



ネイチャーセンターだより

2026年3・4月号

新・いきもの図鑑



【参考文献】

梅沢俊. 2007. 北海道の花. 北海道大学出版会.
梅沢俊. 2018. 北海道の草花. 北海道新聞社.
高橋勝雄. 2018. 野草の名前 春. 山と溪谷社.

エゾネコノメソウ (蝦夷猫目草)

北海道東部に^{ぶんぷ}分布する高さ 10cm ほどの多年草です。東梅自然学習林では例年、4月20日前後から咲きはじめ、散策路沿いでよく見られます。しかし、ネコノメソウの仲間には^{かべん}花弁(花びら)がないためか、意外とこの植物に気がつかない方も多いです。おしべとめしべの周りを^{かこ}囲むのはがく片で、その周りに^{ほう}苞葉と呼ばれる葉が変形したものがついています。エゾネコノメソウはほかのネコノメソウの仲間よりも^{ほうよう}苞葉が^{あざ}鮮やかな黄色をしているのが特徴です。ユキノシタ科の植物で、葉の形を見るとユキノシタの仲間であることがわかつてと思います。名前の由来は、花の後に^{じゆく}つ果実が^さ熟すと^さ裂け目ができ、中の^{かっしよく}褐色の^{たね}種が見え、それが^{ねこ}猫の目に似ているところからきているという説があります。花の時期だけでなく、5月下旬から6月上旬の^{げじゆん}結実の時期の姿にも注目です。

ちょっとめずらしい渡り鳥

1月16日、^{しゅんくにたい}春国岱で^{ちゆうさ}生きもの調査をしているときにワキアカツグミを1羽^{かくにん}確認しました。ヨーロッパから^{はんしよく}コリマ川周辺のシベリアとバイカル湖周辺で繁殖し、日本ではまれな冬鳥または旅鳥として北海道、本州、九州、沖縄などで記録がある鳥です。道東では^か過去に^{しやうり}釧路や斜里での記録があり、根室での正式な記録は見つかりませんでした。

1月18日には^{らいほうしや}来訪者によってサバンナシドが観察され、後日レンジャーも^{かくにん}確認をしました。北米北部から中部で^{はんしよく}繁殖するスズメサイズの鳥で、こちらも日本ではまれな冬鳥として北海道、本州、四国、九州、沖縄などで記録があります。根室では2004年にも^{すがた}半島内で姿が^{かくにん}確認されています。

根室は日本全国で^{かくにん}確認されている野鳥約 640 種類のうち、半数以上が記録されている場所です。スズメかと思ったら違う鳥だった、などということがめずらしくありません。皆さんの身近にも、じつはちょっとめずらしいお客さんが来ているかもしれません。ただし、このような^{みな}普段あまり見られない鳥というのは、^{じようほう}情報が明らかになると多くの人がその場所に^{おしよせ}押し寄せ、^{ちいき}地域の方の^{めいわく}迷惑につながることや、鳥にとって^{ようい}ストレスとなることもあります。容易に SNS などに^{じようほう}情報を載せることは^{ひか}控えようにし、公開したい場合はその鳥がいなくなってしまう。

NEWS



▲春国岱にいたワキアカツグミ

野鳥の観察・
撮影・
公開マナーは
こちら↓↓



見どころMAP



- 観察路(ヒバリコース 1.2km、約 25 分)
- 観察路(ハマナスコース 1.4km、約 30 分)
- 観察路(キタキツネコース 0.8km、約 20 分)
- 観察路(アカエゾマツコース 0.5km、約 15 分)
- 観察路(小鳥の小道 1.4km、約 30 分)
- ⋯ 作業路(春国岱上は自転車を含む車両進入禁止)
- 🏠 根室市春国岱原生野鳥公園ネイチャーセンター(入館無料)
- ★ 東梅野鳥観察舎(東梅ハイド)

3・4月の見どころ予報

- 凡例
- ◎ ぜったい見られる(と思う)
 - ちょっと気をつければ見られる
 - + よく気をつければ見られる
 - ・ めったに見られない

オジロワシ オオワシ	3月	○	オオワシは3月になると北へ渡り始めるため、徐々に少なくなっていきます。オジロワシも渡っていきませんが、少数は風蓮湖周辺で繁殖の準備に入ります。
	4月	○	
タンチョウ	3月	○	3月上旬になると、おとなのタンチョウは春国岱で繁殖の準備に入ります。4月は、交尾・産卵の時期でデリケートなため、観察の際は十分な距離をとってください。
	4月	○	
オオハクチョウ	3月	◎	3月になると本州北部などの越冬地から渡ってくるため、数が多くなります。アマモを食べて十分に栄養を蓄えてから、4月中旬までに繁殖地のロシア極東などに渡ります。
	4月	○	
カモ類	3月	○	3月には南から多くのカモが渡ってきます。ヒドリガモやオナガガモが多く、ハシビロガモ・コガモなどが混ざります。秋には地味だった雄も、鮮やかな繁殖羽に変わっており、識別しやすい姿です。
	4月	◎	
ミヤコドリ	4月	○	昨年の初認日は、3月22日でした。例年、4月下旬が渡来数のピークとなり、昨年は最大94羽が確認できました。観察できるのは干潮時間帯の風蓮湖や根室湾の干潟です。
春国岱	森		3月にはミソサザイ、4月にはルリビタキのさえずりが聞こえるようになります。運が良いとクマガラの鳴き声やドラミングも聞こえるかもしれません。4月中旬～下旬にアカエゾマツコースでミズバショウが見られます。
	草原		3月はまだハギマシコが見られる可能性があり、ハクセキレイやカワラヒワがよく見られます。4月になるとヒバリのさえずりが聞かれ、夏鳥のノビタキ、オオジュリン、旅鳥のタヒバリなどに出会えます。
自然学習林	野鳥		ハシトガラ、シジュウカラ、ヒガラ、ゴジュウカラ、キバシリ、キツキ類(アカゲラ・コゲラ・オオアカゲラ)が見られます。4月にはミソサザイ、ウグイス、アオジなどのさえずりが聞こえるようになります。
	花		キタミフクジュソウ(昨年3月20日開花)、ザゼンソウ(昨年4月10日開花)、エゾエンゴサク(昨年4月17日開花)・キバナノアマナ(昨年5月5日開花、一昨年4月26日開花)など。ミズバショウは4月中旬～下旬が花盛りで、5月頭には見頃のピークを過ぎることもあります。

自然散策時に役立つ道具 ～双眼鏡～



トピックス

バードウォッチングのときにあるといい道具のひとつに双眼鏡があります。ネイチャーセンターでは双眼鏡の無料貸し出しをしています。双眼鏡を使った多くのお客様が「すごい！こんなによく見えるんだ！」と感動されます。慣れていない人が使うもの、じっくりバードウォッチングをする人が使うもの、というイメージがあるかもしれませんが、初めての人こそ一度使ってみたいと思っています。ちょっと散策するだけだから…という方でも、双眼鏡を持って行くだけで、そのちょっとの散策がより一層楽しめるものにも変わることもあるからです。遠くに何かいるな…くらいだったものが、天然記念物のワシとわかったり、何もいないと思った湖にたくさんの鳥がいることに気づいたりします。

双眼鏡は野鳥の観察に使うだけでなく、植物観察にも役立ちます。散策路から少し離れたところに咲いている花や昆虫を見たい時にも、双眼鏡があればじっくり観察することができます。近くで見たいからと散策路を外れて草地に入ってしまった方を見かけることがありますが、それはほかの植物を踏みつぶすことや、野鳥などの生きものの生息地を侵すこと、野鳥の子育ての邪魔をすることになりかねません（地面に巣をつくる鳥の卵が踏まれてしまうこともあります）。遠くからものを大きく見ることができる双眼鏡は、自然を大切にしながら自然観察を楽しむことができる道具なのです。

ちなみに、裏技的な使い方として、双眼鏡をルーペ代わりにすることもできます。足元などの近くで、小さな植物などをもっとよく見たい時、双眼鏡をひっくり返して接眼レンズ（目に当てる側のレンズ）を見たいものに近づけ、対物レンズ側から覗いてみてください。すると、ルーペのように拡大されます。表紙で紹介したネコノメソウのような小さな花もよく観察できます。

散策の際は、ぜひネイチャーセンターで双眼鏡を借りてみてください。貸出のほか、レンジャーがいるときは双眼鏡の選び方などのご相談にもおこたえます。



▲肉眼では赤丸の中は白い点があるようにしか見えない



▲双眼鏡を使うと、上の写真の赤丸の中の白い点がハクチョウだとわかる



◀貸出双眼鏡は初心者でも使いやすい倍率8倍のものを用意しています

春国岱クイズ

春国岱ネイチャーセンターのボランティアグループ『スंक』の皆さんと、1月に樹木の冬芽の勉強会を行いました。冬芽は、春に植物が葉や花を出す部分の冬越しの姿です。冬芽を観察していると、芽の下に何やら顔のようなもの（写真矢印）があるのに気がつきます。その表情は植物の種類によってさまざまで、スंकメンバーのみなさんも夢中になって観察していました。この顔のような部分、じつはあるものの“あと”なのですが、それは何のあとでしょうか？

- ① 枝が折れたあと
- ② 葉がついていたあと
- ③ 枝がシカに食べられたあと
- ④ 木の精霊(コダマ)が宿っているしるし



答えはウラのページ

イベント情報

◆ 4/25 春の水辺の鳥観察会 ～ミヤコドリを探そう！～

春の春国岱で、この時期ならではのミヤコドリなどの渡り鳥や、オジロワシ、タンチョウなどの水辺の鳥を観察します。

◇日時:2026年4月25日(土)13:30～15:00

※荒天時は、4月26日(日)13:30～15:00に順延

◇集合/解散:春国岱ネイチャーセンター/春国岱駐車場

◇対象:小学生以上(小学生は保護者同伴)

◇参加費:一人100円

◇服装・持ち物:長そで、長ズボン、帽子、歩きやすく汚れてもよい靴。

飲み物、筆記用具、虫よけスプレー(マダニ対策)、雨具。

お持ちの方は双眼鏡(貸出しあり、申し込み時にお知らせください)。

◇申し込み:メール、電話または来館時に直接お申込み。

申込時に参加者全員の氏名・連絡先・小学生は年齢・学年もお知らせください。

申し込み締切り 4月23日(木)17:00



メール



【申し込み・問合せ】春国岱ネイチャーセンター

電話:0153-25-3047 E-mail:nemu_nc@marimo.or.jp



募集中!

ボランティア『スंक』

春国岱ネイチャーセンターでは、施設ボランティアグループ『スंक』で活動して下さる方を随時募集しています。

『スंक』は、ネイチャーセンター周辺の自然を自らが楽しみ、環境保全について学び行動することを目的として活動しています。月に1回(基本的に第3月曜日)の定例会で、自然学習林の巡回や道標・樹名板などの管理を行ったり、市民向けのイベントを企画したりしています。熱いながらもゆるい楽しい集まりです。

ボランティアに興味のある方、定例会の見学ご希望の方は、ネイチャーセンターまでお問合せください。

◆対象:18歳以上

◆年会費(ボランティア保険料含む):1,000円

フィールドマナーを守って



自然や生きものが安心して暮らせるように…

- 春国岱の駐車場から奥は、一般車両の乗り入れは法律で禁止されています
- 観察路からはずれないようにしてください
- 動植物の採取や捕獲はしないでください
- ゴミはお持ち帰りください
- 禁煙にご協力ください
- 野生動物の生息地です。マダニも多く生息しています。ペットを持ち込んだり、放したりすることはご遠慮ください
- ドローンを飛行される際は、他の利用者や野生生物に配慮をお願いいたします

クイズのこたえ ② 葉痕(ようこん)といいます。葉は枝とつながっている部分で水分や養分をやりとりしているのですが、葉痕にある目や鼻のように見える部分はその水分や養分の通り道のあとです。

根室市春国岱原生野鳥公園ネイチャーセンター (入館無料)

〒086-0074 北海道根室市東梅 103 番地

TEL:0153-25-3047 FAX:0153-25-8570

Eメール:nemu_nc@marimo.or.jp



HP https://www.marimo.or.jp/~nemu_nc/workn/index.html

◆開館時間:9:00～17:00

◆休館日:3月4・11・18・23・25日

4月1・8・15・22・30日

◆団体でご利用の方へ(事前予約制・2週間前までにご連絡ください)

自然観察の案内や室内でのレクチャーなどのプログラムをご利用いただけます。

SNSでも最新の自然情報を発信しています!



ラムサール条約湿地
風蓮湖・春国岱

2005年11月登録