

『東北海道バードウォッチングツアー』モデルコース

《夏》

1日目

午前1便で、釧路空港到着。
野鳥案内ガイドと合流。または、レンタカーを借ります。
車で、釧路町別保森林公園に移動(約40分)。
散策路で、ヤマゲラ、クマガラ、オオアカゲラ、ミソサザイ、コマドリ、キバシリなどを探します。
厚岸町や浜中町に移動(約1時間)。
途中の林道などで、エゾライチョウ、ルリビタキ、エゾムシクイ、ミヤマカケスなどを探します。
霧多布湿原などで、マキノセンニュウ、ノゴマなどを探します。
北太平洋シーサイドラインを通過して根室市に移動(約1時間)。
＜根室市内に宿泊＞

2日目

早朝、明治公園でエゾセンニュウなどを観察します。
午前、落石漁港に移動(約25分)。落石ネイチャークルーズに乗船し(乗船時間2時間30分)、船上からエトピリカ、ツノメドリ、ケイマフリ、ウトウ、ウミスズメ、ウミガラス、ヒレアシシギ類、ミズナギドリ類、フルマカモメ、コアホウドリ、クロアシアホウドリ、チシマウガラスなどを探します。
午後、風蓮湖周辺や春国岱木道へ移動(約20分)。
風蓮湖・温根沼クルーズに乗船も一案(乗船時間約1時間)。
水辺でタンチョウやシギ・チドリ類を、草原や森林でオオシギ、オジロワシ、アリスイ、ショウドウツバメ、エゾムシクイなどを探します。
その後、日本本土最東端である納沙布岬へ移動(約1時間)。
ハイドから海鳥などを探します。
＜根室市内に宿泊＞

3日目

風蓮湖北部の走古丹に移動(約1時間)。
タンチョウの親子や草原性の野鳥を観察します。
午後、野付半島に移動(約1時間)。
「野付半島ネイチャーセンター」で情報収集をし、タンチョウやアカアシシギのほか、季節によってはシギ・チドリ類を観察します。
その後、羅臼町に移動(約1時間)。
夕食後、小川に現れるシマフクロウを観察します。【有料・予約制】
＜羅臼町内に宿泊＞

4日目

早朝、知床峠(約25分)でギンザンマシコなどを観察。
午前、羅臼のクルーズに船に乗って、ミズナギドリ類の観察のほか、シャチ、イルカ、クジラウォッチングを楽しみます。(乗船時間2時間30分)
午後、オホーツク方面へ移動(約1時間45分)。
小清水原生花園や瀧沸湖で見逃した湿原や草原性の野鳥を探します。
中標津町養老牛温泉へ移動(約1時間30分)。
ここでも、宿からシマフクロウを観察できます。【宿泊者のみ】
＜中標津町内に宿泊＞

5日目

早朝、宿の周辺でカワガラス、ミヤマカケスのほか、見逃した森林性の野鳥を探します。
中標津空港に移動(約40分)。
中標津空港発の便で帰途につきます。

《冬》

1日目

午前1便で、釧路空港到着。
野鳥案内ガイドと合流。または、レンタカーを借ります。
車で、「阿寒国際ツルセンター」に移動(約30分)。
タンチョウの給餌場で求愛ダンスなどを見ることができます。
屈斜路湖畔「砂湯」に移動(約1時間30分)。
温泉が流れ込み、凍らない湖でオオハクチョウが見られます。
鶴居村に移動(約1時間)。
鶴居村「菊池牧場」でねぐらに帰るタンチョウの群れを観察。
時間があれば「鶴居・伊藤タンチョウサンクチュアリ」「鶴見台」へ。
＜鶴居村に宿泊＞

2日目

早朝、鶴居村「音羽橋」で、「けあらし」のなか川でねぐらをとるタンチョウの幻想的な姿を観察します。
周辺の森林で、エゾフクロウやベニヒワなどを観察します。
浜中町霧多布方面に移動(約2時間)。
海岸や漁港で、コクガン、ヒロードキンクロ、コオリガモを、草原で、ユキホオジロ、ハギマシコ、ケアシノスリなどを探します。
北太平洋シーサイドラインを通過して根室へ移動(約1時間)。
＜根室市内に宿泊＞

3日目

朝、花咲港で海ガモ類を観察します。
午前、落石漁港に移動(約30分)。
「落石ネイチャークルーズ」に乗船し、(乗船時間2時間30分)船上からハシブトウミガラス、ウミガラス、ウミバト、ケイマフリ、ウミスズメ、コウミスズメ、エトロフウミスズメ、チシマウガラス、アビ類、ヒロードキンクロ、ヨシガモなどを観察します。
午後は、温根元ハイドに移動しチシマシギを探します(約1時間)。
納沙布岬や途中の港で、海ガモ類やウミスズメ類、ワシカモメ、シロカモメ、ワタリガラス、ハギマシコなどを探します。
＜根室市内に宿泊＞

4日目

朝、風蓮湖東部「川口船着場」などに移動(約30分)。
結氷した風蓮湖で氷下待網漁のおこぼれを食べて越冬する数百羽のオオワシ、オジロワシを観察します。
野付半島に移動(約1時間30分)。
ユキホオジロ、ツメナガホオジロ、ハギマシコ、コミミスクなどを探します。
羅臼に移動(約1時間)。
夕食後、小川に現れるシマフクロウを観察します。【有料・予約制】
＜羅臼町内に宿泊＞

5日目

早朝、日の出に合わせた流水バードウォッチングクルーズに乗船。
流水とオオワシ、オジロワシを観察します。(乗船時間2時間30分)
羅臼港周辺で見逃した海鳥を観察します。
中標津に移動(約1時間10分)。
丸山公園で、シマエナガ、カラ類などを探します。
中標津空港に移動(約10分)。
中標津空港発の便で帰途につきます。

野鳥の楽園

根室・東北海道バードウォッチングガイド 第3版



オオワシ



エトピリカ



タンチョウ



シマフクロウ



ハギマシコ



シマエナガ



シノリガモ

ようこそ 野鳥の楽園「知床ねむろ・東北海道」へ！

東北海道は、オホーツク海と太平洋の二つの海に囲まれ、雄大な山脈、森林、草原、湿原・湿地、湖、河川、入り江・干潟、海など、多様な自然環境に恵まれています。

「釧路湿原」「阿寒摩周」「知床」の3つの国立公園があり、「知床」は、2005年7月、世界自然遺産に登録されました。

また、「釧路湿原」「阿寒湖」「厚岸湖・別寒辺牛湿原」「霧多布湿原」「風蓮湖・春国岱」「野付半島・野付湾」「瀧沸湖」がラムサール条約湿地に登録されています。

“野鳥の楽園”と呼ばれるこの地域では、タンチョウ、シマフクロウ、オオワシ、オジロワシ、エトピリカ、ウミスズメ、ウミガラス、ケイマフリ、チシマウガラス、コクガン、アカアシシギ、クマガラなどの希少種が暮らすほか、エゾライチョウ、シノリガモ、コオリガモ、ケアシノスリ、エゾフクロウ、チゴハヤブサ、ミヤマカケス、ハシブトガラ、シマエナガ、マキノセンニュウ、ノゴマ、ベニヒワ、ハギマシコ、ギンザンシコ、ユキホオジロなど、日本で確認されている野鳥の6割以上を見ることができます。

【タンチョウの観察】

冬は、釧路市阿寒町や鶴居村の給餌場に生息数の8割が集まります。阿寒町には「阿寒国際ツルセンター」、鶴居村には「鶴見台」「鶴居・伊藤タンチョウサンクチュアリ」の大規模な給餌場で求愛ダンスや餌を食べ過ぎる様子が観察できます。そのほか鶴居村では、早朝「音羽橋」から、けあらしのなか幻想的なねぐらの風景を見ることが出来ます。夕方「菊池牧場」から、夕日のなか群れでねぐらに帰る様子も見ることができます。

夏は、風蓮湖や野付半島などの東北海道の各地の湿原で子育てをする姿に出会えることもあります。

【オオワシ・オジロワシの観察】

10月下旬、サハリンなどから渡ってきます。湖が結氷するまでは野付半島で多く見られ、1月になると結氷した風蓮湖湖岸で見られるようになり、3月下旬まで道東海岸域で観察できます。

また、2月になると、羅臼沖の流水にたたずむ姿を観察・撮影できるクルーズが、世界的に有名です。

【エトピリカなどの海鳥の観察】

6～8月にかけてエトピリカを見ることのできる根室の落石ネイチャークルーズが大人気です。冬は、根室の落石と歯舞のクルーズからウミスズメ類など多様な海鳥たちに出会えます。夏の羅臼のクルーズでは、クジラやシャチとともに海峡を埋め尽くす数万羽のミズナギドリ類を見ることができます。

【シマフクロウの観察】

北海道内に約170羽しか生息してなく、環境省などにより保護増殖が行われています。現在は、羅臼や養老牛温泉の宿からのみ見ることをおすすめしています。将来、個体数が増えるためにもご協力をお願いします。

【宿泊に関して】

ご予算に合わせて、さまざまな宿泊施設をご紹介します。また、温泉付きの宿泊施設もございますので、野鳥観察で疲れた体を癒していただけます。

海沿いの町では、地元で獲れた新鮮な海の幸が楽しめます。

【移動手段に関して】

夏はレンタカーを利用しての東北海道周遊をおすすめします。冬や東北海道が初めてという方には、バードウォッチングガイドをご紹介しますことも可能です。

【根室市の野鳥観光情報や宿泊等のお問い合わせ先】

●「根室市観光協会」

〒087-0027 北海道根室市光和町2-10
TEL 0153-24-3104 FAX 0153-24-7811
<https://www.nemuro-kankou.com/>

●「根室市春国岱原生野鳥公園ネイチャーセンター」

〒086-0074 北海道根室市東梅103番地
TEL 0153-25-3047 FAX 0153-25-8570
http://www.marimo.or.jp/~nemu_nc/workn/

●「落石ネイチャークルーズ」

エトピリカや冬の海鳥観察クルーズ。3名以上で通年運航。
TEL 0153-27-2772 FAX 0153-27-2772
<http://www.ochiishi-cruising.com/>

●「本土最東端パノラマクルーズ」

冬の海鳥観察クルーズ。11～4月2名以上で運航
TEL 0153-28-2124
<https://www.jf-habomai.jp/pleasure-cruises.html>

●「風蓮湖・温根沼クルーズ」

タンチョウなど湖沼の野鳥観察。4月中旬～11月2名以上で運航。
FAX 0153-23-4736 E-mail: northcruise56@gmail.com
<https://northcruise56.wixsite.com/northcruise>

【根室市の野鳥ガイドのお問い合わせ先】

※内容等については、直接お問い合わせください。

●「民宿たかの」

TEL 090-5988-7838 FAX 0153-23-6771
http://www.minsyuku-takano.com/about_inn.html

●「根室ネイチャーセンター」

TEL 0153-27-1434 FAX 0153-27-1435
<https://canoecraft.net/naturecenter/>

【周辺地域の野鳥観光情報や宿泊等のお問い合わせ先】

●「根室観光連盟」（なかしべつ観光協会内）

〒086-1127 北海道標津郡中標津町東14条北1丁目1番地
TEL 0153-77-9644
<https://ekari.jp/>

●「野付半島ネイチャーセンター」

〒086-1645 北海道野付郡別海町野付63番地
TEL 0153-82-1270 FAX 0153-82-1296
<https://www.aurens.or.jp/~todowara/>

●「阿寒国際ツルセンター」

〒085-0245 北海道釧路市阿寒町上阿寒23線40番地
TEL 0154-66-4011 FAX 0154-66-4022
<https://aiccgrus.wixsite.com/aiccgrus>

●「鶴居・伊藤タンチョウサンクチュアリ」

〒085-1205 北海道阿寒郡鶴居村字中雪裡南
TEL 0154-64-2620 FAX 0154-64-2239
<http://park15.wakwak.com/~tancho/>

■根室市観光協会 野鳥観光インフォメーションデスク

〒087-0027 北海道根室市光和町2丁目10番地
TEL 0153-24-3104 FAX 0153-24-7811 birdinfo@nemuro-kankou.com

☆最新の根室の野鳥情報

根室の野鳥情報（ブログ）
<http://nemuro-fieldnote.blogspot.com/>

Nemuro Field Note (facebookページ)
<https://www.facebook.com/nemuro.chiikiokoshi.shizenyacho/>



エゾフクロウ



エゾライチョウ



エトロフミスズメ



コアホウドリ



コウミスズメ



オオジシギ



オジロワシ

根室野鳥観察舎(ハイド)マップ

野鳥観察舎(ハイド)とは、英国生まれの野鳥を観察するための小屋です。ハイドに入ること野鳥をおびやかすことなく観察ができます。

とうばい 東梅ハイド (常時オープン)



タンチョウ、オオハクチョウ、オオワシ、オジロワシ、コヨシキリ、ノビタキ、ヒドリガモ、スズガモなどのカモ類

しあみん もり 市民の森ハイド (常時オープン)



アカゲラ、ミヤマカケス、ハシブトガラ、シマネガ、センダイムシクイ、ミソサザイ、ベニヒワ、シメ、アオジなど

めいじ こうえん 明治公園ハイド



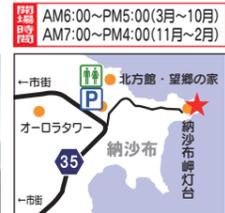
ベニマシコ、ノゴマ、ウグイス、アカゲラ、アオジ、キクイタダキ、カッコウ、コムドリ、カラ類など

おんねもと 温根元ハイド (常時オープン)



チシマシギ、シロハヤブサ、コオリガモ、クロガモ、シノリガモ、ウミアイサ、ハギマシコ、ベニヒワ、ノビタキ、コヨシキリ、シマセンニュウなど

のさつぶみさき 納沙布岬ハイド



ウミバト、ケイマフリ、コウミスズメ、エトロフミスズメなどの海鳥(アザラシ、ラッコなども見られることも)

はななきみなくるまいし 花咲港車石ハイド



ケイマフリ、オオワシ、オジロワシ、シノリガモ、アマツバメなど(ラッコが見られることも)

根室駅からの移動時間

東梅ハイド……車で約20分 納沙布岬ハイド……車で約35分
市民の森ハイド……車で約10分 温根元ハイド……車で約30分
明治公園ハイド……車で約5分 花咲港車石ハイド……車で約15分

東北海道野鳥観察エリア『あなたが見たい野鳥はここにいる!』

種類	夏季	冬季	種類	夏季	冬季	種類	夏季	冬季
エトビリカ・ツノメドリ	エリア-E	—	タンチョウ	全エリア	エリア-B/D	クマガエラ	エリア-A/H	エリア-A/H
ウトウ	エリア-E/K	—	オオハクチョウ	—	エリア-C/E/F/H/K	ワタリガラス	—	エリア-B/E/F/G/K
ウミガラス・ウミバト	エリア-E/K	エリア-E	アカエリカイツブリ	エリア-B/E	エリア-D/E/F/G	ミヤマカケス	エリア-A/B/E/G/H/J/K	エリア-A/B/C/E/H/J/K
ケイマフリ・ウミスズメ	エリア-E/G/K	エリア-E	オオジシギ	エリア-B/C/D/E/F/K	—	シマネガ	全エリア	全エリア
コウミスズメ	—	エリア-E/G	アカアシシギ	エリア-E/F	—	マキノセンニュウ	エリア-D/E/K	—
エトロフウミスズメ	—	エリア-E/G	オオワシ	—	エリア-C/D/E/F/G/K	エゾセンニュウ	エリア-B/C/D/E/F/K	—
チシマウガラス	エリア-E	エリア-E	オジロワシ	エリア-C/D/E/F/G/K	エリア-C/D/E/F/G/K	カワガラス	エリア-A/G/J	エリア-A/G/J
アホウドリ類	エリア-E/G/K	—	シマフクロウ	エリア-G/J	エリア-G/J	ノゴマ	全エリア	—
ミズナギドリ類	エリア-E/G/K	—	エゾフクロウ	—	エリア-B/E	ハギマシコ	—	エリア-B/D/E/F/K
ヒロードキンクロ	エリア-E	エリア-E/F/G/K	コムミスズ	—	エリア-B/D/E/F/K	ギンザンマシコ	エリア-G	エリア-E
コオリガモ	—	エリア-C/D/E/F/K	エゾライチョウ	エリア-A/B/C/E/H/J	—	ユキホオジロ	—	エリア-D/E/F/K



区 域	
エリア-A	くしろ あかんこはん 釧路市阿寒湖畔【温泉地】
エリア-B	くしろ あかん つるい しべちや かやめま 釧路市阿寒町、鶴居村、標茶町茅沼【温泉地】
エリア-C	あつけし はまなか ひちりつが 厚岸町、浜中町火散布
エリア-D	あつけし はまなか かりたつが 浜中町霧多布
エリア-E	ねむる べつかい はしりこたん 根室半島、別海町走古丹
エリア-F	のつけ べつかい おだいとう しべちや 野付半島、別海町尾岱沼、標津町【温泉地】
エリア-G	らうす しれとこ しゃり 羅臼町、知床横断道路、斜里町ウトロ【温泉地】
エリア-H	てしかが かつしやろ 弟子屈町、屈斜路湖【温泉地】
エリア-J	なかしやろ まうらうし 中標津町養老牛【温泉地】
エリア-K	とうふつこ こしあずけんせいけん しゃりこう 濁沸湖、小清水原生花園、斜里港

