

釧路湿原国立公園 温根内ビジターセンター

お ん ね な い

月刊 温根内 通信

—— 2026年8月号 No.359

8月15日(土)発行 ——



歓喜のシジミチョウ

セリ科の花が美しい季節。この花に色々な昆虫が集まってきています。なかでも目を引くのは、シジミチョウの仲間。ドクゼリの花にはヒメシジミが、ところ狭しと吸蜜に集まっていました。そして今年は、ミドリシジミがこれまでにないほど多く現れ、チョウ類ファンを喜ばせています。

花だけでなく、その花を利用している虫たちも見ていると、興味が尽きません。

☆☆☆ 温根内木道周辺で見られた自然（7/15～8/14） ☆☆☆



【トウヌマゼリ】

セリ科 唐沼芹

ドクゼリより少し時期を遅らせて花を咲かせます。葉や茎の形がドクゼリとの見分けるポイントです。



【ミズオトギリ】

オトギリソウ科 水弟切

限られた時期・時間にしか咲かないオトギリソウの仲間。見つけると幸運に恵まれた気持ちになります。



【サワギキョウ】

キキョウ科 沢桔梗

湿原の夏を思わせる鮮やかなブルーの花。キキョウの仲間にしてはとも不思議な形をした花です。



【ウラゴマダラシジミ】

シジミチョウ科

シジミチョウの仲間も詳しく見ると種も様々です。本種の幼虫の食草はハシドイなど。



【キバネセセリ】

セセリチョウ科

道内のセセリチョウで最も大きい種。イケマの花によく集まっています。幼虫の食草はハリギリ。



【ヒメウラナミジャノメ】

タテハチョウ科

翅に見られる目玉模様（眼状紋）には個体差があるようです。幼虫の食草はイネ科植物。

○表紙の写真 上：ドクゼリの花に集まるヒメシジミ 下：ミドリシジミ

☆☆☆ 温根内木道周辺で見られた野鳥（7/15～8/14） ☆☆☆

8月に入り、夏鳥たちの声は静かになり、姿を見るのも難しい時期になりました。それでも早朝の木道は色々な鳥の鳴き声が聞こえ、巣立ち雛の姿なども見られます。ビジターセンターでは無料で双眼鏡のレンタルを行っております。



【カワラヒワ】 夏鳥

アトリ科 河原鶇

木の高い所に止まっていることが多いです。鳴き声は「コロコロ」「ピューーン」など。



【ベニマシコ（幼鳥）】 夏鳥

アトリ科 紅猿子

長い尾羽が本種の特徴ですが、幼鳥でもそれがよくわかります。親鳥を待っているようでした。



【ノビタキ（幼鳥）】 夏鳥

ヒタキ科 野鶇

木道に出てきて虫を採餌していることもあります。湿原内で最もよく見かける幼鳥です。

○温根内木道周辺で観察された花・鳥（7/15～8/14）

花（和名は五十音順　*外来種）	36	キンミズヒキ	72	ネジバナ	5	クイナ
1　アカネムグラ	37	クサイ	73	バイケイソウ	6	タンチョウ
2　アキカラマツ	38	クサフジ	74	ハシドイ	7	トビ
3　アキノウナギツカミ	39	クサヨシ	75	ハナタデ	8	ノスリ
4　イケマ	40	クサレダマ	76	ハリコウガイゼキショウ	9	コゲラ
5　イヌタデ	41	クルマバナ	77	ハンゴンソウ	10	アカゲラ
6　イヌトウバナ	42	クルマユリ	78	ヒメジョオン*	11	オオアカゲラ
7　イワアカバナ	43	コウゾリナ	79	ヒヨドリバナ	12	ハシボソガラス
8　イワノガリヤス	44	ゴキツル	80	ヒロハヒルガオ	13	ハシブトガラス
9　ウツボグサ	45	コシカギク*	81	ヘラバヒメジョオン*	14	ヒガラ
10　ウド	46	コハコベ	82	ホザキシモツケ	15	ハシブトガラ
11　ウマノミツバ	47	コメツブウマゴヤシ*	83	ホソバアカバナ	16	シジュウカラ
12　エゾイヌゴマ	48	サジオモダカ	84	ホソバノシバナ	17	ヒヨドリ
13　エゾイラクサ	49	サワギキョウ	85	ホソバノヨツバムグラ	18	ウグイス
14　エゾオオヤマハコベ	50	シオガマギク	86	ミカツキグサ	19	エナガ
15　エゾゴマナ	51	シナノキ	87	ミズオトギリ	20	センダイムシクイ
16　エソトリカブト	52	シロツメクサ*	88	ミソガワソウ	21	エゾムシクイ
17　エソナミキ	53	シロネ	89	ミソソバ	22	コヨシキリ
18　エゾノコギリソウ	54	セイヨウタンポポ*	90	ミゾホオズキ	23	エゾセンニュウ
19　エゾノヨロイグサ	55	セイヨウノコギリソウ*	91	ミツバ	24	シマセンニュウ
20　エゾノレンリソウ	56	セリ	92	ミツバフウロ	25	マキノセンニュウ
21　エゾムグラ	57	タチギボウシ	93	ミツモトソウ	26	ゴジュウカラ
22　エゾヤマアザミ	58	タヌキモ	94	ミミコウモリ	27	キバシリ
23　オオアワガエリ*	59	チシマアザミ	95	ミミナグサ	28	クロツグミ
24　オオウバユリ	60	チシマオドリコソウ	96	ミヤマヤブタバコ	29	アカハラ
25　オオダイコンソウ	61	チシマノガリヤス	97	ムラサキツメクサ*	30	オオルリ
26　オオヌマハリイ	62	ツメクサ	98	メマツヨイグサ*	31	キビタキ
27　オオバコ	63	ツリフネソウ	99	モウセンゴケ	32	ノビタキ
28　オオバナヤエムグラ	64	トウヌマゼリ	100	ヤブジラミ	33	ハクセキレイ
29　オトギリソウ	65	トキソウ	101	ヤマニガナ	34	ビンズイ
30　オニノヤガラ	66	ドクゼリ	102	ヨブスマソウ	35	イカル
31　カタバミ	67	トモエソウ	鳥（和名は日本鳥類目録第8版の順）		36	ベニマシコ
32　ガマ	68	ナガバツメクサ	1	ツツドリ	37	カワラヒワ
33　カラフトノダイオウ	69	ナガバノウナギツカミ	2	カッコウ	38	アオジ
34　キツネノボタン	70	ナガボノシロワレモコウ	3	キシバト	39	オオジュリン
35　キツリフネ	71	ナンバンハコベ	4	アオバト		

※温根内木道周辺の植物を折ったり持ち帰ったりしないようお願いします。また、木道から降りて写真を撮ることはおやめください。皆様が気持ちよく散策・観察できるようご理解とご協力をお願いします。

☆☆☆☆ 自然ふれあい行事を開催しました ☆☆☆☆

○「夏休み！植物をじっくり見てみよう」8月2日 参加者：8名 講師：高嶋八千代（植物研究家）

植物の微細な構造を涼しい館内でじっくり観察し、科ごとの特徴や種の同定などについて知るイベントを行いました。講師の高嶋氏からはまず、この時期に多数咲いているキク科の植物を持ってきていただき、同じキク科でも花の特徴や咲き方に種ごとに違い、「筒状花」「舌状花」といった植物の専門用語の意味も実物とともに教えてもらいました。また、同じく種数が多く見分けが難しいセリ科についても、その



の見分けるポイントを教わりました。セリ科の本来の同定は果実で見分けるという点も興味を引いていました。館内での観察の後は、木道を少しだけ巡り、館内では紹介しきれなかったキク科、セリ科の花々も多く見られました。それぞれの特徴などは事前学習の効果もあって、参加者の頭にもスムーズに入ってくれたようでした。いつもとは違う観点から植物を観察し、参加者の視野が広がったように見えたイベントとなりました。

☆☆☆☆☆ 温根内イベントカレンダー（9月） ☆☆☆☆☆

日	月	火	水	木	金	土
参加者受付中！		1 休館日	2	3	4	5
6 ♪アイヌの人々が利用した植物	7	8 休館日	9	10	11	12
13	14	15 休館日	16	17	18	19 ♪PV スポットガイド
20	21	22 休館日	23	24	25	26
27	28	29 休館日	30			

- ♪ 9/6(日) アイヌの人々が利用した植物 10:00～12:00（定員15名、要申込み）
- ♪ 9/19(土) PV スポットガイド 9:30～11:30 釧路湿原のパークボランティア（PV）の方々が、木道上の見どころのあるスポットでガイドをしてくれます。（申込み不要）

○塘路湖エコミュージアムセンター（あるこっと）⇒お申し込み ☎ 015-487-3003

♪野生生物の「擬態」を見て歩こう

〔日時〕9月26日（土）10:00～12:00〔定員〕15名（小学生は保護者同伴）

〔参加費〕無料

〔場所〕塘路湖エコミュージアムセンター

～暑さ対策も忘れずに～

今年の夏は昨年のような強烈な暑さとは違い、比較的穏やかな暑さが続いています。とはいえ、温根内は釧路市内より少し日中の気温が高く、木道には木陰以外に日差しを除けるものはありません。暑さには油断せず、それなりの対策をしてお楽しみください。

月刊 温根内通信 No. 359

発行：釧路湿原国立公園 温根内ビジターセンター

〒085-1145 北海道阿寒郡鶴居村字温根内

Tel：0154-65-2323 Fax：0154-65-2185

E-mail：ovc@kushiro-shitsugen-np.jp

ホームページ：http://www.kushiro-shitsugen-np.jp/

Facebook：温根内ビジターセンター フェイスブック

開館時間：9:00～17:00（11月～3月は16:00まで）

休館日：毎週火曜日（12/29～1/3は休館）入館無料