

東京都の花粉情報

都は、花粉症の予防・治療に役立てていただくため、様々な花粉情報の提供を行っています

18 どんな花粉情報があるの？

■ スギ・ヒノキ花粉情報

(1) 飛散シーズン前

早めの治療・予防に役立てていただくため、下記の予測を毎年1月に行い、情報提供しています。

飛散総数の予測	シーズン全体の花粉数を予測
飛散開始日の予測	スギ花粉が飛び始める時期を予測
多い日の予測	花粉数のランクで「多い」以上の日数*を予測

*ダーラム法で「30個/cm²・日」以上の日（詳細は22～23ページ）

(2) 飛散シーズン中（2月～5月上旬）

インターネットやテレホンサービスを通じて情報提供を行っています。

【東京都の花粉情報】

飛散花粉の測定結果や週間花粉予報

http://www.tokyo-eiken.go.jp/kj_kankyo/kafun/



【とうきょう花粉ネット】

1時間単位の花粉予報、現在の飛散状況など

<http://pollen.tokyo-kafun.jp/kafun/>



【テレホンサービス】

1時間単位の花粉予報や飛散状況

電話 050-3535-1187（イイハナ）

■ 草本花粉情報

スギ・ヒノキ花粉シーズン後も、夏から秋に飛散する草の花粉の測定を行い、その結果をホームページで公開しています。

19 飛散総数はどのように予測しているの？

都では、以下の情報を組み合わせて飛散総数の予測を行っています。

◎前年の夏の気象

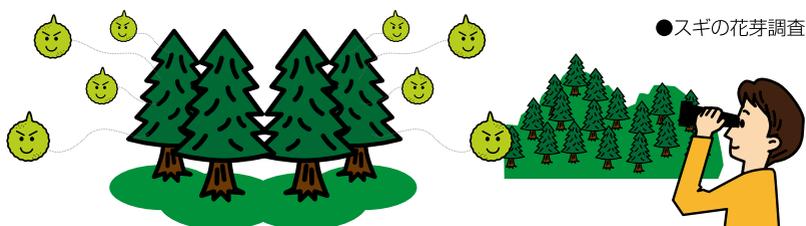
夏に日照時間が多く気温が高いと、スギの花芽がよく成長し、翌年の花粉数が多くなります。逆に、日照時間が少なく気温が低いと、花粉数は少なくなります。

◎前年秋のスギ花芽の状況

スギの花粉が成熟する11月に、花粉を放出する雄花の成長具合や、関東地区のスギ林についている花芽の量を調査し、生産される花粉数を推定します。

◎過去の飛散傾向

スギ花粉の飛散傾向や、地域による飛散数の違いなどを考慮しています。



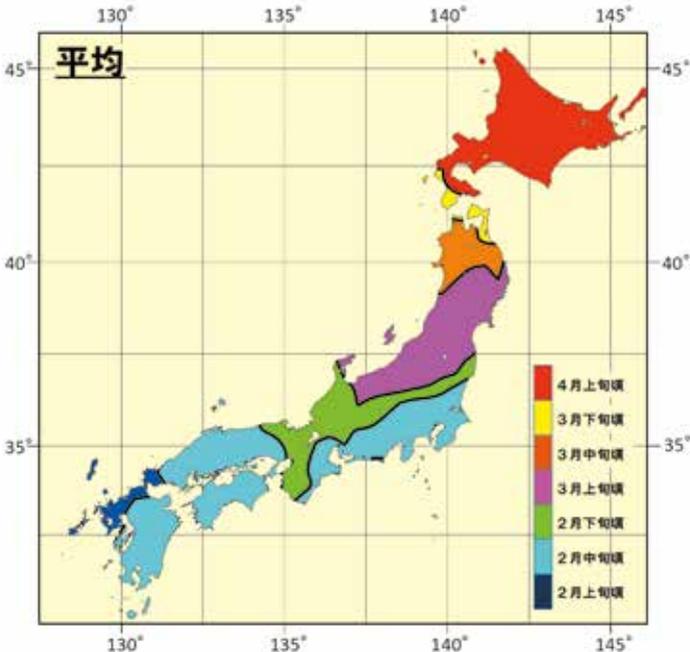
20 飛散開始日はどのように予測しているの？

過去の飛散データの解析結果から、スギ花粉の飛散開始には、スギが休眠に入った後、11月以降の気温の推移が関係することが分かっています。

休眠中のスギは、急激な気温の低下により休眠から目覚め、開花の準備を始めます。気温が低くなるのが早いと目覚めの時期が早まります。また、休眠から目覚めた後の気温が高いと開花が早まり、気温が低いと遅くなります。

都では、これらの気象条件を組み合わせ、毎年1月にスギ花粉の飛散開始日の予測を行っています。

【スギ花粉前線（平成20年～平成29年平均）】



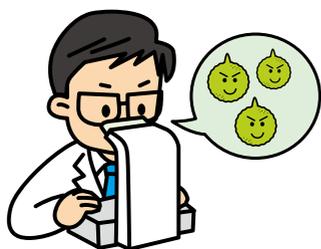
特定非営利活動法人花粉情報協会 提供

21 飛散花粉数はどのように測定しているの？

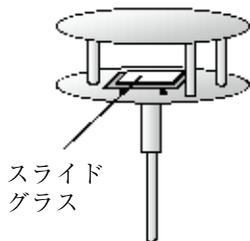
■ ダーラム法による測定

都では、昭和60年からダーラム法により測定を行ってきました。ダーラム法とは、ワセリンを塗ったスライドガラスを屋外に1日置き、付着した花粉の個数を顕微鏡で数える方法です。花粉数は、1平方センチメートル当たりの個数で表します。

【ダーラム法による花粉観測】



ダーラム式花粉捕集器



■ 花粉自動測定機による測定

平成19年春からは、花粉自動測定機による測定を行っています。これは、空気中の粒子に光を当てて花粉を検出するものであり、花粉数は、1立方メートル当たりの個数で表します。



花粉自動測定機

22 花粉が多い、少ないという区分はあるの？

ダーラム法で測定した飛散花粉数と花粉症の症状を解析して定めた日本アレルギー協会の基準があります。都では、さらに過去のダーラム法による測定結果と花粉自動測定機の測定結果を解析し、下表のランクを設定しました。

ランク	ダーラム法による測定 (個/cm ² ・日)	花粉自動測定機による 測定(個/m ³)
少ない	10個未満	4個未満
やや多い	10個以上～30個未満	4個以上～12個未満
多い	30個以上～50個未満	12個以上～20個未満
非常に多い	50個以上～100個未満	20個以上～40個未満
極めて多い	100個以上	40個以上

(日本アレルギー協会花粉情報標準化委員会の定義を基に、東京都花粉症対策検討委員会で暫定的に作成したもの)

23 毎日の花粉予報はどのように行っているの？

都では、予報する地域の過去の飛散データ及び気温や風向・風速等の気象データを基にして、日々の飛散花粉数の予測を行っています。予測した結果は、上の22で示した「少ない」から「極めて多い」までの5つのランクに分け、最長で一週間先までの花粉予報を行っています。



TOPICS 花粉症に関する情報サイト

ホームページ「東京都の花粉情報」では、花粉症の症状の軽減に役立つ情報や、スギ、ヒノキの花粉について、飛散開始日や飛散数を公表しています。

<ホームページアドレス>

http://www.tokyo-eiken.go.jp/kj_kankyo/kafun/



The screenshot shows the homepage of the Tokyo Metropolitan Institute of Public Health (東京都健康安全研究センター). The main navigation bar includes links for 'センター紹介', '行県のご案内', '刊行物', '報道発表', '調査研究', '交通案内', and '申請窓口案内'. The 'Allergies' (アレルギー) section is highlighted, with a sub-header '東京都の花粉情報' (Cherry Blossom Information of Tokyo). Below this, there is a list of news items with dates and titles, such as '平成29年スギ花粉症対策委員会(第1回)が特別発表を行いました。' and '平成29年スギ・ヒノキ花粉の観測結果(速報)を発表しました。'. On the right side, there are several service icons and links, including '健康食品', '食品衛生', '食品安全アーカイブズ', and '東京都食品安全センター'.



TOPICS 『東京都アレルギー情報navi.』を開設しました!

アレルギー疾患の基礎知識や自己管理に役立つ情報、緊急時の対応、医療機関情報等、様々な情報を都民の皆様や保育施設・医療機関等に従事する方々にお届けしています。

<ホームページアドレス>

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/allergy/>

東京都福祉保健局

東京都アレルギー情報navi.
Tokyo Allergy Portal Site

トップページ 施設案内 対応・対策 よくある質問 ガイドライン・出版物 協会・館の取組 関連機関情報

アレルギーについて 正しく理解して 正しい対応をしましょう

花粉症一口メモ
花粉症シーズン到来！季節性アレルギー疾患の対策は？

疾患で探す

- 食物アレルギー
- のびげん病
- じんじん病
- アトピー性皮膚炎
- アレルギー性鼻炎・アレルギー性結膜炎

目的で探す

- アレルギーを知ろう
- アレルギーを避けよう
- アレルギー検査について
- アレルギー治療
- アレルギー対応の生活

お知らせ

- 平成29年6月27日 平成29年度 東京都アレルギー性疾患対策計画（第2期）の概説
- 平成29年7月11日 平成29年度アレルギー性疾患対策計画（第2期）の概説を掲載しました

よくある質問



その他の花粉症を起こす植物

花粉症を起こす植物は多く知られており、これまでにおよそ60種類が報告されています。ここでは、スギ・ヒノキ以外の主な原因植物を紹介します。



カモガヤ 〈イネ科〉

◇花 期：5～7月ごろ

◇生 育：道端や草地

別名は、オーチャードグラス。

牧草として栽培されていますが、野生化したものもよくみられます。



ネズミホソムギ 〈イネ科〉

◇花 期：5～7月ごろ

◇生 育：河川敷や公園など

別名は、イタリアンライグラス。

ネズミムギとホソムギの交雑種で、牧草として栽培されているものが、野生化しました。



ススキ 〈イネ科〉

◇花 期：8～10月ごろ

◇生 育：山野

別名は、尾花、萱、茅。

秋の七草の1つ。多年草で、高さ1～2mに達し大きな株立ちとなって大きな群落となり、ススキの原を作ります。



カナムグラ 〈アサ科〉

◇花 期：8～10月ごろ

◇生 育：道端や荒地など

別名は、ジャパニーズホップ。

蔓性の草で、葉や葉柄に下向きの刺とげがあります。



ブタクサ 〈キク科〉

- ◇花 期：8～10月ごろ
- ◇生 育：道端や河原
別名は、ラグウィード。
秋の花粉症の原因となることが多く、
午前中に飛散します。



ヨモギ 〈キク科〉

- ◇花 期：8～10月ごろ
- ◇生 育：市街地、道、堤防など
別名は、モチグサ、エモギなど。
多年草であるため、1年草のブタクサ
より、繁殖は旺盛です。



ハンノキ 〈カバノキ科〉

- ◇花 期：1～3月ごろ
- ◇生 育：山野の低地、湿地、沼に自生
別名は、ハン(榛)、ヤチハンノキ(谷地
榛の木)。飛散時期がスギ・ヒノキと重複
するため、見逃されやすいと言われて
います。

TOPICS 草の花粉にも御注意！

イネ科の花粉や、キク科のブタクサ、ヨモギなどの花粉は、スギやヒノキ花粉のように遠くへは飛散しませんが、生育している付近では多くの花粉が飛んでいます。これらの植物の花期には、あまり近づかないよう注意しましょう。



花粉カレンダー（東京都近辺）

花粉症の原因となる主要な植物の花粉飛散時期についてまとめました。予防対策の参考としてください。



	スギ 	ヒノキ 	イネ科 	ブタクサ 	ヨモギ 	カナムグラ 
1月						
2月						
3月						
4月						
5月						
6月						
7月						
8月						
9月						
10月						
11月						
12月						



この冊子について、御意見・お問合せ等がございましたら
以下までお寄せください。

(あて先) 169-0073
東京都新宿区百人町三丁目24番1号
東京都健康安全研究センター企画調整部
健康危機管理情報課

電話 (03) 3363-3487

FAX (03) 5386-7427

東京都の花粉情報

◎スギ・ヒノキ花粉、イネ科・キク科などの草本花粉の測定結果や、花粉症対策の情報等をホームページに掲載しています。
<ホームページアドレス>

http://www.tokyo-eiken.go.jp/kj_kankyo/kafun/



◎スギ・ヒノキ花粉時期（2～5月上旬）には花粉予報を提供しています。

- 上記ホームページ
- テレホンサービス

電話 050-3535-1187(イイハナ)

平成30年版 花粉症一口メモ

平成30年1月発行

登録番号 (29) 25

編集・発行 東京都健康安全研究センター企画調整部
健康危機管理情報課
東京都新宿区百人町三丁目24番1号
電話 (03)3363-3487

印刷所 有限会社雄久社
電話 (03)5451-7030
