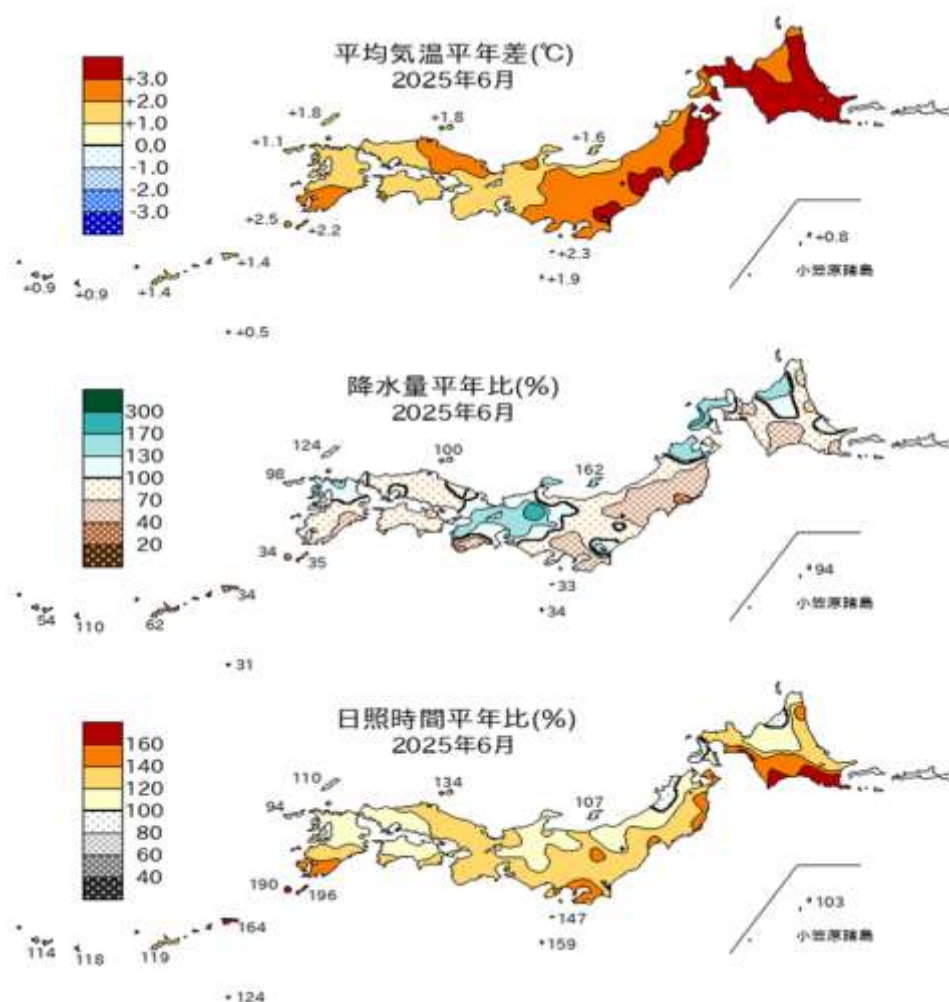


気象条件から見る 2026 年春の花粉予測  
(令和 8 年 1 月 22 日東京都花粉症対策検討委員会資料)

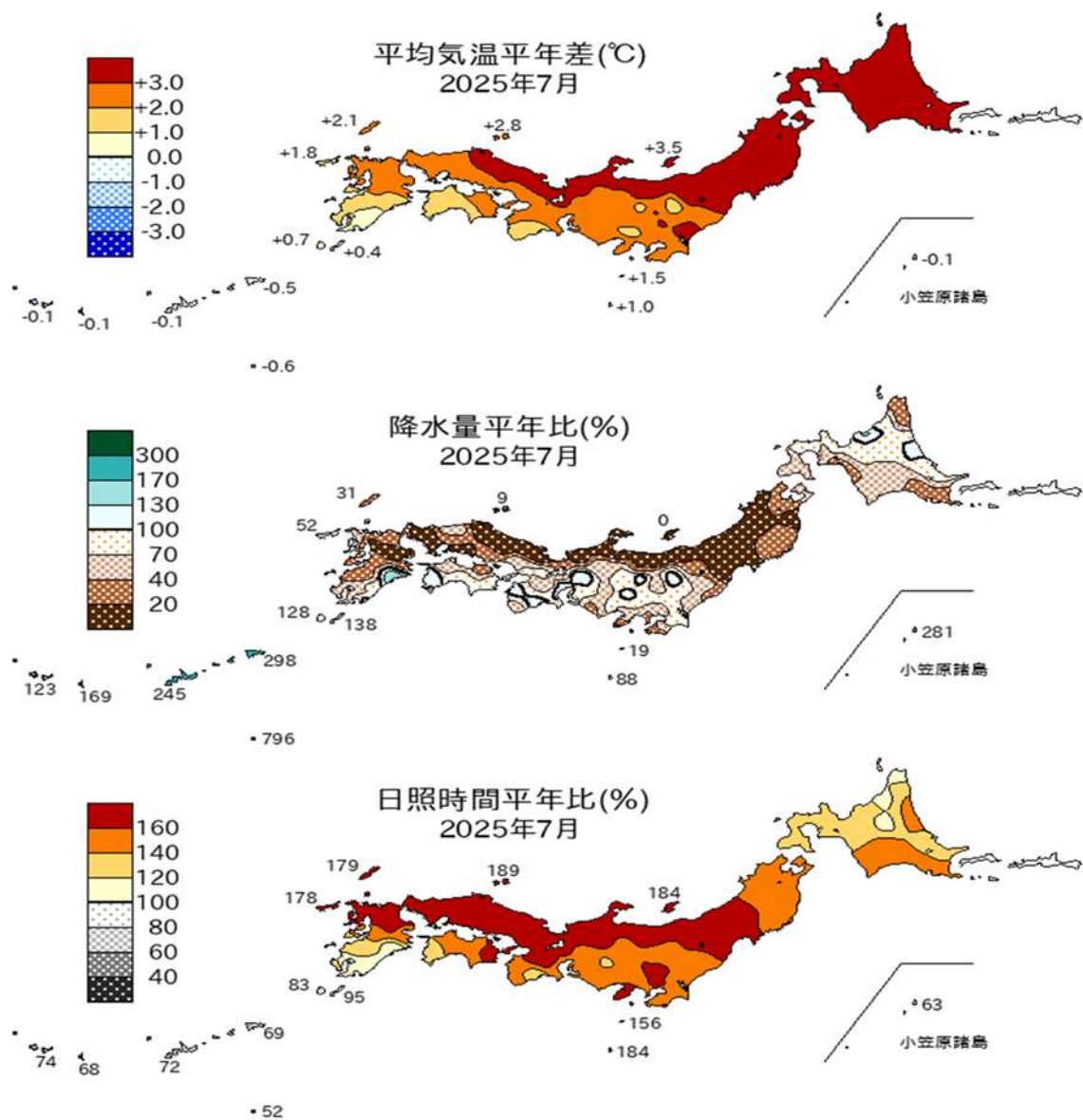
気象予報士 村山貢司

1、 令和 7 年（2025 年）夏の気象

スギやヒノキの花粉量に最も影響するのは前年 6 月から 7 月の気象、特に 6 月の日照時間になる。図一 1 に示すように 6 月の日照時間は関東地方では、平年より 20%以上多く、特に関東南部では平年より 40%前後多くなった。また図一 2 に示すように 7 月の日照時間は関東地方全域で平年より 40%以上多く、東京周辺では平年より 60%以上多くなった。東京都内に影響するスギ林は東京多摩地区、神奈川県丹沢周辺、埼玉県秩父周辺であり、これらの地域の 6 月および 7 月の日照時間を表一 1 に示す。



図一 1 令和 7 年（2025 年）6 月の気象（気象庁HP より引用）



図一2 令和7年（2025年）7月の気象（気象庁HPより引用）

表一1 各地の6月及び7月の日照時間

	6月日照 (時間)	前年 (時間)	平年 (時間)	平年比 (%)	7月日照 (時間)	前年 (時間)	平年 (時間)	平年比 (%)
東京	179.4	158.1	124.2	144.4	250.5	199.6	151.4	165.5
八王子	178.7	157.8	119.7	149.3	257.8	185.3	145.1	177.7
青梅	165.8	167.3	124.4	133.3	249.9	186.1	148.1	168.7
小河内	158.3	131.2	104.2	151.9	217.8	151.5	124.8	174.5
秩父	153.2	168	123	124.6	217.3	177.2	133.4	162.9
海老名	190.8	157.9	133.2	143.2	268.2	200.4	156.7	171.2

表一１に示すように、スギ林周辺の６月の日照時間は埼玉県秩父は令和６年（２０２４年）より少なく、東京都青梅では令和６年（２０２４年）とほぼ同じであるが、その他の地点では令和６年（２０２４年）より多くなった。また、平年との比較では１２４．６％から１５１．９％とかなり多く、７月も平年比で１６２．９％から１７７．７％と非常に多くなっている。

気象条件からは令和８年（２０２６年）のスギ・ヒノキ花粉はかなり多くなることが予想される。さらに令和８年（２０２６年）はヒノキ花粉が非常に多くなる可能性がある。都内でヒノキ花粉が非常に多くなったのは平成３０年（２０１８年）であるが、この前年の平成２９年（２０１７年）の６月は空梅雨で非常に雨量が少なかった。ヒノキは雄花形成期に雨量が少ないと多くなる傾向がある。表一２に平成２９年（２０１７年）の各地における６月と７月の気温と雨量を、表一３に令和７年（２０２５年）の各地における６月と７月の気温と雨量を示す。平成２９年（２０１７年）の６月の気温は平年とほぼ同じであったが、雨量は極めて少なくなった。令和７年（２０２５年）は６月の気温は平年より高く、雨量は極めて少なく八王子、青梅、海老名では平成２９年（２０１７年）より少なくなっている。令和７年（２０２５年）１１月１８日に奥多摩地区でスギ雄花の観察を実施した際に２地点でヒノキの雄花を観察したが、多くの枝にヒノキの雄花が観測されている。６月から７月の高温、日照時間が多い、雨量が極めて少ないという気象条件ではヒノキの雄花が非常に多くなっている可能性がある。

表一２ 平成２９年（２０１７年）６月と７月の気温と雨量

平成２９年 （２０１７年）	６月平均気温 （℃）	平年差 （℃）	６月雨量 （ｍｍ）	平年差 （ｍｍ）
海老名	21.8	-0.1	122.5	-55.7
八王子	21.3	-0.1	100	-72
青梅	21.1	0.1	83	-93
秩父	20.8	0	49	-96.4
平成２９年 （２０１７年）	７月平均気温 （℃）	平年差 （℃）	７月雨量 （ｍｍ）	平年差 （ｍｍ）
海老名	27	1.3	65.5	-125.7
八王子	26.8	1.4	130	-58.3
青梅	26.6	1.8	124.5	-73.4
秩父	25.9	1.3	260	68

表一 3 令和 7 年（2025 年） 6 月と 7 月の気温と雨量

令和 7 年 (2025 年)	6 月平均気温 (℃)	平年差 (℃)	6 月雨量 (mm)	平年差 (mm)
海老名	24.8	2.9	97.5	-80.7
八王子	24.5	3.1	58	-114
青梅	21.1	0.1	83	-93
秩父	23.5	2.7	86	-59.4
令和 7 年 (2025 年)	7 月平均気温 (℃)	平年差 (℃)	7 月雨量 (mm)	平年差 (mm)
海老名	28.2	2.5	56	-135.2
八王子	27.9	2.5	189.5	1.2
青梅	24.2	3.2	114.5	-83.4
秩父	27	2.4	161	-31

ちなみに平成 29 年（2017 年）および令和 7 年（2025 年）共に空梅雨であり、関東地方全域の梅雨期間日数は平成 29 年（2017 年）が平年より 13 日短く、令和 7 年（2025 年）は 7 日短くなった。また、関東地方全域の雨量は平年と比較して平成 29 年（2017 年）が 69%、令和 7 年（2025 年）が 73%であった。

## 2、令和 8 年（2026 年）の各地の花粉予測

都内の花粉の飛散量の予測は気象条件と前年の花粉数をベースに、関東南部のスギ雄花の調査結果を入れた重回帰式によって計算している。東京への花粉の影響度は神奈川県が最も大きく、次いで東京と埼玉になる。関東南部において令和 7 年（2025 年）の 11 月から 12 月に観測されたスギ雄花調査の結果を表一 4 に示す。東京と神奈川の平均値は前年とほぼ同じ水準であり、過去 10 年の平均値との比較ではやや多くなっている。

奥多摩、高尾周辺、つくば周辺ではヒノキの雄花が例年よりやや多くなっており、令和 8 年（2026 年）春のスギ・ヒノキの合計花粉数は令和 7 年（2025 年）よりやや多くなる可能性が高い（表一 5）。

表一 4 令和 7 年（2025 年）スギ雄花調査結果（環境省報道発表資料より作成）

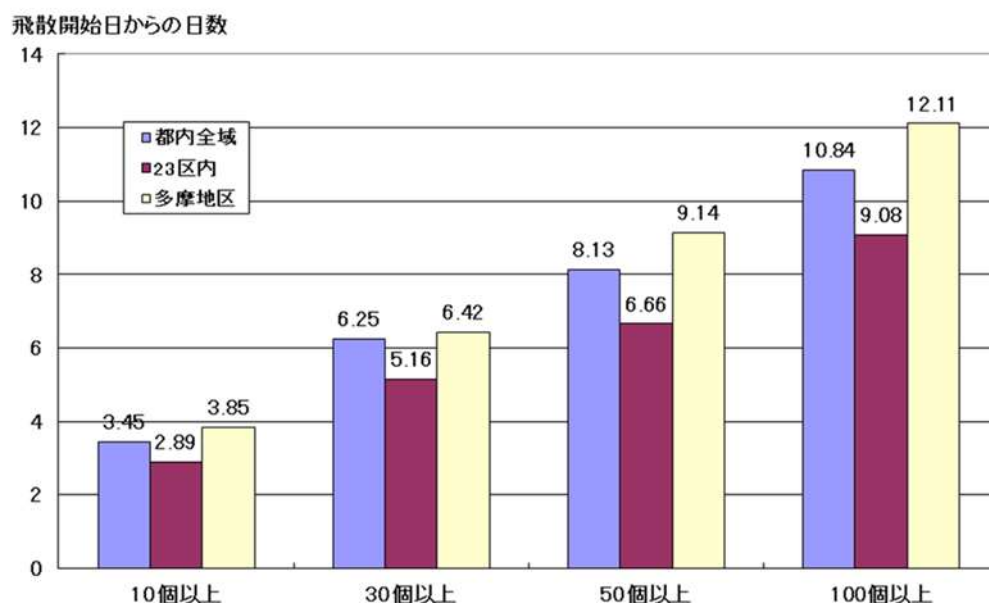
個/m <sup>2</sup>	令和7年 (2025年)	令和6年 (2024年)	過去10年 平均	前年差	平均差
埼玉県	5527	6308	6236	-781	-709
千葉県	9721	9903	6007	-182	3714
東京都	4938	3985	5681	953	-743
神奈川県	11074	12357	9302	-1283	1772
東京・神奈川平均	8006	8171	7492	-165	514

表一５ 令和８年（２０２６年）都内花粉予測

	令和７年 (2025年) 実測	令和８年 (2026年) 予測	過去10年平均	30個/cm <sup>2</sup> 以上の 日数の予測
千代田	5051	6060	5363	31
葛飾	5046	6090	5392	31
杉並	5406	7550	6690	36
北	4742	6130	5432	32
大田	4866	6160	5453	32
区部平均	5022	6398	5666	32
青梅	7790	13140	11645	51
八王子	5019	7920	6998	38
多摩	5005	6440	5703	32
町田	3109	4410	3897	27
立川	5913	8070	5971	36
府中	3465	4670	4071	29
小平	2312	3650	2870	21
多摩地域平均	4659	6900	5879	33
都内平均	4810	6691	5790	33

単位は花粉数が個/m<sup>2</sup>、30 個以上の欄は日/シーズン

なお、花粉数の増加によって飛散開始から短期間で花粉数が増加するようになっており、過去 10 年の平均では、図一 3 に示すように飛散開始から花粉数が 10 個以上になるまでの日数は 3 日から 4 日、30 個以上になるまでの日数は 6 日前後になっている。多摩地区に比べると 23 区内の方がおよそ 1 日早くなっている。花粉情報で「やや多い」ランクになるのに 4 日、「多い」のランクになるのに 1 週間と近年は非常に早いことを都民に理解してもらう必要がある。



図一 3 飛散開始日から各ランクまでの日数

### 3、飛散開始日の予測について

スギの雄花は11月末から12月にかけて休眠に入り、この休眠期間、特に12月の気温が低いほど早く覚醒して開花準備にはいる。休眠覚醒後は気温が高いほど開花が早くなる。令和7年（2025年）の12月からの旬毎の東京の平均気温を表一6に示す。

表一6 令和7年（2025年）12月から令和8年（2026年）2月の  
旬毎の八王子の平均気温と平年差  
（気象庁HPより引用）

	期間	平均気温 (°C)	平年値 (°C)	平年差 (°C)
令和7年 (2025年)	12月上旬	7.4	7.4	0.0
	中旬	5.9	5.7	0.2
	下旬	6.0	4.6	1.4
令和8年 (2026年)	1月上旬	3.5	3.6	-0.1
	中旬	4.2	3.3	0.9
	下旬	3.6	3.3	0.3
令和8年	2月	やや高い	3.6	

八王子における旬平均気温と平年差

\*1月中旬以降は予測値

令和 7 年（2025 年）12 月の平均気温は八王子市でほぼ平年並みであった。令和 8 年（2026 年）1 月上旬の平均気温は平年並みの気温であった。令和 8 年（2026 年）1 月中旬から下旬にかけてと 2 月上旬の平均気温は平年並みかやや高い気温が予想されている。スギ雄花が休眠から覚醒するのは例年とほぼ同じと推定されており、12 月下旬から 2 月上旬平均気温が平年並みかやや高いと予想されるために、令和 8 年（2026 年）のスギ花粉の飛散開始は例年よりやや早いと予想される。



図一 4 令和 8 年(2026 年) 1 月の予想気温

令和 8 年(2026 年)1 月 24 日～2 月 6 日の  
予想気温

気象庁 HP より引用

令和 8 年 1 月 14 日時点の予想では、令和 8 年（2026 年）春のスギ花粉の飛散開始日は、令和 7 年（2025 年）および過去 10 年平均よりやや早くなる見込みである。なお、飛散開始日の予測は都内で一斉に連続して花粉が飛散する時期を予測している。

令和 7 年（2025 年）11 月のスギ花粉の飛散状況を見ると、千代田で 11 月 17 日～23 日に合計 4.3 個の花粉が観測されており、杉並でも 11 月 17 日～23 日に 3.7 個、24 日～26 日に合計 1.5 個の花粉が観測されている。多摩地区ではほとんど観測されていないので、23 区内で観測された花粉は神奈川県か静岡県から輸送されたものと推定される。

令和 8 年（2026 年）1 月の日毎の最高気温を見ると 1 日から 13 日の期間で 2 月中旬から 4 月上旬の気温になった日数が 7 日もあった。気象庁の予測では中旬後半にさらに 2 日あるとなっている。1 月上旬と中旬の最高気温の積算値は平年が 189 度だが、令和 8 年（2026 年）は 13 日までの実況値と予測値で 246 度になり、季節の進みが例年より 6 日前後早くなっている。

令和 8 年（2026 年）も過去の飛散開始日の平均より非常に早く 2 日連続で 1 個以上の飛散が確認される可能性がある。



表一 7 令和 8 年（2026 年）春のスギ花粉飛散開始日予測

	令和 7 年 (2025 年) 実測	過去10年平均	令和 8 年 (2026 年) 予測
千代田	2月15日	2月15日	2月11日
葛飾	2月16日	2月15日	2月12日
杉並	2月15日	2月15日	2月11日
北	2月24日	2月16日	2月12日
大田	2月15日	2月13日	2月10日
青梅	2月13日	2月12日	2月10日
八王子	2月14日	2月14日	2月10日
多摩	2月14日	2月14日	2月11日
町田	2月14日	2月16日	2月12日
立川	2月14日	2月14日	2月11日
府中	2月14日	2月15日	2月11日
小平	2月14日	2月16日	2月12日