

2026年7月7日

**【天気痛調査 2026】 医師と気象予報士による解説付き
回答した1万人の約半数が天気痛を自覚 3割は梅雨・台風シーズンに悪化
～症状が出ると4割が1日以上継続 多くは医療機関を受診せず～**

株式会社ウェザーニューズ(本社:千葉県美浜区、代表取締役社長:石橋 知博)は、4年連続予報精度 No.1(※1)、お天気アプリ利用者数 No.1(※2)の「ウェザーニュース」アプリを通じて、2026年6月「天気痛調査 2026」を実施いたしました。本格的な雨や台風のシーズンに合わせ、天気や気圧の変化による身体の不調「天気痛」の症状や対策方法などの実態について調査し、その結果を発表いたしました。本調査の発表にあたり、気圧医学の第一人者である佐藤純医師に天気痛の症状や対策方法について解説していただきました。また、ウェザーニューズ予報センターで「天気痛予報®」を担当する大塚靖子気象予報士が、天気痛の気象要因について解説します。本調査結果の詳細は、「ウェザーニュース」アプリやウェザーニュースのウェブサイトで開催するとともに、今後のサービスに活用していきます。ウェザーニュースでは、6日先までの天気痛のリスクを4段階で予測する「天気痛予報®」を提供しています。事前に不調のリスクを把握することで、効果的な対策をサポートします。また「梅雨の天気痛チェックシート」では、10個のチェック項目への回答で天気痛の可能性を3段階で診断します。梅雨に入って何となく不調を感じる“梅雨ダル”でお悩みの方、もしかしたら天気痛かもしれないと感じている方など、ぜひお試しください。自分が天気痛かどうか判断する目安としてご活用ください。

※1 2026年5月26日発表 「ウェザーニュース」が4年連続で予報精度 No.1 を獲得 </news/56086/>

※2 Sensor Tower 調べ (2026年4月時点、日本国内 App Store および Google Play の天気カテゴリにおけるアクティブユーザー数)

本プレスリリースの素材ダウンロード	医師と共同開発した天気痛予報®
https://jp.weathernews.com/news/56590/	https://weathernews.jp/pain/

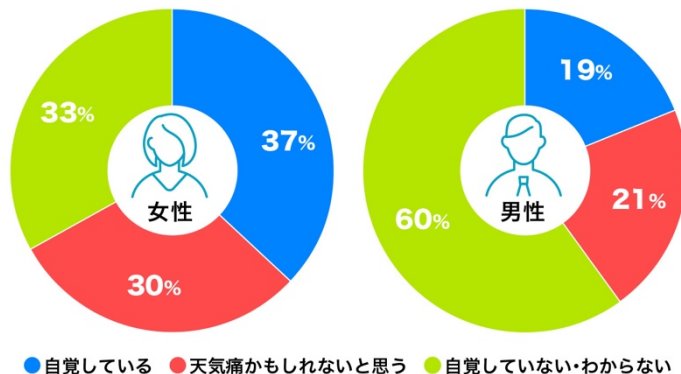
✔ポイント

- <1> 約半数が天気痛を自覚、女性は3人に2人
- <2> 男女とも40代で発症が最多 女性は若い年代から症状が出やすい
- <3> 1年を通して悩んでいる人が多い一方、3割は梅雨や台風シーズンが特につらいと回答
- <4> 3割は天気痛が「年々つらくなっている」と実感
- <5> 女性は月2回以上が半数超 継続的な不調に悩む人も
- <6> 症状を感じても医療機関の未受診が約7割
- <7> 症状が出ると4割は1日以上続くと回答 数時間で回復するのは1割未満
- <8> 市販薬が最も多い一方、「対処方法が分からない」という声も
- <9> 半数以上が雨の半日以上前から体調の変化を自覚
- <10> 年齢を重ねるほど早い段階で気圧変化を感じる傾向
- <11> 症状緩和策にかかる費用は全国平均 1,640 円/月 若い世代ほど対策に積極的

<1>約半数が天気痛を自覚、女性は3人に2人

天気痛調査2026

天気痛をどの程度自覚していますか？



実施日:2026年6月7日(日)~8日(月) 参加人数:10,041

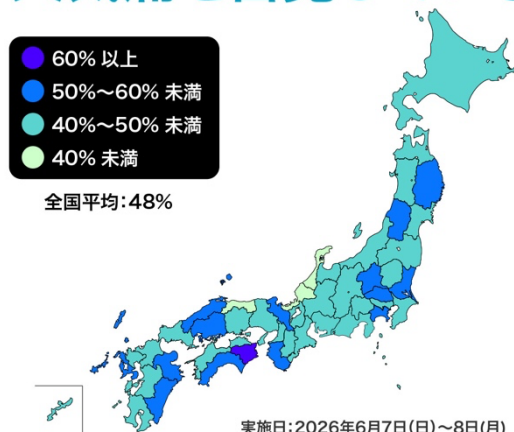
ウェザーニュース

「天気痛をどの程度自覚していますか？」という質問に対して、「自覚している」、「天気痛かもしれない」「自覚していない・わからない」の3択で回答していただきました。10,041人の回答を集計した結果、「自覚している」が24%、「天気痛かもしれないと思う」が25%となり、合わせると全体の49%でした。およそ2人に1人が天気や気圧の変化による体調不良を感じていることとなります。

男女別による違いが顕著で、女性は「自覚している」が37%、「天気痛かもしれない」を含めると67%に達しました。一方、男性は「自覚している」と「天気痛かもしれない」を合わせても40%で、女性の方が天気痛を感じる割合が高い結果となりました。

天気痛調査2026

天気痛を自覚している割合



実施日:2026年6月7日(日)~8日(月) 参加人数:10,041

ウェザーニュース

都道府県別では、「自覚している」「天気痛かもしれない」を合わせた割合が最も高かったのは徳島県(61%)、次いで島根県(58%)でした。西日本や関東では5割を超える地域が比較的多く、気圧変化や降水の影響を受けやすい地域で、自覚する人が多い傾向が見られました。

▶大塚気象予報士コメント

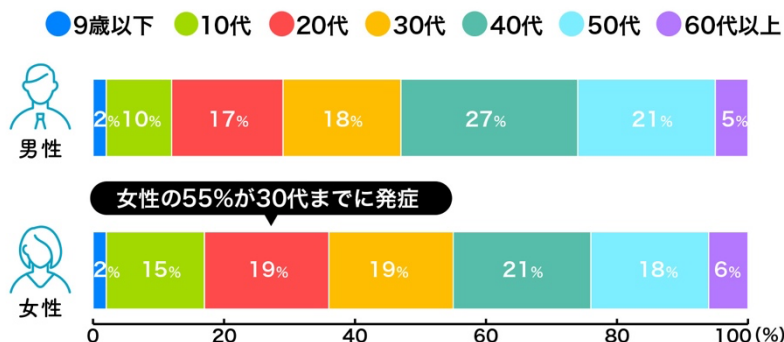
低気圧による気圧変動の影響は通常、北日本~東日本で大きい傾向にあります。今回の調査や過去に行った同様の調査(2020年、2023年、2025年)でも、西日本で天気痛を感じる人の割合が多い地域が見られました。この理由として、西日本では台風が中心気圧の低い状態で接近・通過しやすいこと、また、南から接近

する台風に先立って微細な気圧変動(微気圧変動)が到達しやすい場所であることが影響していると考えられます。天気痛は気象以外にも、体質や生活環境など様々な要因が複雑に絡んで起こりますが、台風接近時に天気痛のリスクが高まりやすい地域であるということが、西日本で天気痛を感じる人の割合が大きい地域がある要因の一つになっている可能性があります。

<2>男女とも 40 代で発症が最多 女性は若い年代から症状が出やすい

天気痛調査2026

天気痛を感じ始めたのは何歳頃ですか？



※「覚えていない」+「天気痛ではない」の回答を除く結果 実施日:2026年6月9日(火)~10日(水) 参加人数:8,136 WJ ウェザーニュース

「天気痛を感じ始めたのは何歳頃ですか？」と質問し、「9歳以下」、「10代」、「20代」、「30代」、「40代」、「50代」、「60代」、「覚えていない」、「天気痛ではない」の9択から選んでいただきました。その中で、男女ともに最も多かったのは40代で、全体の2割以上を占めました。40代は仕事や家庭など生活環境の変化が重なりやすく、ストレスや睡眠不足などによって自律神経のバランスが乱れやすい年代でもあります。こうした要因に加え、年齢による体質の変化も重なり、天気による体調の変化を自覚し始める人が増えると考えられます。

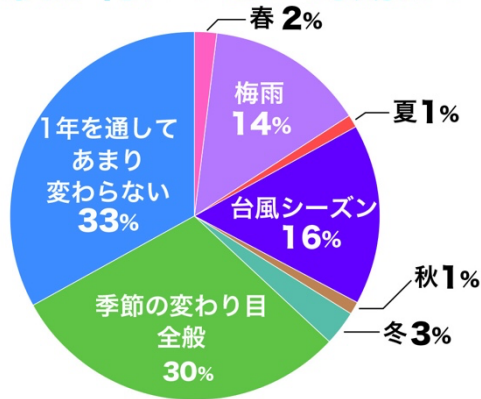
一方で、女性は男性よりも若い年代から症状を感じ始める傾向が見られました。女性では半数以上が30代までに発症していたのに対し、男性では40代に続いて50代が多くなっており、比較的遅い年代から症状を自覚する人が多い結果となりました。女性は思春期や妊娠・出産、更年期など、ライフステージごとにホルモンバランスが大きく変化するため、こうした身体の変化も天気痛の発症時期に影響している可能性があります。

▶佐藤医師コメント

生物学的に男女には差があり、女性は首が細かったり、女性のほうが感覚が鋭かったり、自律神経が弱いのは間違いありません。つまり、女性のほうが天気痛や気象病になりやすい要素が多いと考えられます。自分の体調不良がひよっとすると天気の影響かもしれないと考えてみることをお勧めします。正しい治療によって天気の影響をカットすることで、思いのほか体調が良くなった。そんな経験をする中で、悪い方向に向かって回っていた歯車が、いい方向に向かって回り始めます。すると自分のなかで、小さな成功体験が積み重なっていきます。うまくいった経験を繰り返し重ねることで痛みへの認知が変わり、自分の力を発揮して痛みや不調とうまく付き合っていく、そしてゆくゆくは克服する方向へと変わっていきけるのです。

<3>1年を通して悩んでいる人が多いものの3割は梅雨や台風シーズンが特につらいと回答

天気痛の症状が特につらい時期はいつですか？



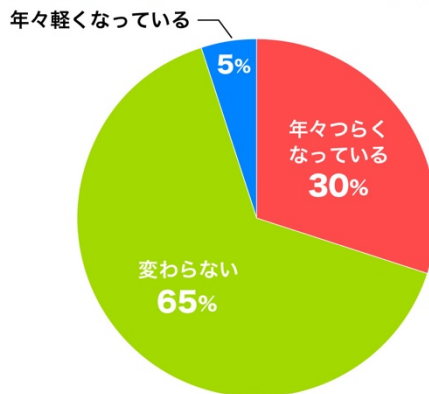
※「天気痛ではない」の回答を除く結果

実施日:2026年6月12日(金)~13日(土) 参加人数:7,944 ウェザーニュース

「天気痛の症状が特につらい時期はいつですか？」という問いに対して、「春」「梅雨」「夏」「台風シーズン」「秋」「冬」「季節の変わり目全般」「1年を通してあまり変わらない」「わからない・天気痛ではない」の中から選択していただきました。最も多かった回答が「1年を通してあまり変わらない」で3割を超え、次いで「季節の変わり目全般」という回答が3割を占める結果となりました。季節の変わり目は低気圧と高気圧が交互に通過することによる気圧の変動や寒暖差によって天気痛が悪化しやすくなると考えられます。また、季節別では、「台風シーズン」が16%、「梅雨」が14%という結果でした。急激な気圧低下にさらされる台風接近時や、雨によって湿度が高くなる梅雨の時期に、頭痛やめまい、倦怠感などの天気痛の症状が出やすくなるようです。一方で、「1年を通してあまり変わらない」と回答した人が最も多かったことから、天気痛は特定の季節だけの症状ではなく、年間を通じて繰り返し現れる慢性的な症状として悩んでいる人も少なくないことがうかがえます。

<4>3割は天気痛が「年々つらくなっている」と実感

天気痛の症状は年々どのように変化していますか？



※「天気痛ではない」の回答を除く結果

実施日:2026年6月10日(水)~11日(木) 参加人数:7,833 ウェザーニュース

「天気痛の症状が年々どのように変化していますか？」とお聞きして、「年々つらくなっている」「変わらない」「年々軽くなっている」「天気痛ではない」から回答していただきました。「変わらない」が65%で最も多くなりました。一方、「年々つらくなっている」と回答した人は30%となり、「年々軽くなっている」(5%)を大きく上回りました。症状が悪化していると感じる人は、改善を実感している人のおよそ5.5倍にのぼります。多くの人が、以前よりも天気による体調不良を強く感じていることがうかがえる結果となりました。

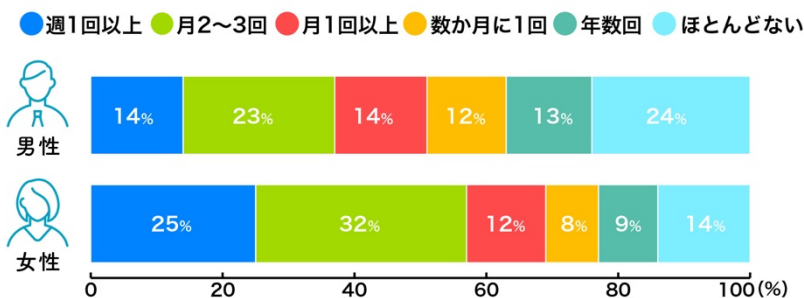
近年は記録的な大雨や猛暑、台風の大型化など、極端な気象現象が増えていることに加え、急激な気圧変化を伴うケースも少なくありません。こうした気象条件が、症状を以前より強く感じる要因の一つになっている可能性があります。

<5> 女性は月2回以上が半数超 継続的な不調に悩む人も

天気痛調査2026



どのくらいの頻度で症状がありますか？



※「天気痛ではない」の回答を除く結果

実施日：2026年6月11日(木)～12日(金) 参加人数：8,005 ウェザーニュース

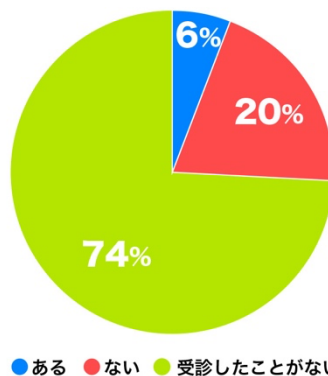
天気痛の症状が現れる頻度について質問し、「週1回以上」「月2~3回」「月1回以上」「数か月に1回」「年数回」「ほとんどない」「天気痛ではない」の中から最も近いものを選んでいただきました。女性では「週1回以上」が25%、「月2~3回」が32%となり、月に2回以上症状を感じる人が半数を超えました。男性でも「月2~3回」が23%で最も多く、「週1回以上」「月1回程度」を合わせると、こちらも半数を超える結果となりました。この結果から、天気痛は一時的な体調不良ではなく、男女ともに定期的に繰り返し現れる症状として生活に影響を及ぼしていることがうかがえます。

<6> 症状を感じても医療機関の未受診が約7割

天気痛調査2026



天気痛と診断されたことはありますか？



実施日：2026年6月8日(月)～9日(火) 参加人数：9,140 ウェザーニュース

「天気痛と診断されたことはありますか？」と質問し、「ある」「ない」「受診したことがない」の中から選択していただいたところ「診断されたことがある」と回答した人はわずか6%にとどまりました。一方で、「受診したことがない」と回答した人は約7割に達しており、多くの人が症状を自覚しながらも医療機関を受診していない実

態が明らかになりました。今回の調査では約 2 人に 1 人が天気痛を自覚、あるいはその可能性を感じていると回答していましたが、その多くは正式な診断を受けていないことになります。「病院へ行くほどではない」「何科を受診すればよいかわからない」と感じ、自己判断で様子を見る人も少なくないのかもしれない。

▶佐藤医師コメント

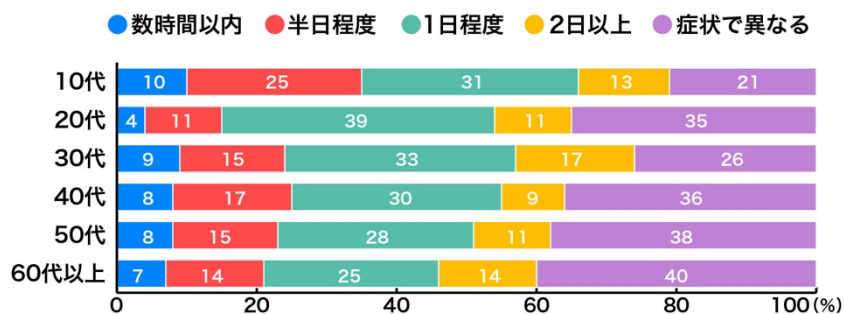
何科にかかったらいいのかわからないなど、はじめの一步を踏み出せない人は、まずは、自分の症状を理解してくれる医療機関を見つけることが重要です。天気痛の代表的な症状は頭痛、肩こり、首こりですが、その人が持っている不調に応じて症状はさまざまです。そのため、頭痛外来などの専門の診療科を選んで受診するのは良いと思います。ただし、天気痛はエビデンスがまだ少ない病気です。そのため、残念ながら医師の中にも天気痛に懐疑的な人もいますし、治療経験のある医師は多くありません。場合によっては、「天気が悪くなると体調が優れない」と相談しても、「気のせい」と言われてしまう可能性すらあります。私はこの問題を解決するために、天気痛や気象病に理解のあるドクターグループを立ち上げました(臨床気象病研究会)。ホームページからお近くの先生を探してみて受診してください。

<7> 症状が出ると 4 割は 1 日以上続くと回答 数時間で回復するのは 1 割未満

天気痛調査2026



一度症状が出るとどのくらい続きますか？



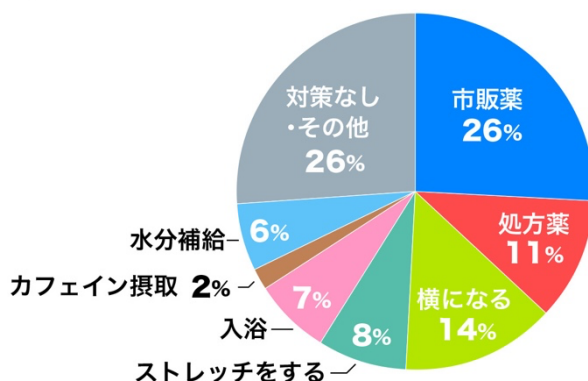
※「天気痛ではない」の回答を除く結果

実施日:2026年6月14日(日)~15日(月) 参加人数:7,542 ウェザーニュース

「一度症状が出るとどのくらい続きますか？」という問いに対して、「数時間以内」「半日程度」「1日程度」「2日以上」「症状で異なる」「わからない・天気痛ではない」の中で選んでいただきました。回答を集計すると、「1日以上続く」と回答した人は約 4 割となりました。一方、「数時間で回復する」と答えた人は 1 割未満にとどまり、多くの方が長時間にわたり不調を感じていることがわかりました。年代別では 20 代・30 代で症状が長引く傾向が最も顕著で、「1日以上」と「2日以上」を合わせると約 2 人に 1 人が長時間症状に悩まされているようです。10 代でも 4 割を超えており、若い世代ほど症状が長引きやすい傾向が見られます。

<8> 市販薬が最も多い一方、「対処方法が分からない」という声も

天気痛対策として、最も効果を感じるものは何ですか？



※「天気痛ではない」の回答を除く結果

実施日:2026年6月13日(土)~14日(日) 参加人数:6,941 WAVE ウェザーニュース

「天気痛対策として、最も効果を感じるものは何ですか？」という問いに対し、「市販薬を飲む」「処方薬を飲む」「横になって休む」「ストレッチ・マッサージをする」「入浴する」「カフェインを摂る」「こまめに水分補給をする」「特に対策はしていない・その他」「天気痛ではない」の中から1つ回答していただきました。「天気痛ではない」を除く回答を集計したところ、最も多かった回答は「市販薬」でした。続いて「横になる」、「処方薬」が続き、市販薬と処方薬を合わせると約 4 割となりました。薬による対策を取り入れている人は多く、特に 30～50 代では半数以上が「薬が効果的」と回答しています。仕事や家事などで休みにくい世代ほど、症状を和らげながら日常生活を送るための対策として薬を活用している様子がうかがえます。

一方、「天気痛の症状があっても我慢する理由」を尋ねたところ、「症状が軽いから」が最も多くなりました。そのほか、「対処方法が分からない」「薬に頼りたくない」といった回答も目立ちます。女性では「薬に頼りたくない」と答えた割合が比較的高く、男性では「対処方法が分からない」と回答した人が多い傾向でした。また、「昔から我慢するものだと思っている」「周囲に理解されにくい」といった回答も一定数ありました。

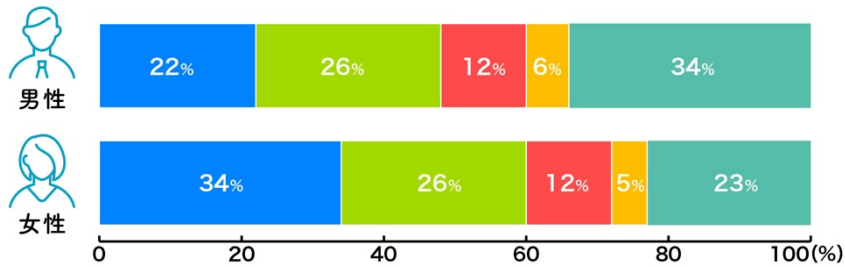
▶佐藤医師コメント

天気の影響を受ける人は、天気に変化するたびに体調が悪くなるので、どうしても痛み止めに頼ってしまいがちです。しかし、痛み止めを飲み過ぎると薬が効かなくなってくるので、痛みを我慢しないといけない状況になってしまいます。天気痛予報で天気の変化を事前に予想できれば、痛みがひどくならないうちに、効果的に痛み止めを服用できるようになるので、自分の傾向を把握して、タイミング良く服用するようにしましょう。かかりつけ医に相談する際には、天気痛予報で症状記録をつけて、客観的な事実を示しながら相談するとよいでしょう。

<9>半数以上が雨の半日以上前から体調の変化を自覚

雨が降り始める何時間前頃から不調を感じますか？

● 1日以上前 ● 半日ほど前 ● 数時間前 ● 雨が降っている間 ● 雨とは関係ない



※「天気痛ではない」の回答を除く結果

実施日：2026年6月18日(木)～19日(金) 参加人数：7,328 ウェザーニュース

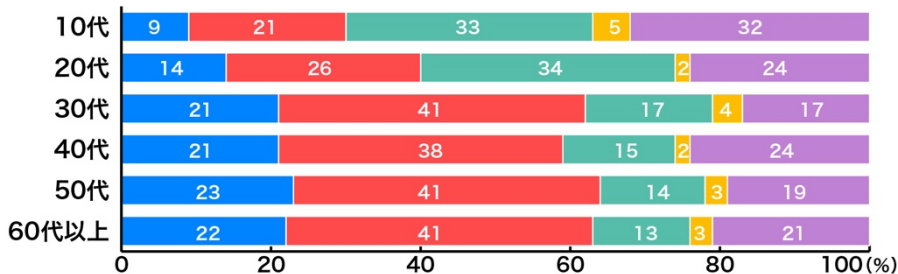
「雨が降り始める何時間前頃から不調を感じますか？」と質問し、「1 日以上前」「半日ほど前」「数時間前」「雨が降っている間」「雨との関係はない」「わからない・天気痛ではない」の中から選んでいただきました。「わからない・天気痛ではない」を除いて集計したところ、「1 日以上前」が 28%、「半日ほど前」が 25%となり、半数以上が雨が降り始める半日以上前から体調の変化を感じていることがわかりました。「雨が降ると頭が痛くなる」というイメージを持つ人は少なくありません。しかし実際には、雨が降り始めてからではなく、低気圧が近づいて気圧が変化し始めた段階で症状を感じる人が多いことが、今回の調査でも確認されました。

男女別では、「1 日以上前」と回答した割合は女性が 34%、男性は 21%となり、女性の方が早い段階で体調の変化を感じる方が大きいことがわかりました。

<10> 年齢を重ねるほど早い段階で気圧変化を感じる傾向

低気圧や台風が来る何日前から症状が出ますか？

● 2日以上前 ● 1日前 ● 当日 ● 前ではなく通過後 ● 症状は出ない



※「天気痛ではない」の回答を除く結果

実施日：2026年6月17日(水)～18日(木) 参加人数：8,068 ウェザーニュース

「低気圧や台風が来る何日前から症状が出ますか？」とお聞きし、「2 日以上前」「1 日前」「当日」「前ではなく通過後」「症状は出ない」「その他・天気痛ではない」の中から選択していただきました。「その他・天気痛ではない」を除いた割合を見てみると、「1 日前」が 39%で最も多く、「2 日以上前」が 21%となりました。約 6 割の人が、低気圧や台風が接近する前日までに身体の変化を感じていることになります。

年代別では、「2日以上前」と回答した割合は30代以上で2割を超えた一方、10代・20代では1割程度にとどまり、年代が上がるほど早い段階から気圧変化を感じる傾向が見られます。また、「1日前」と「2日以上前」を合わせると、30代以降では過半数に達しています。年齢とともに体調の変化を敏感に感じやすくなることに加え、「このくらいの気圧になると体調を崩しやすい」といった経験が積み重なることで、自身の変化に気づきやすくなっている可能性も考えられます。

<11> 症状緩和策にかかる費用は全国平均 1,640 円/月 若い世代ほど対策に積極的

天気痛調査2026



天気痛、毎月の対策費用は？



2026年

お金をかけるトップ5

1位	高知・山形	2,500円
3位	群馬	2,425円
4位	奈良	2,375円
5位	広島	2,231円

※“お金をかけない”を除いて算出

実施日:2026年6月16日(火)~17日(水) 参加人数:5,382 ウェザーニュース

天気痛の症状を和らげるために、毎月どのくらい費用をかけているのか調査しました。回答は0円から10,000円まで500円刻みで選択していただき、お金をかけている人のみを集計したところ、全国平均は月額1,640円となりました。都道府県別では、高知県と山形県がともに2,500円で最も高く、次いで群馬県(2,425円)、奈良県(2,375円)、島根県(2,091円)となりました。

天気痛調査2026



天気痛、毎月の対策費用は？

~10代	¥2,625	男性	¥1,817
20代	¥2,725	女性	¥1,771
30代	¥1,729		
40代	¥1,729		
50代	¥1,781		
60代以上	¥1,652		

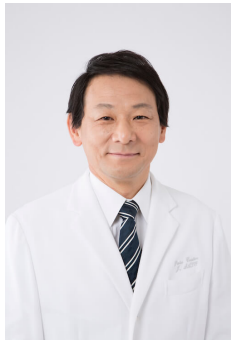
※“お金をかけない”を除いて算出

実施日:2026年6月16日(火)~17日(水) 参加人数:5,382 ウェザーニュース

年代別では、20代が2,725円で最も高く、次いで~10代(2,625円)、50代(1,781円)となっています。若い世代ほど対策費用をかける傾向が見られ、仕事や学校生活への影響を少しでも抑えたいという意識が背景にあると考えられます。男女別では、男性が月平均1,817円、女性が1,771円となり、大きな差は見られませんでした。

性別を問わず、多くの人が継続的に天気痛対策へ取り組んでいることがわかります。

佐藤 純(さとう じゅん)医師



医師/医学博士

愛知医科大学客員教授、中部大学生命健康科学部教授

パスカル・ユニバース(株)代表

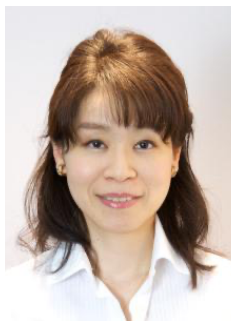
気象変化と慢性疼痛、自律神経の関係が専門

愛知医科大学病院 痛みセンターにて 2005 年より天気痛・気象病外来を開設

気象医学の第一人者、日本疼痛学会監事、日本運動器疼痛学会理事、日本生気象学会理事などを歴任

「天気痛ドクター」として TV、雑誌等マスコミで活躍中、著書多数

大塚 靖子(おおつか やすこ)気象予報士



株式会社ウェザーニューズ 予報センター

気象予報士、「天気痛予報®」担当

日本生気象学会 気象病・天気痛研究委員会

佐藤医師と共に「天気痛予報®」を開発

ユーザーからの天気痛の症状報告を分析し、予報の評価や改善を担う

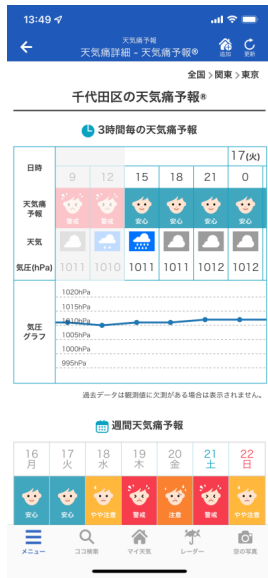
ウェザーニューズでは本調査結果を活用し、天気痛の理解促進を目指すとともに、天気痛への対策や症状緩和へ役立てていただくため、「天気痛予報®」のさらなる精度改善と、個々の症状に合わせたよりパーソナルな予報の実現に努めてまいります。

◇ 天気痛対策の強い味方、医師と共同開発した体調管理アプリ「天気痛予報®」

「天気痛予報®」は、気圧医学の第一人者である天気痛ドクター佐藤純医師とウェザーニューズが共同開発した、“天気痛”が起りやすいタイミングを予報するサービスです。2018 年 9 月～2019 年 10 月の期間に合計 35 回の調査を実施し、のべ 15.8 万人の症状報告を集めて詳細に分析したところ、天気痛の発症に影響しやすい 3 つの気圧変化パターン(低気圧や高気圧、台風などによる気圧変化・大気潮汐・微気圧変動)が明らかになりました。「天気痛予報®」では、この気圧変化パターンを抽出して指数化し、痛みのリスクを予報しています。

「天気痛予報®」では、天気痛のリスクを“警戒”“注意”“やや注意”“安心”の 4 ランクで予報します。痛みのリスクを事前に把握できるため、症状に対する心構えや薬の準備など事前の対策に役立ちます。3 時間毎の予報と天気、気圧の変化も確認することができるので、薬を飲むタイミングにもご参考いただけます。また、痛みや服薬のタイミングをアプリで記録し、カレンダー形式で過去の症状を気象データと照らし合わせて確認することも可能です。どんな時に痛みが起きやすいかや、薬の服用による症状の変化など、自分の症状の振り返りや傾向の把握に便利です。さらに、「梅雨の天気痛チェックシート」では、10 個のチェック項目に答えていただくことで、天気痛の可能性を 3 段階で診断します。診断後には佐藤純医師からの詳しい解説も見ることができます。梅雨に入って何となく不調を感じる“梅雨ダル”でお悩みの方、自身の不調がもしかしたら天気痛かもしれないと感じている方など、ぜひお試しください。事前の対策や症状の緩和などにお役立てください。

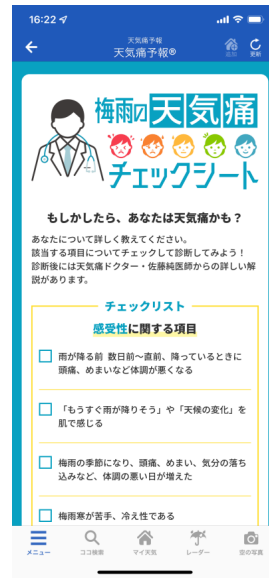
気圧医学の専門家の知見と高精度な天気予報を元にした「天気痛予報®」で、天気に起因する体の不調にお悩みの方をサポートします。



ピンポイント
「天気痛予報®」



わたしの天気痛メモ



梅雨の
天気痛チェックシート



天気痛アラーム

◇参考: 都道府県ランキング

天気痛を自覚している割合			症状緩和のためにかける費用／月平均		
順位	都道府県	割合(%)	順位	都道府県	円／月
1	徳島県	61	1	高知県	2,500
2	島根県	58	1	山形県	2,500
3	宮崎県	57	3	群馬県	2,425
4	長崎県	55	4	奈良県	2,375
4	大分県	55	5	広島県	2,231
4	広島県	55	6	栃木県	2,214
7	高知県	54	7	島根県	2,091
8	群馬県	53	8	京都府	2,046
8	神奈川県	53	9	大阪府	2,000
8	山形県	53	9	兵庫県	2,000
8	和歌山県	53	11	茨城県	1,958
12	茨城県	52	12	大分県	1,955
12	岩手県	52	13	東京都	1,904
14	京都府	51	14	山梨県	1,875
14	埼玉県	51	14	千葉県	1,875
16	秋田県	50	16	愛知県	1,865
16	山梨県	50	17	沖縄県	1,864
16	長野県	50	18	山口県	1,833
16	兵庫県	50	19	静岡県	1,818
16	千葉県	50	20	埼玉県	1,815
21	青森県	49	21	岡山県	1,762
21	愛知県	49	22	福岡県	1,757
21	栃木県	49	23	福井県	1,750

21	奈良県	49	24	神奈川県	1,736
21	静岡県	49	25	新潟県	1,707
26	新潟県	48	26	宮城県	1,688
26	宮城県	48	27	岐阜県	1,674
26	大阪府	48	28	三重県	1,667
29	東京都	46	29	和歌山県	1,654
29	三重県	46	30	福島県	1,643
29	福島県	46	31	鳥取県	1,611
32	福岡県	45	32	青森県	1,583
32	山口県	45	33	徳島県	1,577
32	鹿児島県	45	34	香川県	1,550
32	岐阜県	45	35	北海道	1,511
36	岡山県	44	36	佐賀県	1,500
36	熊本県	44	36	富山県	1,500
36	滋賀県	44	38	熊本県	1,467
39	佐賀県	43	39	岩手県	1,417
40	富山県	42	40	長野県	1,414
40	香川県	42	41	鹿児島県	1,400
42	北海道	41	42	長崎県	1,294
42	沖縄県	41	43	宮崎県	1,278
42	愛媛県	41	44	石川県	1,227
45	石川県	30	45	愛媛県	1,167
45	鳥取県	39	46	秋田県	1,071
47	福井県	38	47	滋賀県	1,026

◇アンケート概要

<1>「天気痛はどの程度自覚していますか？」

回答: 自覚している/天気痛かもしれないと思う/自覚していない・わからない

調査日: 2026年6月7～8日

回答数: 10,041人

<2>「天気痛を感じ始めたのは何歳頃ですか？」

回答: 9歳以下/10代/20代/30代/40代/50代/60代/覚えていない/天気痛ではない

調査日: 2026年6月9～10日

回答数: 8,136人

覚えていない・天気痛ではないの回答はのぞいて集計

<3>「天気痛の症状が特につらい時期はいつですか？」

回答: 9歳以下/10代/20代/30代/40代/50代/60代/覚えていない/天気痛ではない

調査日: 2026年6月12～13日

回答数: 8,136人

覚えていない・天気痛ではないの回答はのぞいて集計

<4>「天気痛の症状が年々どのように変化していますか？」

回答:年々つらくなっている/変わらない/年々軽くなっている/天気痛ではない

調査日:2026年6月10~11日

回答数:7,833人

天気痛ではないの回答はのぞいて集計

<5>「どのくらいの頻度で症状がありますか？」

回答:週1回以上/月2~3回/月1回以上/数か月に1回/年数回/ほとんどない/天気痛ではない

調査日:2026年6月11~12日

回答数:8,005人

天気痛ではないの回答はのぞいて集計

<6>「天気痛と診断されたことはありますか？」

回答:ある」「ない」「受診したことがない

調査日:2026年6月8~9日

回答数:9,140人

<7>「一度症状が出るとどのくらい続きますか？」

回答:数時間以内/半日程度/1日程度/2日以上/症状で異なる/わからない・天気痛ではない

調査日:2026年6月14~15日

回答数:7,542人

<8>「天気痛対策として、最も効果を感じるものは何ですか？」

回答:市販薬を飲む/処方薬を飲む/横になって休む/ストレッチ・マッサージをする/入浴する/カフェインを

摂る/こまめに水分補給をする/特に対策はしていない・その他/天気痛ではない

調査日:2026年6月13~14日

回答数:6,941人

天気痛ではないの回答はのぞいて集計

<9>「雨が降り始める何時間前から不調を感じますか？」

回答:1日以上前/半日ほど前/数時間前/雨が降っている間/雨との関係はない/わからない・天気痛

ではない

調査日:2026年6月18~19日

回答数:7,328人

わからない・天気痛ではないを除いて集計

<10>「低気圧や台風が来る何日前から症状が出ますか？」

回答:2日以上前/1日前/当日/前ではなく通過後/症状は出ない/その他・天気痛ではない

調査日:2026年6月17~18日

回答数:8,068人

わからない・天気痛ではないを除いて集計

<11>「天気痛、毎月の対策費用は？」

回答:0円から10,000円まで500円刻みで選択

調査日:2026年6月16~17日

回答数:5,382人

0円を除いて集計