な自然 楽しもう

通勤途中に草花を見かけます。名前を知れば、もっと自然に親しめそうです。見分け方や覚えるこつを知りたいです。

長崎県長与町・倉嶋朋男さん(62)

今の時期にであえそうな植物や昆虫

横浜自然観察の森

写真は横浜自然観察の森提供

古南幸弘さんが薦めるハンディサイズの図鑑

虫

【日本の昆虫1400】
◆チョウ・バッタ・セミ
◆トンボ・コウチュウ・ハチ
(文一総合出版)

鳥

【野鳥観察ハンディ図鑑】
◆新・山野の鳥 改訂版
◆新・水辺の鳥 改訂版
(日本野鳥の会)

花

【山渓ハンディ図鑑】増補改訂新版
◆野に咲く花
◆山に咲く花 など
(山と渓谷社)

雑草

特に家の周りの雑草を知りたい人
【形とくらしの雑草図鑑】
◆見分ける、身近な280種
(全国農村教育協会)
小林今日子さんのおすすめ

観察会などの情報を得る	日本環境教育フォーラムのHP(http://www.jeef.or.jp/)で全国の自然体験イベントが検索できる
学ぶ	自然観察指導員講習会…1泊2日で自然観察の方法や自然の魅力の伝え方を学ぶ(日本自然保護協会、03・3553・4105)

グラフィック・小林 世以子

よく観察し 自分で調べる

環境カウンセラー　京極徹さん

身近な自然をよく観察するところから始めるとよいと思います。

2月はオオイヌノフグリやホトケノザ、ナズナなど道端の花が咲き始めます。順に咲いていくので、観察しやすい時期だと言えます。

最近は、花の写真を撮ってフェイスブックなどのウェブ上に載せて尋ねると、誰かが教えてくれることもあります が、覚えたいなら、自分で調べることが大事です。

気になる植物があったら図鑑をめくり、似た種類のものとどこが同じでどこが違うのか確認する。これを繰り返す。続けるうちに、どの種類の仲間か見当がつくようになる。見分け方のテクニックが身について、名前も覚えられるでしょう。

自然は単独では成立しません。植物への興味から始まって鳥や昆虫へと世界が広がっていくのも楽しいものです。

鳥の鳴き声が聞こえたら何だろうと意識してみましょう。同じ鳥でも、恋の季節の春は楽しげになるなど、鳴き声が変わり、面白いですよ。

東京・新宿の雑居ビルに囲まれた私の勤務先の近くでもキジバトやメジロ、ムクドリなど10種類以上の野鳥が見られます。秋冬にはオオタカが上空を通過します。どんなところに住んでいても、観察の対象は見つかるはず。意識すれば、毎日の生活が楽しくなると思います。

きょうごく・とおる　1960年生まれ。公益社団法人「日本環境教育フォーラム」事業部長。「身近な自然を楽しむ」がモットー。

げてほしいテーマをseikatsu@asahi.comへお寄せください。

Reライフ LIFE 人生充実

身近な自然

今の時期 植物や昆

ガイドさんと観察会

「もっと知りたい」が知識に 1

ノートと鉛筆さえあれば いつもの道にも変化・発見 2

定期的にコツコツと 長年の記録は貴重な資料に 3

散策して自然と親しめる「横浜自然観察の森」で1日、観察会があった。横浜市の委託で日本野鳥の会が整備や来園者の対応を担当している施設だ。観察会は毎月開かれ、誰でも無料で参加できる。この日の午前の部には25人が集まった。子ども連れの家族数組と大人たちだ。

「何色が見えますか」。ボランティアのガイド役の一人、中塚隆雄さん(64)が尋ねた。指さした先には葉が落ちた雑木林がある。

「茶色」「灰色」と声があがる。「他には」と中塚さん。目を凝らしていた人たちが「ピンクっぽい」と答えた。「春が近づくと芽が赤く色づく木があるんです。細胞分裂が盛んな若い芽を守るため紫外線に強い赤色になると言われています」と中塚さん。これはミズキのことだ=図。参加した女性(70)は「詳しい人の話を聞きながら見ると記憶に残ります」。

中塚さんは会社員。ガイドになったのは約20年前、子どものキャンプの引率で昆虫について知る必要が出て、この森を訪ねたのがきっかけだ。餌や生息環境へと関心が広がり、今では植物や動物にも詳しい。大人は知識から入ろうとする人が多いが、「観察が面白い、もっと知りたいと思うとおのずと知識も増えていきます」と話す。

横浜自然観察の森のチーフレンジャー、古南幸弘(こみなみ)さん(53)は「観察はノートと鉛筆があれば始められます」と話す。遠くに出かける必要もない。家の周りや通勤路など毎日通るところを見ていくと変化がわかって良いという。

ノートには日時、場所、見つけたもの、数を書こう。写真を撮っておくと、図鑑を持ち歩いていなくても家に帰ってから調べることができる。このとき、角度を変えて複数枚、撮影しておくと、似たものと見分けるときに役立つ。デジタルカメラなら日時が記録されるので、あとでデータを整理するのに便利だ。

また、写真ではわかりにくい細かい特徴も文章や絵でかきとめよう。鳥や昆虫の場合は、しぐさや鳴き声などをメモしておくのもよい。記録することで詳しく見る習慣ができる。そうすると、見分けるポイントも覚えやすくなる。

さらに虫眼鏡があれば、植物や昆虫を詳しく見られる。野鳥を見るなら双眼鏡もあるといい。図鑑は持ち運びやすいものが出版されている。

古南さんも、今の時期は観察を始めるのにおすすめだという。「花や葉が似ていて見分けにくいが冬芽なら見分けやすい植物がある。木の葉が落ちているので昆虫の卵やマユなども目に止まりやすくなっています」

さらに親しむには五感を使おう。「目をつぶって匂いをかいだり触ってみて毛のあるなしを感じたりすると意外な発見があります」と公益財団法人日本自然保護協会(東京都)の小林今日子さん(30)。植物の毛ひとつとっても軸に生えているが葉になかったり、ベロア生地のように滑らかだったり、ヤスリのようにザラザラしていたりと違う。

冬のうちに、何も生えていない地表を撮影して変化をみるのも面白いという。定期的に訪れて写真を撮っていくと、植物が生え、どんどん育っていく様子を見ることができる。同協会の福田博一さん(39)は「孫と一緒に観察すると、次の世代に自然を愛し、大切にする気持ちを伝えることにもなります」と話す。

また、自然観察が社会貢献につながることもある。

長年の記録を持ち寄ったり、連携して観察したりすることで、研究の役に立つ。例えば、絶滅の恐れのある種について説明する植物のレッドデータブックはアマチュア観察家たちの記録が資料の一つになっている。

日本自然保護協会も全国の一般の人に呼びかけ、カメやトンボなど毎年種類を決めて観察情報を募り、生き物の分布から環境の変化を調べている。

(山田佳奈)

ハラビロカマキリの卵

越冬中のウラギンシジミ(オス)

古南幸弘さんが薦めるハンデ

虫

【日本の昆虫1400】
◆チョウ・バッタ・セミ
◆トンボ・コウチュウ・ハチ
(文一総合出版)

観察会などの情報を得る 日本環境教育フ 自然体験イベン

学ぶ 自然観察指導員 魅力の伝え方を

「Reライフ」は毎週日曜日に掲載します。次回は「かしこく減塩」の予定です。採り上げてほしいテーマをseikatsu@