

大人の  
ための!

# 尼崎の森 ウェブ講座

## 第3回 ～尼崎の森の野鳥～

尼崎の森中央緑地に初めて木を植えてから15年（2021年時点）が経ちました。今では、まだ森とは呼べずとも、林くらいの規模の木々が育ってきています。それに伴って様々な生き物が増えてきました。食う-食われるの関係にある生き物たちをたくさん育むためには、植物、昆虫、鳥類などの様々な生き物がいなくてはなりません。今回お話する鳥類も尼崎の森が成長する中で見ることができる種数が増えてきた分類群の一つです。鳥類は木の実を食べる種や昆虫を食べる種、そして鳥類を食べる鳥類もいます。どのエサを食べるかは種によって違うので、エサとなる生き物の種類と個体数が増えると鳥類がエサに困らなくなるわけです。ですが、エサがあるだけでは暮らしてはいけません。住処もまた種によって適した場所があるため、一面草原や一面森といった偏った環境では定着する鳥類にも偏りが生じてきます。現在の尼崎の森には、林、草原、荒れ地、海など様々な環境があるので、それぞれの環境に適した鳥類が生息しやすくなっています。さて、今回の講座では尼崎の森中央緑地で暮らしている鳥類を読者の皆さんに観察してもらう方法を細川 秀樹さん（日本野鳥の会ひょうご会員）に解説していただきます。これを読んで尼崎の森中央緑地に野鳥観察に来てくださいね。

### 1月に 尼崎の森で見た 鳥類



いろんな鳥を  
探してみよう!



# 尼崎の森で 野鳥を観察しよう！

尼崎の森が成長するとともに、いろいろな生物が集まってきています。  
今回は、その中で鳥を取り上げます。

鳥には、生息地に係る分類として以下の呼び方があります。

冬鳥：北方から秋頃日本に来て、春に北方に戻る渡り鳥

夏鳥：南方から春頃日本に来て、秋に南方に戻る渡り鳥

旅鳥：北方から南方へ、南方から北方へ渡る途中で日本に寄った渡り鳥

留鳥：一年中ほぼ一定の地域に住む鳥

漂鳥：繁殖地と越冬地を区別して日本国内を季節移動する鳥

尼崎の森では、上記のいろいろな鳥を見ることが出来ます。

ここでは、先ず楽しく野鳥ウォッチング、所謂バードウォッチングするために、準備することや気を付けることを、後半は冬季に尼崎の森で見られる野鳥を紹介します。

先ず、野鳥ウォッチングする際に用意するもの

双眼鏡：倍率は8から10倍

口径が大きい (=視野の広い)ものがより見易い

鳥図鑑：初心者の方には写真よりイラストタイプで、ポケットサイズがお勧め

筆記用具：小さめのノートと鉛筆かインクが滲みにくいペン

双眼鏡でしっかり観察するために、自分に合った調整をします

① 双眼鏡の角度を変えて、左右の接眼レンズの幅を目の幅に合わせる



- ②右目を閉じ、左眼だけで左側接眼レンズをのぞきながら「ピント調整ダイヤル」を回し、目標物（文字等）がはっきり見えるようにピントを合わせる。



- ② 左目を閉じ、右眼だけで右側接眼レンズをのぞきながら「視度調整リング」を回し、同じ目標物がはっきり見えるようにする。



バードウォッチングする時もマナーやルールを守ることが大切です。

- ・立入禁止のところには入らない
- ・観察に邪魔だからと言って枝を折ったり、草花を踏んだりしない
- ・野鳥を捕まえない、エサをやらない

鳥の見つけるポイントは、

①鳥が動いた時を見逃さない

※一点を見つめないで、出来るだけ視野を広くしてみる

②鳥が鳴き声を聞き逃さない

鳥を見つけたら

- ・指を差さない、急な動きをしない  
手などで急な動きをすると鳥が反応して飛んで行きます
- ・走らない
- ・肉眼で鳥の方向を定めたまま、双眼鏡を目の前に持って来る！
- ・双眼鏡で鳥を捕らえられない時、そのまま双眼鏡で探さず、一旦双眼鏡を外し、肉眼で捜して上記を繰り返す
- ・大きさ、体形、色、模様、飛び方を観察する

大きさ（＝長さ＝クチバシの先端から尾羽の先端まで）の目安

スズメ	14cm	ムクドリ	24cm
キジバト	33cm	ハシブトガラス	57cm

その他

繁殖期（ほとんどが初春から夏）に営巣を見つけた時

- ・鳥は神経質になっているので、近付かずにそっとしておく。
- ・巣立ってしばらく経つまでは SNS 等に投稿しない  
※多くの人が見に来ると、最悪子育てを放棄することがある

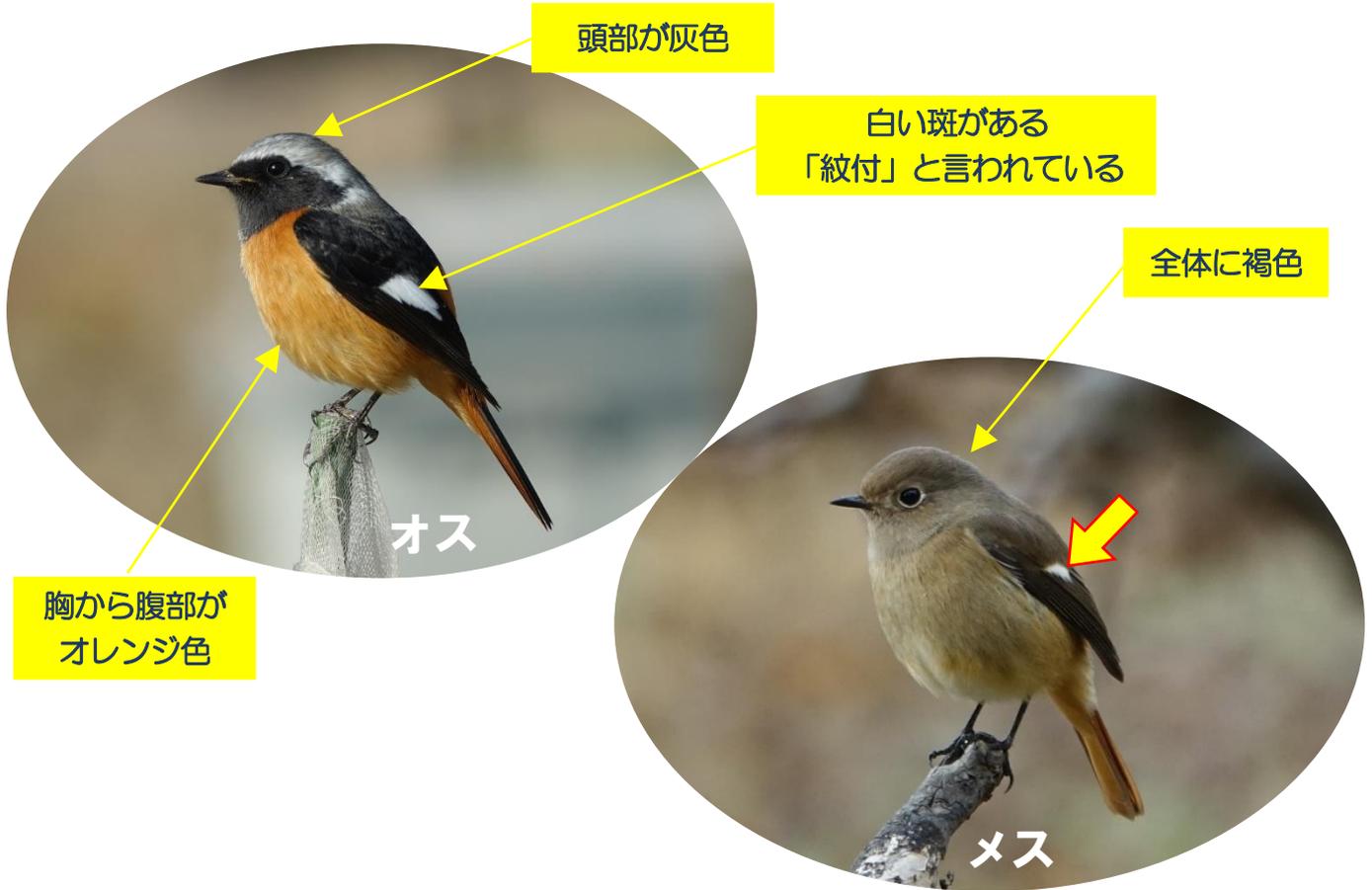
冬季に尼崎の森で見られそうな鳥は以下の鳥たちです。

冬鳥 ジョウビタキ、ツグミ、シロハラ、  
(水鳥)マガモ、ヒドリガモ、コガモ、カンムリカイツブリ、  
留鳥 モズ、イソヒヨドリ、ハクセキレイ、アオサギ、ヒヨドリ、  
メジロ、ハシブトガラス、  
(水鳥)カルガモ、  
(猛禽)チョウゲンボウ、ミサゴ、トビ、

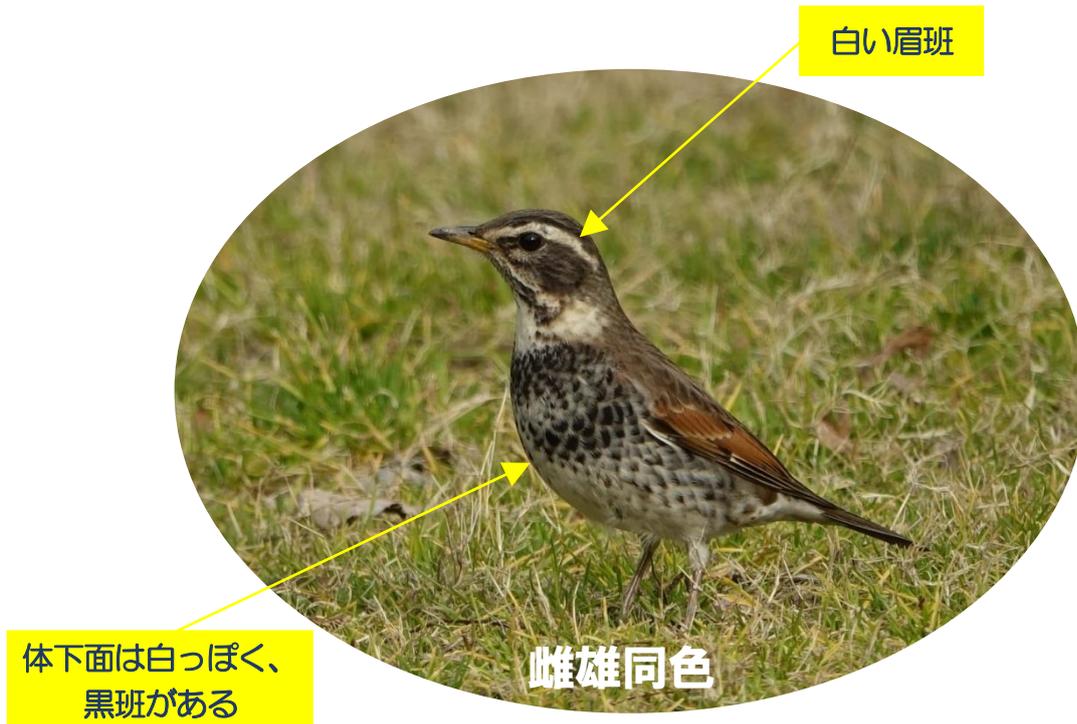
上記の鳥たちを写真で簡単な識別ポイントを紹介します。

# 冬季に尼崎の森で見られる野鳥たちの特徴

## ジョウビタキ (ヒタキ科/冬鳥) L14cm

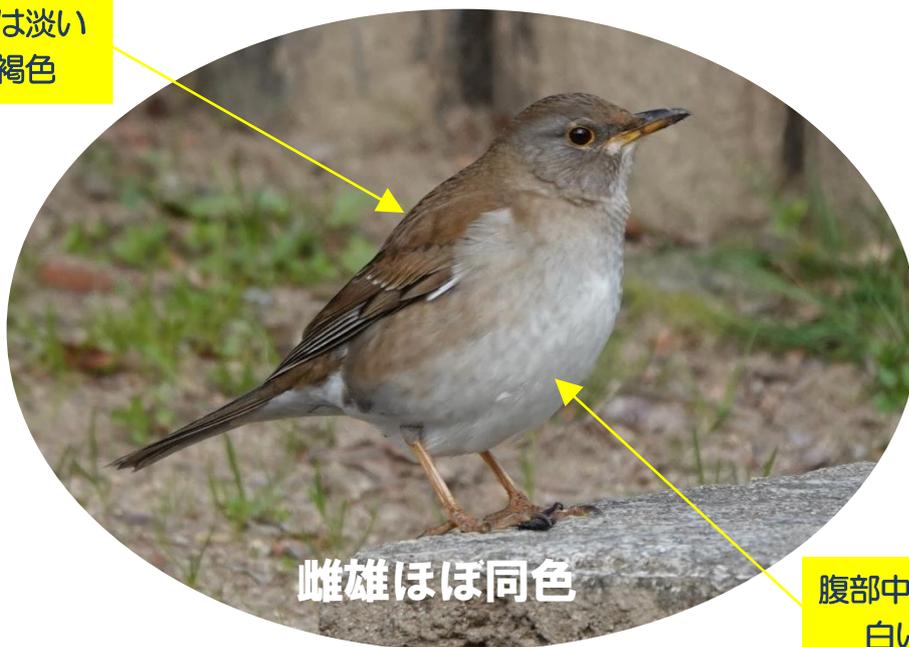


## ツグミ (ヒタキ科/冬鳥) L24cm



## シロハラ (ヒタキ科/冬鳥) L25cm

上面は淡い  
茶褐色



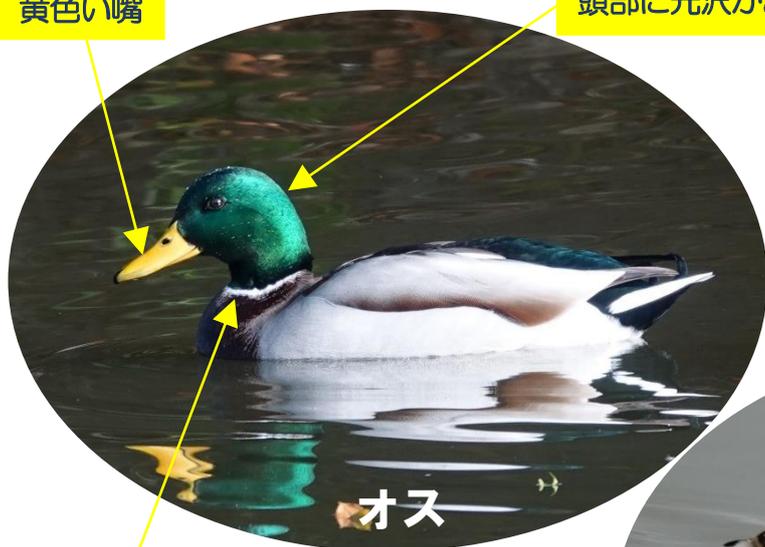
雌雄ほぼ同色

腹部中央が  
白い

## マガモ (カモ科/冬鳥 OR 留鳥) L59cm

黄色い嘴

頭部に光沢がある

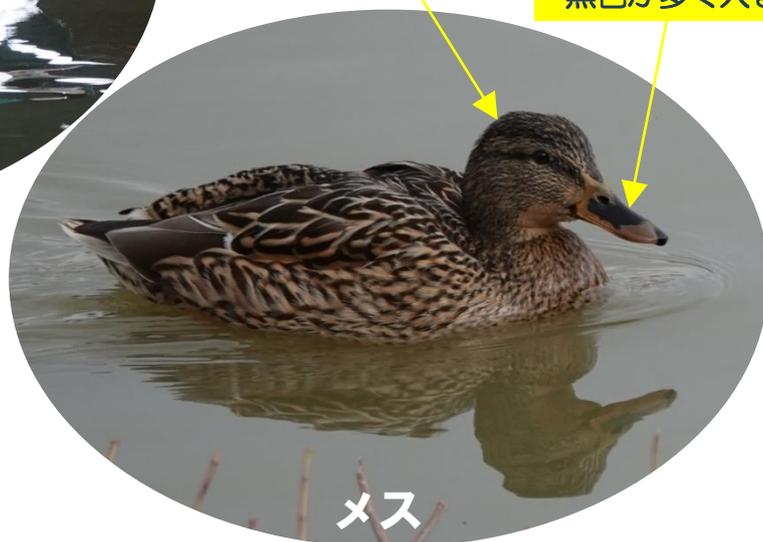


オス

頸に白い輪

頭部が黒っぽい  
淡い眉班

嘴は橙色、上嘴に  
黒色が多く入る



メス

## ヒドリガモ (カモ科/冬鳥) L49cm

額から頭頂にかけてクリーム色

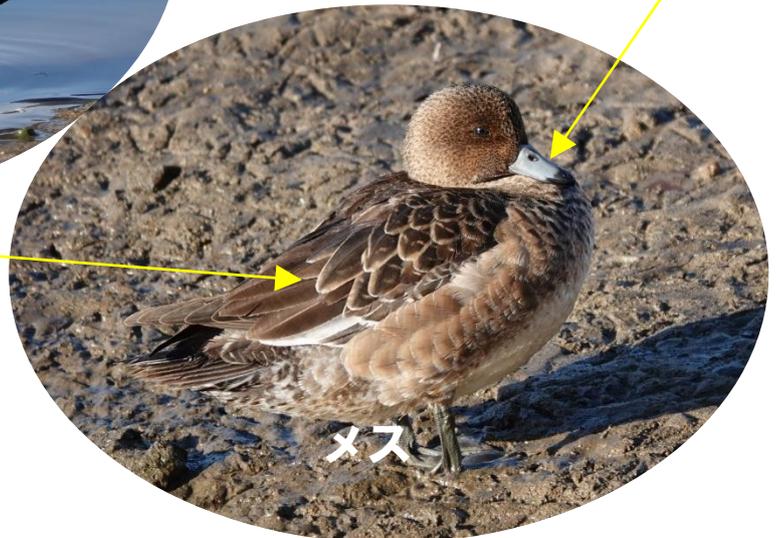
頭部、頸、胸は茶褐色  
他は全体的に灰色っぽい

嘴は雌雄とも灰色で  
先が黒い



オス

雌は全体的に褐色



メス

## カムリカイツフリ (カイツフリ科/冬鳥) L56cm

頭は黒っぽく  
冠羽がある

顔から前頸は白い  
後頸は褐色

上面は黒褐色



雌雄同色

## コガモ (カモ科/冬鳥) L38cm

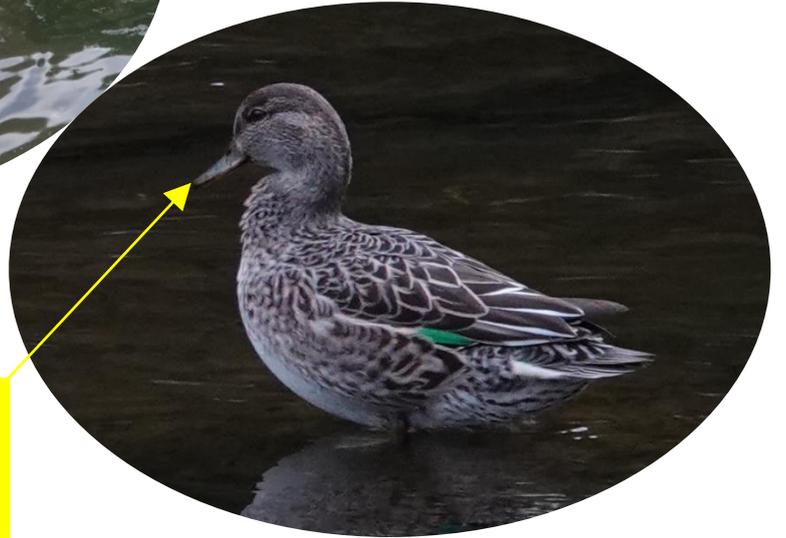
目の周りから  
後頸にかけて緑色



尻の部分が黄白色

嘴は黒い

嘴は黒いが、基部  
は少し黄色味を  
帯びている

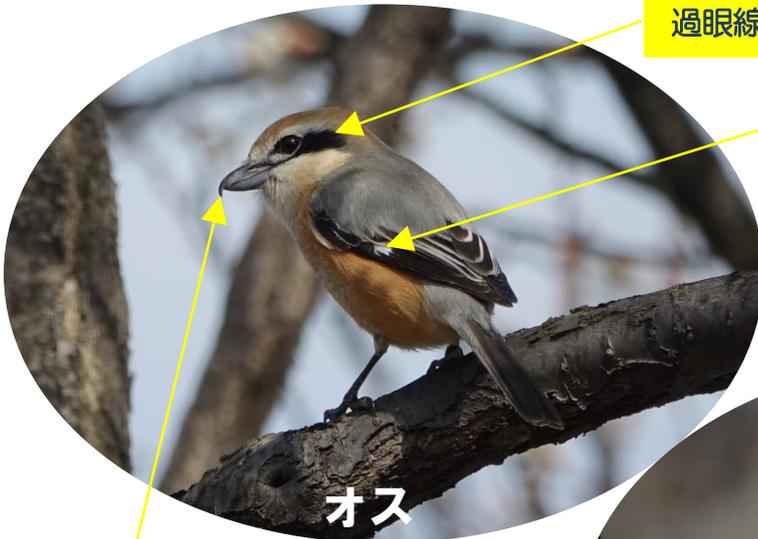


## モス (モス科/留鳥) L20cm

過眼線が黒

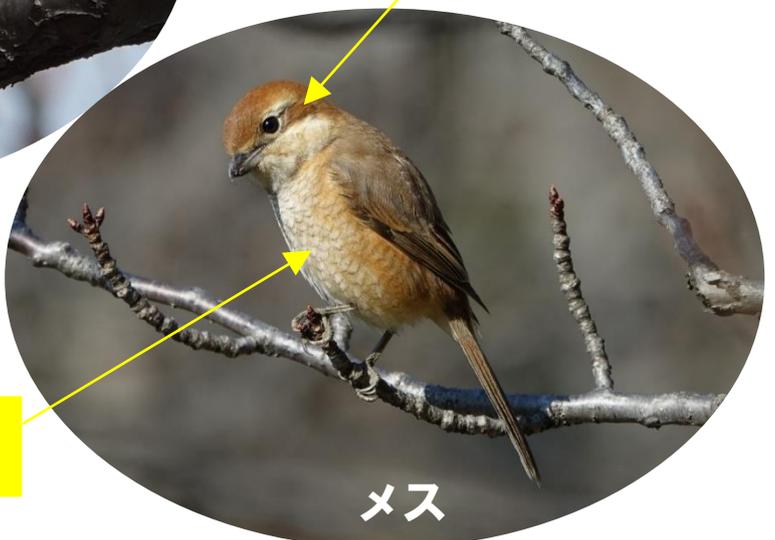
白斑がある

過眼線が褐色

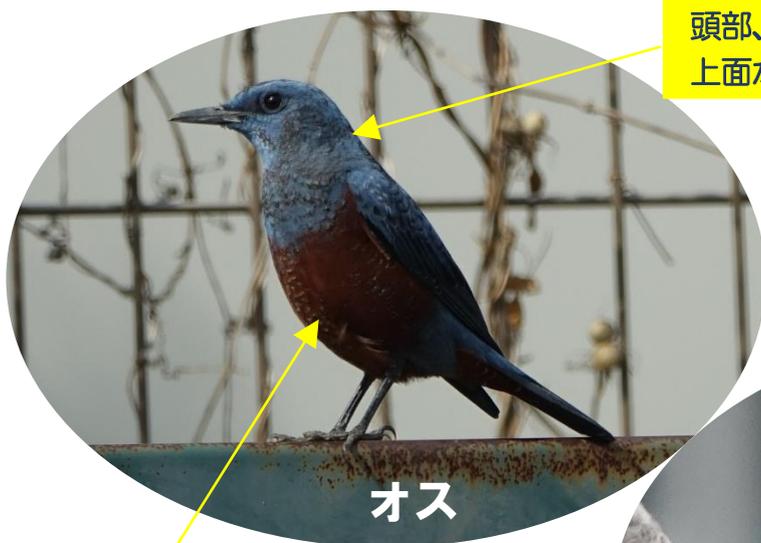


上嘴がカギ型

下面が鱗状に  
見える



## イソヒヨドリ (ヒタキ科/留鳥) L23cm



頭部、胸、  
上面が青い

オス

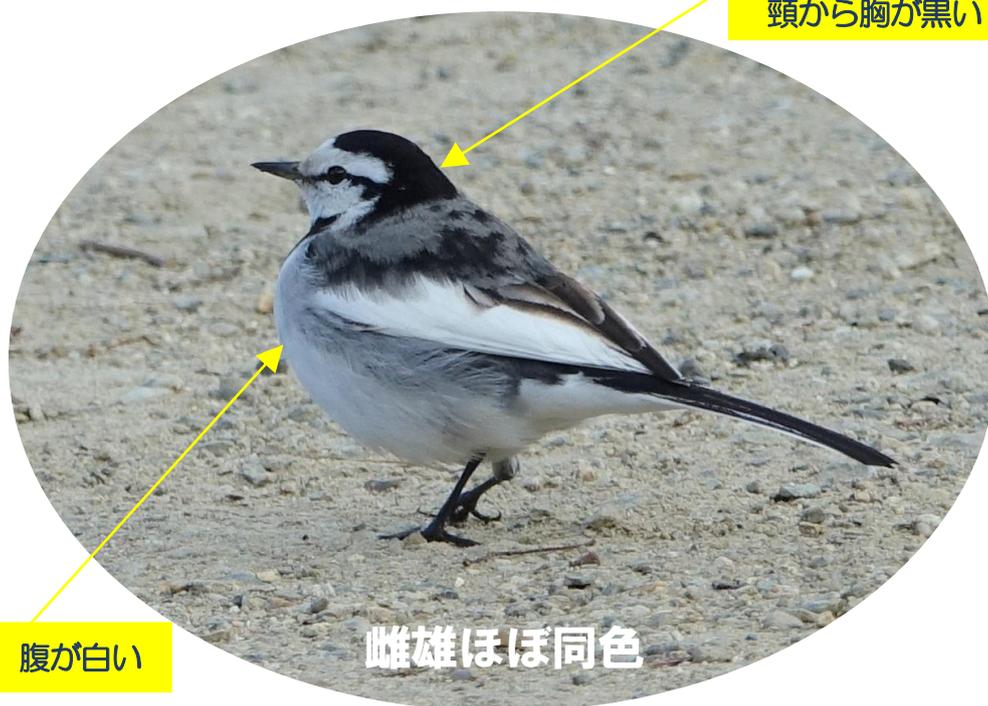
腹部がレンガ色



上面が灰褐色  
一部青味あり

メス

## ハクセキレイ (セキレイ科/留鳥) L21cm



頭部、過眼線、  
頸から胸が黒い

額、頬、腹が白い

雌雄ほぼ同色

## アオサギ (サギ科/留鳥) L93cm

全体的に灰色

前頸に黒い縦班



雌雄同色

## ヒヨドリ (ヒヨドリ科/留鳥) L28cm

全体的に灰褐色で  
胸から腹にかけて  
白斑がある

耳羽が茶色



雌雄同色

## メジロ (メジロ科/留鳥) L12cm

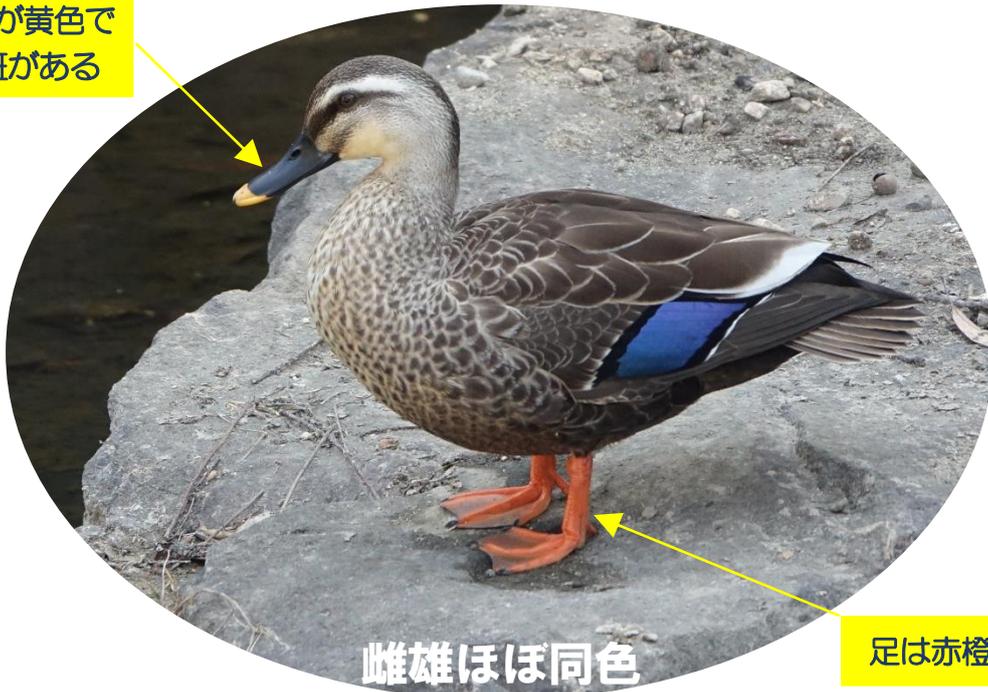


## ウグイス (ウグイス科/留鳥) L14~16cm



## カルガモ (カモ科/留鳥) L61cm

嘴は黒く先が黄色で  
先端に黒斑がある

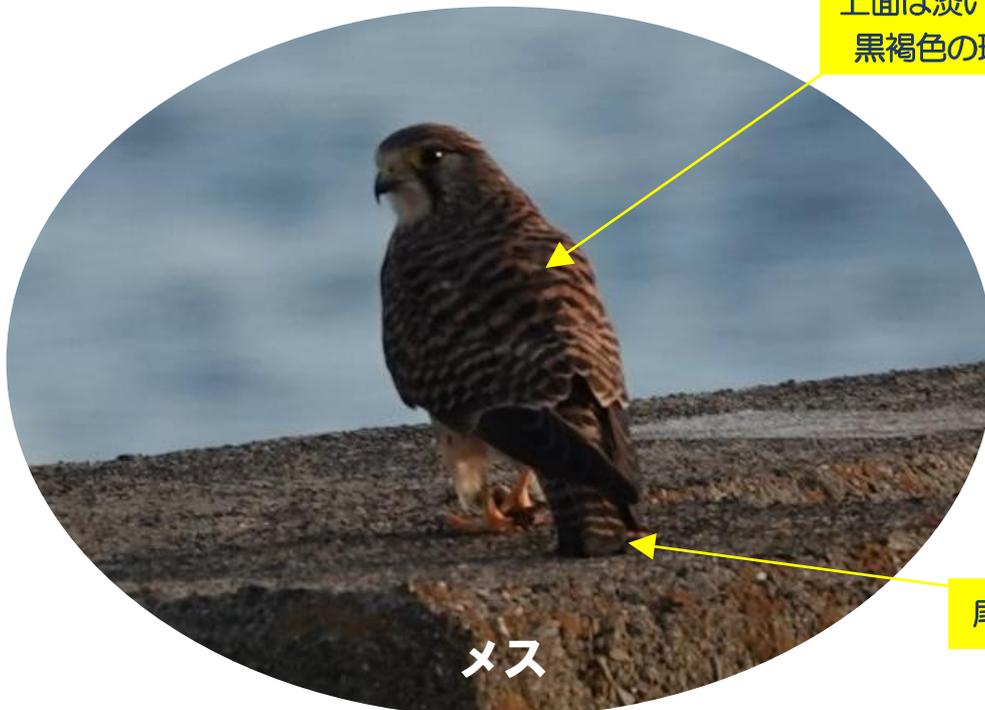


雌雄ほぼ同色

足は赤橙色

## チョウゲンボウ (ハヤブサ科/留鳥) L35cm

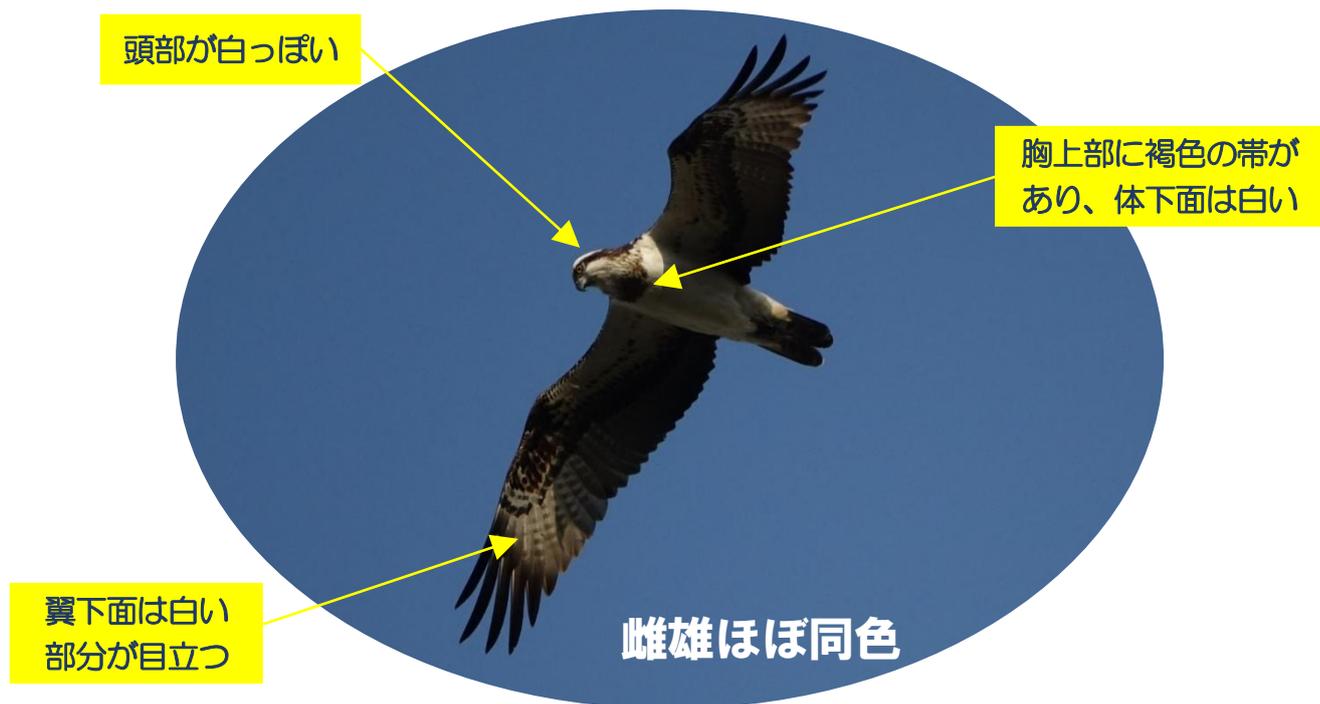
上面は淡い茶褐色で  
黒褐色の斑がある



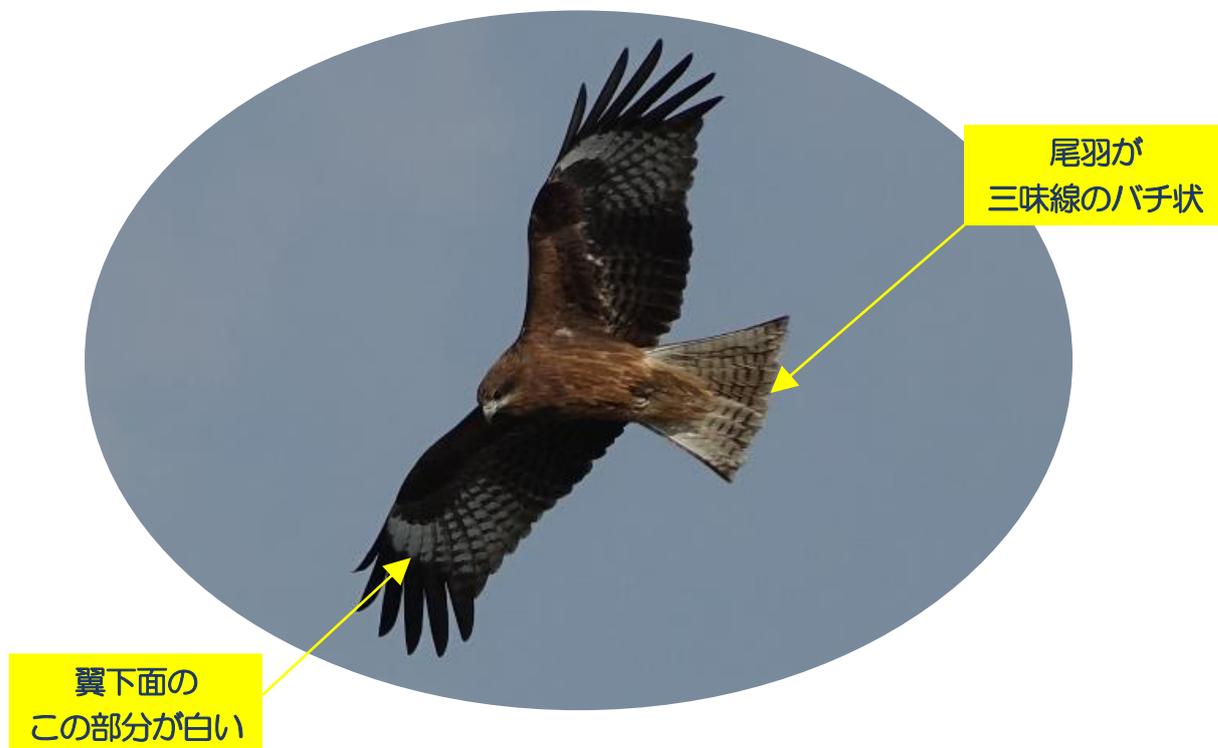
尾羽が長い

メス

## ミサゴ (ミサゴ科/留鳥) L57cm



## トビ (タカ科/留鳥) L60cm



ルール・マナーを守って野鳥ウォッチングを楽しみましょう！