

## 日本花粉学会「花粉情報等標準化委員会」

2023年度日本花粉学会評議員会において、スギ・ヒノキの花粉数の情報に関する情報の標準化を検討するべく花粉情報等標準化委員会が設置され、以下の情報について10名の委員会で検討した結果、賛成9名、棄権1名で、新たな基準が決定されました。日本花粉学会鹿児島大会において12月1日に開催された評議員会で満場一致で新たな基準が、日本花粉学会で標準化された花粉情報として決定されました。

花粉情報の標準化については1989年にアレルギー協会協賛のもとで開催され、飛散開始日の定義、花粉数の多い、少ないなどのランクが定義されました。今回の改定では週休2日制や祝祭日が増加する過程で花粉観測のスライドが3日間以上放置されるケースが出現し、飛散開始日の特定が各地で異なる事態が起きており、一方で飛散開始日前に15%前後の患者さんが発症していることから、飛散観測日や初観測日を連続した期間の初日に統一しました。また30年以上経過する間に花粉数は2倍以上に増加した地点も多く、すべての観測点で平均飛散数が2000個以上になり5000個を越える地点が多くなったために、100個以上の極めて多いというランクを新設し、これに伴ってこれまでの非常に多いというランクを「50個以上から100個未満」に改訂しました。

### 2024年からの花粉情報の新基準

#### ① スギ・ヒノキ花粉の飛散開始日について \*2025年3月15日一部改正（次ページをご参照ください）

新基準：「飛散開始日、初観測日について」

2日連続で1平方cmあたり1個以上になった初日を飛散開始日とする。週末や祝祭日によって数日（N日）の合計値の平均が1個以上になった場合も初日を飛散開始日とする。

初観測日についても同様に、1月1日以降初めて花粉が観測された日を初観測日とする。週末や祝祭日によって数日（N日）の合計値がゼロではなく、N日の平均値が1個未満になった場合も初日を初観測日とする。

#### ② 飛散終了日について

新基準：スギ・ヒノキの終了時期に、3日間花粉数がゼロだった場合最後に花粉が観測された日を「飛散終了日」とするが、その後2日連続で花粉が観測された場合はその最後の日を「飛散終了日」とする。

#### ③ 花粉数（1平方cmあたり）のランクについて

新基準：少ない : 10個未満  
やや多い : 10個～30個未満  
多い : 30個～50個未満  
非常に多い : 50個～100個未満  
極めて多い : 100個以上

\*なお、花粉症の症状は花粉が多くなるのに比例して悪化する傾向が顕著ですが、症状と花粉数の関係には個人差があります。例年いつ頃から発症数するか、重症化するかを知って早めの予防対策を取ることが有効です。

2025年3月15日  
スギ花粉飛散開始日の定義について  
日本花粉学会花粉情報等標準化委員会

2025年の全国のスギ花粉飛散開始日は2月中旬の地域が多くなりました。しかし、確認しただけでも全国5地点で1月上旬後半に例年より1か月以上早く、1平方cmあたりの花粉数が連続して1個以上になり「定義上の飛散開始日」になりました。

マスコミが大きく報道した結果、1月中旬から医療機関を訪れる花粉症患者が急増しました。しかし、1月中旬以降の花粉数の推移を見ると5地点ともに花粉数がゼロの日が多く、花粉症患者の症状もごく軽い、またはほとんど症状が見られない状態でした。

気象庁ではサクラの開花日などの生物季節を観察・記録していますが、例年より1か月以上（正式には過去に最も早かった日より1か月以上早い）の場合は「不時現象」（一般に言われる狂い咲き）として扱い、統計値から外しています。

スギ花粉の飛散開始日は花粉症の予防・治療に大きな影響を与えます。日本花粉学会では、実際に花粉が飛散していないのに「花粉飛散時期になった」との患者や医療機関に誤解を招く情報を発信すべきではないと考え、スギ花粉の飛散開始日について検討し以下の結論に至りました。

2025年3月15日確定

「スギ花粉の飛散開始日は1月以降1平方cmの花数が1個以上連続した初日とする。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を統計上の飛散開始日とする」

花粉飛散に関連する研究者・医療機関、さらに報道機関のご協力をお願いします。