	4月下旬	2/25	3/4	5/3
山形県	2/28	3/13	4月下旬	3/2	3/8	5/2
福島県	2/15	2/18	4月下旬	2/23	3/3	5/5
茨城県	2/14	2/15	4月下旬	2/9	2/20	5/5
栃木県	2/14	2/15	4月下旬	2/10	2/20	5/5
群馬県	2/14	2/16	4月下旬	2/10	2/20	5/5
埼玉県	2/12	2/15	4月下旬	2/8	2/20	5/4
千葉県	2/13	2/15	4月下旬	2/8	2/19	5/3
東京都	2/13	2/15	4月下旬	2/7	2/20	5/4
神奈川県	2/12	2/13	4月下旬	2/7	2/19	5/4
山梨県	2/10	2/16	4月下旬	2/12	2/22	5/5
長野県	2/14	3/11	4月下旬	2/23	3/2	5/8
新潟県	2/17	2/25	4月下旬	2/27	3/4	5/4
富山県	2/13	2/18	4月下旬	2/24	3/2	5/4
石川県	2/13	2/18	4月下旬	2/23	2/28	5/2
福井県	2/16	2/18	4月下旬	2/24	3/1	4/30
静岡県	2/10	2/13	4月下旬	2/8	2/17	5/4
愛知県	2/14	2/16	4月下旬	2/16	2/23	5/3
岐阜県	2/15	2/20	4月下旬	2/19	2/26	5/6
三重県	2/12	2/15	4月下旬	2/14	2/21	5/1
滋賀県	2/18	2/21	4月下旬	2/21	2/27	5/1
京都府	2/18	2/21	4月下旬	2/20	2/28	5/1
大阪府	2/15	2/20	4月下旬	2/19	2/25	4/30
兵庫県	2/15	2/18	4月下旬	2/18	2/26	5/2
奈良県	2/18	2/20	4月下旬	2/19	2/26	5/1
和歌山県	2/10	2/15	4月下旬	2/13	2/21	5/1
岡山県	2/14	2/18	4月下旬	2/19	2/25	4/30
広島県	2/14	2/17	4月下旬	2/18	2/23	4/30
鳥取県	2/13	2/18	4月下旬	2/18	2/23	4/28
島根県	2/13	2/15	4月下旬	2/16	2/23	4/28
山口県	2/10	2/13	4月下旬	2/11	2/17	4/27
徳島県	2/15	2/18	4月下旬	2/16	2/21	4/30
香川県	2/15	2/18	4月下旬	2/18	2/23	4/30
愛媛県	2/11	2/14	4月下旬	2/12	2/19	4/29
高知県	2/11	2/16	4月下旬	2/14	2/21	4/29
福岡県	2/9	2/14	4月中旬	2/9	2/17	4/24
佐賀県	2/11	2/15	4月中旬	2/12	2/19	4/24
長崎県	2/5	2/12	4月中旬	2/9	2/18	4/24
大分県	2/12	2/14	4月中旬	2/10	2/18	4/25
熊本県	2/9	2/15	4月中旬	2/13	2/18	4/25
宮崎県	2/11	2/15	4月中旬	2/9	2/19	4/25
鹿児島県	2/7	2/14	4月中旬	2/10	2/19	4/25

※ 花粉シーズンの定義:花粉観測機「ポールンロボ」の観測に加え、ユーザーからの症状報告を加味
 花粉シーズン開始:3割以上のポールンロボが1日10個以上の花粉を観測。症状が重い人、敏感な人に症状が出始める目安
 本格花粉シーズン開始:3割以上のポールンロボが1日30個以上の花粉を観測。花粉症の多くの人に症状が出始める目安
 花粉シーズン終了:7割以上のポールンロボが1日10個以下の花粉を観測

◆ 都道府県ごとの花粉飛散量と症状報告

都道府県	2/1～3/20 の花粉飛散量 2023 年比(%)	2/1～3/20 のつらい症状報告の割合	
		2024 年(%)	2023 年(%)
北海道	-	-	-
青森県	14	8	11
岩手県	56	21	25
秋田県	39	9	6
宮城県	58	28	31
山形県	22	14	22
福島県	37	27	27
茨城県	28	23	21
栃木県	38	31	28
群馬県	38	24	21
埼玉県	64	34	27
千葉県	63	31	26
東京都	87	32	25
神奈川県	57	32	27
山梨県	17	18	18
長野県	29	8	22
新潟県	32	20	30
富山県	26	12	25
石川県	15	17	17
福井県	24	35	38
静岡県	82	32	23
愛知県	72	31	20
岐阜県	88	33	16
三重県	42	33	24
滋賀県	47	29	23
京都府	21	21	19
大阪府	27	26	25
兵庫県	23	28	23
奈良県	32	30	21
和歌山県	51	19	22
岡山県	20	22	19
広島県	15	21	27
鳥取県	15	24	20
島根県	24	9	38
山口県	27	13	25
徳島県	12	13	17
香川県	10	13	15
愛媛県	17	13	13
高知県	24	22	24
福岡県	34	29	25
佐賀県	64	31	28
長崎県	53	26	30
大分県	24	24	33
熊本県	33	20	18
宮崎県	31	23	23
鹿児島県	27	28	21
全国	37	29	24