

上伊那の探鳥地ガイド ～その2～

野鳥との出会いは、季節や環境等によってさまざまです。本編(2018)以外の探鳥地について、今回は紹介します。また、大芝高原・羽広自然遊歩道・小渋ダムは、本編の補足です。(写真と文:戸谷省吾)

The map shows the Upper Ina region with the following locations and their corresponding photos:

- 1 辰野町神戸**: Photo of a field with mountains in the background.
- 2 箕輪ダム**: Photo of a large reservoir.
- 3 赤そばの里**: Photo of a field of red buckwheat flowers.
- 4 笠原の堤**: Photo of a riverbank with cherry blossoms.
- 5 高遠城址公園**: Photo of a traditional Japanese building.
- 6 宮田高原**: Photo of a mountain landscape with red flowers in the foreground.
- 7 大芝高原**: Photo of a mountain landscape with green vegetation.
- 8 羽広自然遊歩道**: Photo of a mountain landscape with green vegetation.
- 9 小渋ダム**: Photo of a dam structure.

The map labels include: 辰野町, 箕輪町, 南箕輪村, 伊那市, 宮田村, 駒ヶ根市, 飯島町, 中川村.

1 辰野町神戸

天竜川・JR飯田線・国道153号のすぐ西にある辰野町神戸地区の林では、毎年アオサギやダイサギが集団で繁殖しています。周辺には田畑や天竜川があり、草地や水辺に生息する様々な野鳥を見ることができます。

①アオサギ（留鳥）

全長約95cm。天竜川で姿を見かけるようになった当初は「ツルがいる」と間違われましたが、今では「池の鯉を食べに来た」と言われるほど普通に見られる日本では最大級のサギです。全体に灰色っぽい青灰色をしています。魚だけでなくネズミや鳥のヒナも食べます。宮崎駿監督『君たちはどう生きるか』では注目をされました。



①アオサギ

②ダイサギ

ダイサギは夏と冬で見られる亜種※1の多くが替わります。結果としてダイサギは一年中見られますが、春から夏は夏鳥の亜種チュウダイサギ(全長約90cm)が渡来して繁殖して冬には多くが南下し、秋から冬には冬鳥の亜種ダイサギ(全長約100cm)がやって来て越冬します。アオサギと比べて亜種チュウダイサギは小さく、亜種ダイサギは同じかやや大きいです。夏羽では嘴が黒く目先は緑青色、足は赤みを帯びます。冬羽では嘴は黄色で目先は黄緑色、背中の飾り羽はなくなり、亜種ダイサギのかかとより上は黄色みを帯びます。



②ダイサギ

③イカル（留鳥）

全長約23cm。厚い嘴で堅果を割ったり、果皮をはがしたりして種子を食べる様子から「豆回し」とも呼ばれています。古寺名刹で有名な奈良県の斑鳩の里も、この鳥にちなんでいます。黒い顔に黄色い嘴、「お菊二十四」などと聞きなし※2をされるさえずりも個性的です。河原や河川沿いに生えるニセアカシア等の種子を食べに来ることがあります。



③イカル

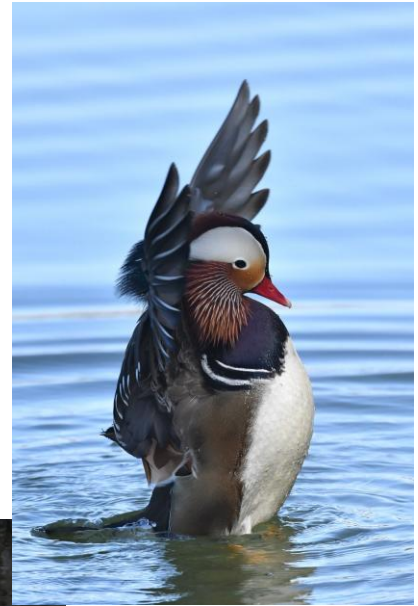
※1「亜種」→一括りにするには違いが明確で「種の下位分類」として設けられたもの
※2「聞きなし」→鳥などの鳴き声を人の言葉や文字に置き換えて覚えやすくしたもの
例えば、ウグイスのさえずりは「ホーホケキョ（法華経）」

2 箕輪ダム

「もみじ湖」としても有名な箕輪ダムは、1992年に完成しました。周囲を山で囲まれ、公園や広場も整備されているため、水鳥だけでなくさまざまな野鳥と出会えます。時には、猛禽類の飛翔なども観察できます。

①オシドリ（留鳥・漂鳥）

全長約45cm。夫婦仲のよいことを「鴛鴦（えんおう）の契り」と言います。実際にはつがい関係は繁殖が終わると解消され、冬には大きな群れを作って過ごします。ドングリの実を好み、秋には湖面でも見られます。水辺の大木の樹洞で繁殖し木の枝に止まることが多いのも、カモの仲間では個性的です。



①オシドリ

②ベニマシコ（冬鳥）

全長約15cm。長めの尾の両側が白く、翼には日本の白い帯があります。オスは「紅猿子」の名前のように全体に赤色をしています。メスは黄褐色の地味な色合いをしています。セイタカアワダチソウやブタクサ、ハギなどの種子を食べる姿を見かけます。



②ベニマシコ

③ツミ（留鳥）

全長約26cm(オス)・約30cm(メス)。キジバトくらいの大きさをした小型の猛禽類です。「キィーキキキキキッ」と特徴ある節回しの子音を出します。社寺林、雑木林、公園、街路樹など比較的人の生活に近い環境の大木に巣をつくる例が多く見られ、東京都内の公園などで繁殖する個体もいます。小鳥だけでなく、小型の哺乳類や昆虫なども食べます。



③ツミ

3 赤そばの里（箕輪町上古田）

9月下旬から10月上旬頃、珍しい赤い花の咲くそば(高嶺ルビー2011)が東京ドーム程の広大な畑を埋め尽くし、毎年県内外から多くの人々が訪れます。この時期は、夏鳥たちの越冬地への渡りと重なります。渡り途中のノビタキが一時立ち寄ったり、ワシタカが上空を巡回したりする姿を見ることが出来るかもしれません。



①ノビタキ

①ノビタキ（夏鳥）

全長約13cm。霧ヶ峰などの高原で繁殖します。渡りの途中では、平地の草地や田畑などでも見られます。オスは頭から背、翼の上面が黒色、腰と腹は白色で、胸に橙赤色があります。飛んだ時には翼の白斑が目立ちます。メスは全体が褐色で、オスの冬羽はメスの色彩と似ています。



②カケス

②カケス（留鳥）

全長約33cm。カラスの仲間、他の鳥などの物まねをします。秋になるとドングリを貯食して、「檜鳥（かしどり）」とも呼ばれます。頭は白色に黒線があるごま塩で、翼の一部の青と白の縞も目立ちます。飛び方は、ふわふわした感じです。



③クマタカ

③クマタカ（留鳥）

全長約72cm(オス)・約80cm(メス)。翼は幅が広く短めで、下面の細かく規則正しい横斑が美しい大型のタカです。ノウサギやキジ、ヘビなどを、ゆっくり巡回したり樹上に止まって待ち伏せたりして急降下して捕食します。山間の谷間に棲み、針葉樹の大木に巣を作って繁殖する「森の王者」です。



④エナガ（留鳥）

全長約13cm。シジュウカラに近い仲間、冬には混群を作って一緒に移動していく様子が見られます。長い尾を柄の長い柄杓(ひしゃく)に例えて、和名がつけられました。北海道には顔の白いシマエナガがいます。

④エナガ

4 笠原の堤（伊那市美篤）

江戸時代末期につくられた農業用ため池で、「六道の堤」とも呼ばれる桜の名所です。水面ではさまざまな水鳥たちが見られ、時にはカワセミも姿を現します。周囲の農耕地や樹木では、カラ類をはじめ様々な小鳥たちを観察できます。



①マガモ（留鳥・冬鳥）

全長約59cm。オスは緑色の頭部から「青首」とも呼ばれます。カルガモと同じ「淡水ガモ」です。アヒルの原種で、本種とアヒルを交配したアイガモも野生化し、近縁種との交雑もあります(④)。上伊那では毎年繁殖して、年間を通して観察できます。



①マガモ

④カモ類の交雑種

②カイツブリ（留鳥）

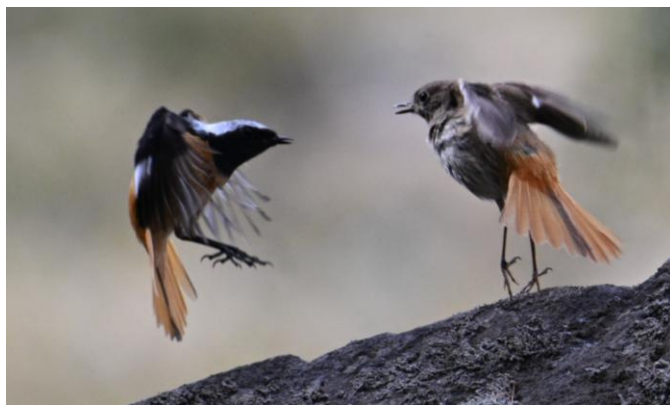
全長約26cm。足指に葉状の水かきがある弁足（べんそく）で、潜水して魚や水生昆虫などを捕食します。繁殖期には「キュルルル、ケレケレケレ」と大きな声で鳴き、水草を集めて水面に浮く「鳩（にお）の浮巢」を作ります。松尾芭蕉が句に読むほど昔から馴染みの水鳥です。縞模様の幼鳥を背中に乗せて泳ぎ夫婦でえさを与える姿に、人間の営みが重なります。



②カイツブリ親子

③ジョウビタキ（冬鳥）

全長約14cm。オスは頭が銀白色、顔は黒色、腹は橙色。メスは体が灰色がかった茶色。翼に白斑があります。冬鳥として、平地から低山の農耕地、住宅地、公園、河原などで見られます。最近では霧ヶ峰などの高原地帯で繁殖する例がいくつもあり、上伊那でもその可能性が出てきています。ジョウは「尉」で銀髪、ヒタキは「火焚」で火打石をたたく音に似た音を出すことから、この和名がつけました。



③ジョウビタキ(左がオス、右がメス)



5 高遠城址公園

「天下第一の桜」は名高く、高遠固有種タカトオコヒガンザクラの樹林は、昭和35年（1960年）に県天然記念物にも指定されています。秋には紅葉を愛でるもみじ祭りも行なわれる豊かな林は、四季を通じて、小鳥たちとの出会いも楽しめます。

①キビタキ（夏鳥）

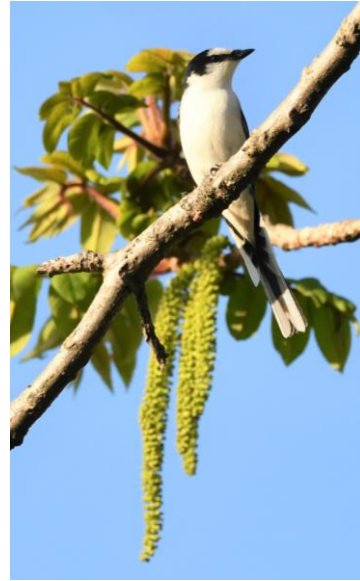
全長約14cm。オスは黒色と黄色のコントラストが美しく、メスは上面全体がオリーブ褐色と地味です。林の中で活動するため姿を見つけにくいですが、「ホイヒーロ、オーシツクツク」などと変化に富んだ美しいさえずりは聞こえてきます。



①キビタキ

②サンショウクイ（夏鳥）

全長約20cm。「ヒーリーリヒーリーリ」などと鳴くことから、「山椒は小粒でピリリと辛い」のことわざの如くに「山椒喰」の和名がついたと言われています。地上にはほとんど下りず、明るい林の樹幹付近で活動するため、姿を見る機会は多くありません。



②サンショウクイ

③コジュケイ（留鳥）

全長約27cm。中国原産のキジの仲間、1920年頃から狩猟目的で関東地方などで放鳥されてきた外来種です。積雪の少ない地域の農耕地や雑木林、人家周辺にも生息しています。「チョット コイ」と力強く繰り返してさえずります。



③コジュケイ

④アオジ（留鳥・漂鳥）

全長約16cm。和名に「アオ」とつく野鳥が沢山います。その多くが青ではなく、緑の体をしています。亡き祖母が緑の屋根の家を、「あの青い屋根」と言っていたのと重なります。緑がかった体を、明るい林や林縁でよく見かけます。



④アオジ

6 宮田高原

標高1,650 m、中央アルプスが間近に迫ります。キャンプ施設が完備され、5月下旬～6月中旬にはレンゲツツジが一面に咲きます。国道から片道10km以上の林道を通りますが、その途中にある多様な環境の林からも様々な野鳥のさえずりを聞くことができます。

①コマドリ（夏鳥）

全長約14cm。和名の由来である駒のいななきのように「ヒンカララ」と、美しくさえずる「日本三鳴鳥※」の一つです。標高の高いササなどの藪の中で活動するため、橙赤褐色をした頭部が美しい姿を見るには、かなりの粘り強さが必要です。



①コマドリ

②コルリ（夏鳥）

全長約14cm。コマドリに似たさえずりをしますが、前奏として「チッチッチ」が入ります。林床にササや藪が茂る広葉樹林を好み、青と白のコントラストが美しいオスの姿を見ることは少ないようです。



②コルリ

③ホオジロ（留鳥）

全長約16cm。「一筆啓上仕り候」という聞きなしは、野鳥のさえずりを日本語に翻訳した代表例です。和名のように、眼の下にある白い部分が目立ちます。森林を伐採した後、最初に姿を現すとも言われるように、草原や林縁、低木の林などでよく姿を見ます。



③ホオジロ

④アオゲラ（留鳥）

全長約29cm。体の上面が黄緑色をしたキツツキの仲間で、日本固有種です。オスは額から後頭まで、メスは後頭だけが赤色です。平地から山地の森林で、幹や枝をつついて昆虫などを食べます。地上でアリを採食することもあります。口笛のように「ピョーピョー」と鳴くこともあります。



④アオゲラ

※「日本三鳴鳥」→さえずりが特に美しいオオルリ・ウグイス・コマドリの3種

7 大芝高原

①ビンズイ（漂鳥）

全長約15cm。明るい林や草地に生息します。セキレイの仲間で、脚を交互に出して歩きながら地上や横枝を歩いて餌を探します。タヒバリに似ていますが、眼の上に白い斑があるため区別できます。



①ビンズイ

②アカハラ（夏鳥）

全長約24cm。オスは「キョロンキョロンチー」などとさえずり、胸から脇の橙赤色が和名の由来にもなっています。地上をはねるように移動して昆虫などを捕らえ、秋には木の実を食べる姿もよく見かけます。



②アカハラ

③サンコウチョウ（夏鳥）

全長約45cm(オス)・約17cm(メス)。さえずりが「月、日、星、ホイホイホイ」と聞きなしされ、和名は漢字で「三光鳥」です。オスメスともに嘴とアイリングはコバルトブルーで、冠羽があります。オスの尾羽は体の2倍ほどもある長さですが、繁殖が終わる頃には抜けて短くなります。スギ等の暗い林の中層部の樹間を飛びながら昆虫類などを捕食するため、姿を見られることは少ないです。



③サンコウチョウ

④アオバト（留鳥）

全長約33cm。山地に生息し、「オーアオー」と悲しげな声で鳴きます。山地から海岸まで飛来して、海水を飲むという珍しい習性があります。温泉水を飲む観察例もあり、塩分補給のためと考えられています。



④アオバト

8 羽広自然遊歩道 (経ヶ岳自然植物園)

①オオルリ (夏鳥)

全長約16cm。和名の通りの青色が美しい、日本三鳴鳥の一つです。高い梢で「ピーリーリー」等とさえずり、最後に「ジッジッ」と鳴きます。ヒタキの仲間だけに枝先から飛び立って飛んでいる虫を捕まえるフライングキャッチも得意です。



①オオルリ

②キビタキ (夏鳥)

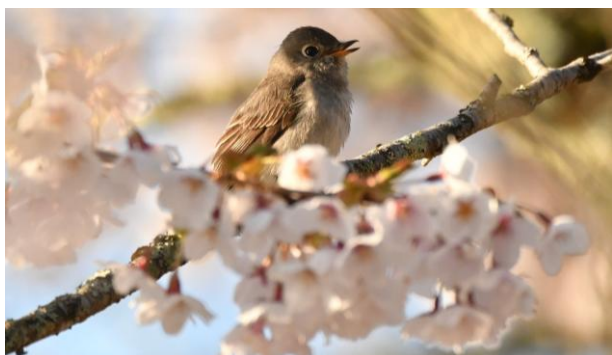
全長約14cm。オオルリと同じようにフライングキャッチが得意です。

学名*Ficedula narcissina*の*narcissina*は、植物のスイセンを意味し、オスの美しさを表しているようです。



③コサメビタキ (夏鳥)

全長約13cm。褐色味のある灰色の地味目な体に、大きめに見える目が可愛らしく見えます。枝の付け根などにコケやクモの糸でお椀状の巣を作ります。



③コサメビタキ



②キビタキ

9 小渋ダム周辺(中川村)

①チョウゲンボウ (留鳥)

全長約33cm(オス)・約39cm(メス)。ハヤブサの仲間で、細い翼を速くはばたかせて空中の一点に静止する「ホバリング」をしたり、ひらひらした感じで直線的に飛んだりしながら、急降下で昆虫やネズミなどの小動物を捕らえます。伊那市駅前周辺でビルを利用して繁殖するペアは、ツバメやコウモリなども捕まえていました。秋には平地の農耕地や草原でも見られ、バッタなどの昆虫も捕食します。断崖に巣をつくるペアもありますが、上伊那では1990年頃には橋などの人工建造物での営巣が確認されています。



①チョウゲンボウ

②イワヒバリ (留鳥・漂鳥)

全長約18cm。和名のように、高山に生息して「キュルリキュルリヒクリーヒクリー」などと美しくさえずります。雌雄同色で、数羽の群れを作って多夫多妻で繁殖するそうです。冬期には標高の低い岩場にも姿を見せます。



②イワヒバリ

③キセキレイ (留鳥)

全長約20cm。縄張り意識が強く、自動車のミラーに映る自分の姿に攻撃することもあります。「チチンチチン」と金属的な声で鳴きながら、ヒヨドリのように波状飛行します。山地の溪流でよく見られて「山のセキレイ」と言われたり、山道で車の前を飛んでいくことから「水先案内人」と例えられたりして、昔から人間に馴染みの深い「石たたき」(長い尾羽を上下に振ることから)です。



③キセキレイ親子

④ミソサザイ (留鳥・漂鳥)

全長約10cm。日本最小種の一つです。全身が暗茶褐色で目立ちませんが、短い尾羽を立てて「ピイツイピルルル、チュイチュイ、チリリ」などと力強くさえずります。沢沿いなどの林内を動き回って昆虫やクモを捕らえたり、巣材用にコケや獣毛を集めたりします。



④ミソサザイ