

身近な自然観察「まちの野鳥」 野鳥観察の参考メモ

【野鳥観察をする前に】

春～秋の野鳥観察をするときには、虫刺され（蚊や毛虫など）に注意しましょう。また、観察の時に欠かせない双眼鏡も倍率、重さなど自分にあったものを選びましょう。双眼鏡の倍率は、8～10倍がいいでしょう。

- 虫に刺されないように、長そで、長ズボンで観察しましょう。
- 観察する前に双眼鏡のピントの調整・目の幅調整をしましょう。

【観察のルール】

まちの中での野鳥観察は、次のことに注意して観察しましょう。

- 双眼鏡で家の中をのぞかない
- 歩いている人や自転車、車に気をつけよう
- 巣から落ちたヒナは持ち帰らない
- 野鳥の保護に困ったときは、市役所などに連絡しよう

【観察のポイント】

観察会の時には、単に野鳥の種類を覚える、記録するだけでなく、次のことについても参加者で話しをして、野鳥とそのすんでいる環境について、考えるようにしましょう。

- 双眼鏡を自分の目にきちんと合わせよう
- 鳥の鳴き声をノートに記録しよう
- 鳥が何度も戻ってくる時は、近くに巣があるか観察してみよう
- 家のまわりのどんな場所を使って子育てしているか、観察してみよう
- 生垣など葉っぱの茂みもよく観察してみよう
- 野鳥にまつわるさまざまなトピック（雑学）も知ろう
- 鳥のえさになる虫が育つ環境も考えよう
- 生き物の食物連鎖について考えよう
- まちの中の小さな森の役割について考えよう
- 森やまちにすむ野鳥と水辺との関わりも観察しよう
- 野鳥にやさしい暮らしをみんなで考えてみよう

【野鳥観察に便利な図鑑】

- ・『フィールドガイド日本の野鳥 増補改訂新版』（日本野鳥の会）

野鳥を見分けるバイブルとまで評され、初心者からベテラン、学者に至るまで愛用されている『フィールドガイド日本の野鳥』。2015年6月に新たな分類に準拠し、最新の知見や情報を加えた増補改訂版。

- ・『フィールド図鑑 日本の野鳥』（文一総合出版）

日本の鳥 635 種、外来種 22 種を美しいイラストで紹介する野鳥図鑑。雌雄や齡、羽衣の違い、特徴的な生態、飛翔図を、すべて描き下ろしによる精細なイラストで紹介。識別の参考になる鳥の行動や生態、類似種との識別ポイントを解説。羽や頭部の拡大比較など、識別ポイントをわかりやすく解説するための小カットも多数掲載。

- ・『日本百鳴鳥 202 映像と鳴き声で愉しむ野鳥図鑑』（シンフォレスト）

日本の野鳥「202 種」をこだわりの「音」と「映像」で丁寧にまとめあげた映像図鑑（DVD）。質・量ともに究極の野鳥作品を目指し、収録時間 3 時間 30 分を超える HD 映像。全編“鳴き声と自然音のみ”で構成。

『日本の野鳥識別図鑑』（誠文堂新光社）

掲載種は約 460 種。迷鳥やめったに見ることができない種は掲載していない。見られる確率の高い種や観察される頻度の高い種はほぼ掲載し、調べやすくなっている。また、近縁種が 1 ページにまとめられていて、特徴が比較しやすくなっている。

『新版 日本の野鳥』（山と溪谷社）

掲載種は約 520 種。環境、見られる時期、鳴声、特徴など簡潔な解説を基本にそれぞれの種に特徴的な写真をそろえて、識別ポイントを分かりやすくした写真図鑑。写真は野外で撮影したいくつかのポーズが掲載されており、生息環境がわかりやすい。

企画・運営：一般財団法人森永エンゼル財団
制作：NPO 法人せたがや水辺デザインネットワーク
監修：NPO 法人フィールドエッグ