

# ラムサール条約じょうやくってなに？

「生き物がくらししていくのに大切な湿地しつちの自然しぜんを、  
みんなで守まもっていこう」という約束やくそくです。

正式せいしきな名前なまえは「特に水鳥みずどりの生息地せいそくちとして国際こくさい的に重要じゅうような湿地しつちに関する条約かんじょうやく」です。



湿地しつちは、水鳥みずどりをはじめ、魚さかなや虫むしなどさまざまな生き物いものが  
生きていくためにも、人間の生活にんげんせいかつにも欠かせない場所ばしょです。  
なくなってしまうと取り返としがつきません。また、水鳥みずどりの  
多くは国くにをこえて移動いどうするため、世界せかいの国々くにで湿地しつちを  
守まもらなければいけません。ラムサール条約じょうやくは、大切な湿地たいせつしつち  
が汚よごされたり壊こわされたりしないように、国くにをこえて協力きょうりよく  
していくための約束やくそくです。

## こんな約束やくそくがあります

- 登録とうろくされた湿地しつちを、人間にんげんもほかの生き物いものもこまらないように、ずっと守まもっていくこと。
- ほかの地域ちいきのひとや、世界中せかいじゅうのひとと協力きょうりよくすること。

# ラムサール条約 <sup>じょうやく</sup> 3つの柱 <sup>はしら</sup>

条約の目的である湿地の「保全・再生」と「ワイズユース（賢明な利用）」、これらをうながすための「交流・学習」、この3つが条約の柱になる考え方はです。



### 保全・再生

幅広く湿地を守ること、汚れたり壊されてしまったりした場所を元にもどすことを呼びかけます。

- 湿地や流域のごみ拾い
- 湿地の周辺のヨシの刈り取り ほか

中海の一斉清掃

### ワイズユース (賢明な利用)

湿地の生態系を守りながら、そこから得られる恵みをずっと活用することです。

- 漁業、農業
- 水辺で遊ぶ
- とれたものを食べる
- 生き物や自然のことを調べる
- 自然を観察する など

宍道湖のシジミ漁

### 交流・学習

湿地の保全やワイズユースのために、交流、能力養成、教育、参加、普及啓発を進めることを大切にしていきます。

- ほかの登録地の人たちと交流する
- 湖に流れこんでいる川の水質や生き物を調べる
- 地域の魅力を再発見する

子どもラムサール交流事業での干潟の観察

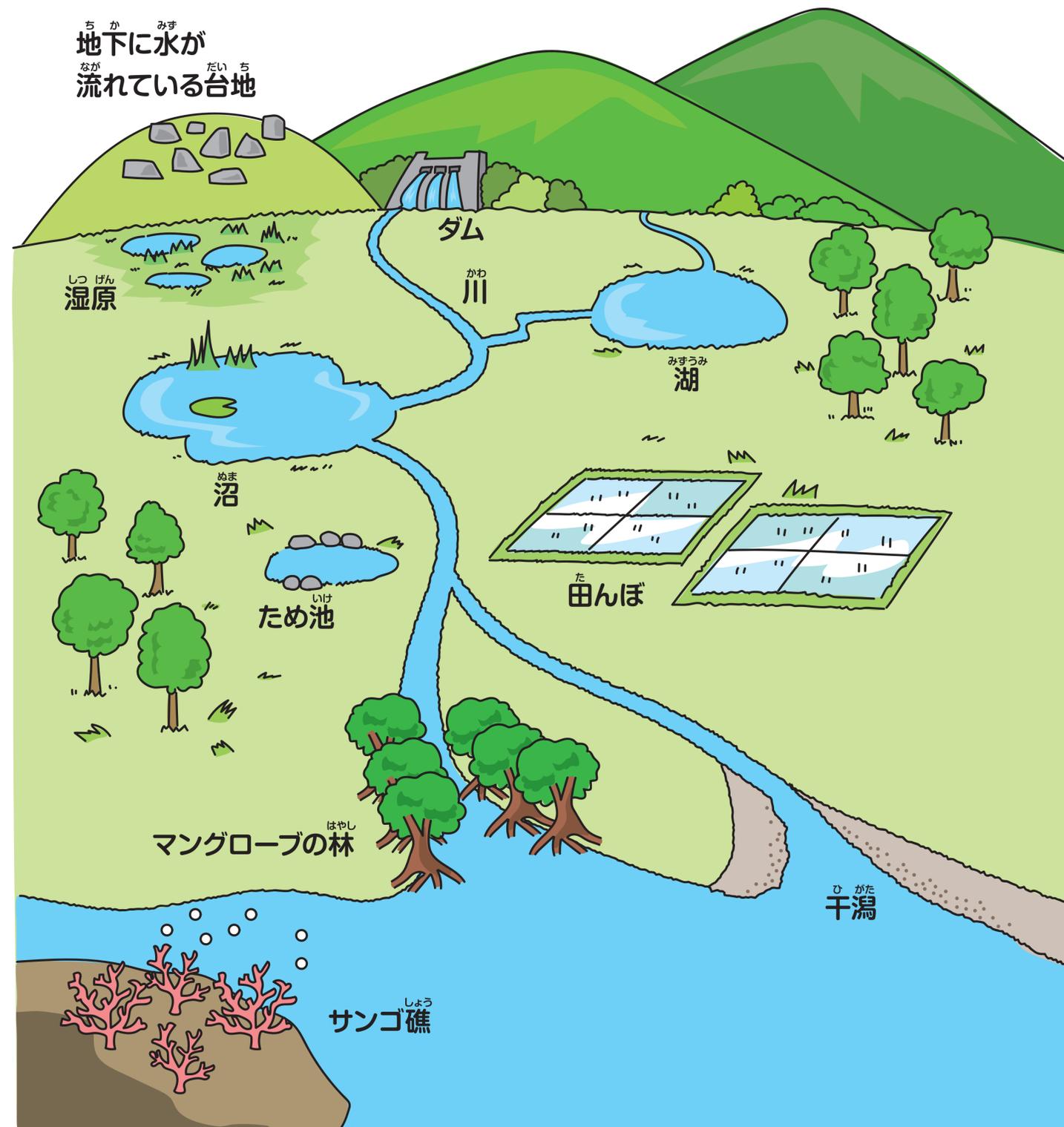
# しっ ち 湿地 ってどんなところ？

ラムサール条約では、ほとんど  
すべての水辺が湿地です。

ラムサール条約では、自然にできた湖や干潟、人間が作った  
田んぼ・ため池・ダムなど、天然のものでも人工のもので  
あっても「湿地」と呼びます。また、いつも水が流れて  
いる川、水が流れずとどまっている池、雨が多い季節など  
決まった時期にしかできない湿原や大きな水たまり、  
深さが6mまでの海も「湿地」なので、地球上のほとんど  
すべての水辺があてはまるといえます。

あれもこれも湿地！

湖、池、沼、川、田んぼ、ため池、干潟、湿原、  
地下に水が流れている台地、マングローブの林、サンゴ礁



# 日本のラムサール条約

# 登録湿地

日本は1980年にラムサール条約に  
なかま入りしました。最初の登録  
湿地は、北海道の釧路湿原です。  
少しずつ登録地が増え、2019年の  
11月までで52か所になりました。

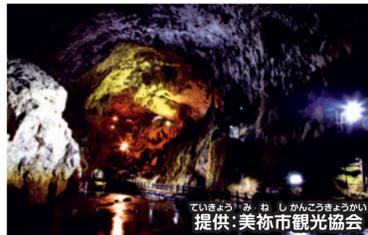
日本のラムサール条約  
登録湿地の数

# 52か所

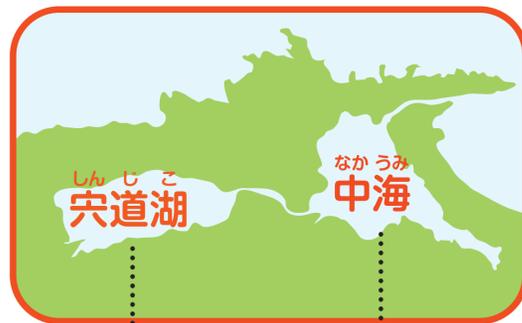
久米島の溪流・湿地  
慶良間諸島海域  
与那覇湾  
名蔵アンパル(石垣島)



円山川下流域・周辺水田



秋吉台地下水系



立山弥陀ヶ原・大日平  
片野鴨池  
中池見湿地  
三方五湖  
丸山川下流域・周辺水田  
秋吉台地下水系  
東よか干潟  
肥前鹿島干潟  
荒尾干潟  
蘭牟田池  
屋久島永田浜  
くじゅう坊ガツル・タデ原湿原

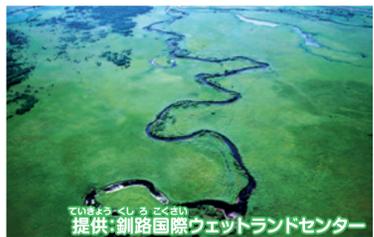


名蔵アンパル



琵琶湖

クッチャロ湖  
サロベツ原野  
雨竜沼湿原  
宮島沼  
ウトナイ湖  
大沼  
大山上池・下池  
立山弥陀ヶ原・大日平  
片野鴨池  
中池見湿地  
三方五湖  
丸山川下流域・周辺水田  
秋吉台地下水系  
東よか干潟  
肥前鹿島干潟  
荒尾干潟  
蘭牟田池  
屋久島永田浜  
くじゅう坊ガツル・タデ原湿原  
クッチャロ湖  
阿寒湖  
濤沸湖  
野付半島・野付湾  
風蓮湖・春国岱  
霧多布湿原  
厚岸湖・別寒辺牛湿原  
釧路湿原  
伊豆沼・内沼  
志津川湾  
蕪栗沼・周辺水田  
奥日光の湿原  
涸沼  
渡良瀬遊水地  
谷津干潟  
葛西海浜公園  
芳ヶ平湿地群  
東海丘陵湧水湿地群  
藤前干潟  
おせ尾瀬



釧路湿原



おせ尾瀬

世界のラムサール条約を  
おすすんでいる国

171の国と地域

※2019年11月現在

# しんじこ なかうみ とうろくしゅち 穴道湖・中海が登録湿地になれたのはなぜ？

しんじこ なかうみ ねん がつ にち しじょうやく とうろくしゅち かいすい  
穴道湖と中海は、2005年11月8日にラムサール条約の登録湿地になりました。どちらも海水と  
まみず きすいこ えんぶん こ ちが ちが とくしよく  
真水がまざりあった「汽水湖」です。塩分の濃さが違うので、それぞれ違う特色があります。

は  
3,000羽ちかい  
マガンが  
くる！



★ マガン

## しんじこ 穴道湖

えんぶん のうど かいすい  
塩分濃度：海水の1/10

しんじこ なかうみ せ かいてき  
穴道湖・中海は世界的にたいへん  
じゅうよう しゅち みと  
重要な湿地として認められています。

## なかうみ 中海

えんぶん のうど かいすい  
塩分濃度：海水の1/2

は  
1,000羽をこえる  
コハクチョウが  
くる！



★ コハクチョウ

きじゆん  
(基準5)

みずどり まんば いじょうりよう  
「水鳥が2万羽以上利用すること」という基準に対して

まいとし るい  
毎年、カモ+ガン+ハクチョウ類が  
しんじこ ば いじょう なかうみ ば いじょう  
穴道湖は40,000羽以上、中海は20,000羽以上やってくるよ！

きじゆん  
(基準6)

みずどり しゅ そう こたいすう りよう  
「水鳥の1種の総個体数の1%が利用すること」という基準に対して

しんじこ だいひょうてき とらいち  
穴道湖は、マガン・キンクロハジロ・スズガモの代表的な渡来地！  
なかうみ だいひょうてき とらいち  
中海は、コハクチョウ・ホシハジロ・キンクロハジロ、スズガモの  
代表的な渡来地！



★ キンクロハジロ

★ スズガモ

★ キンクロハジロ

★ スズガモ

きじゆん  
(基準7)

こゆう ぎよるい しゅ そうとう わりあい ささ  
「固有な魚類の種の相当な割合を支えている」  
という基準に対して

だいひょうてき せいそくち  
シンジコハゼの代表的な生息地！



★

きじゆん  
(基準8)

ぎよるい かいりい ふく せいいくば じゅうよう しゅち  
「魚類(貝類を含む)の成育場として重要な湿地。  
ぎよぎょうしげん じゅうよう かいゆうけいり  
漁業資源の重要な回遊経路」という基準に対して

にほん ゆうすう ぎよ かくりよう  
ヤマトシジミは日本有数の漁獲量！



★

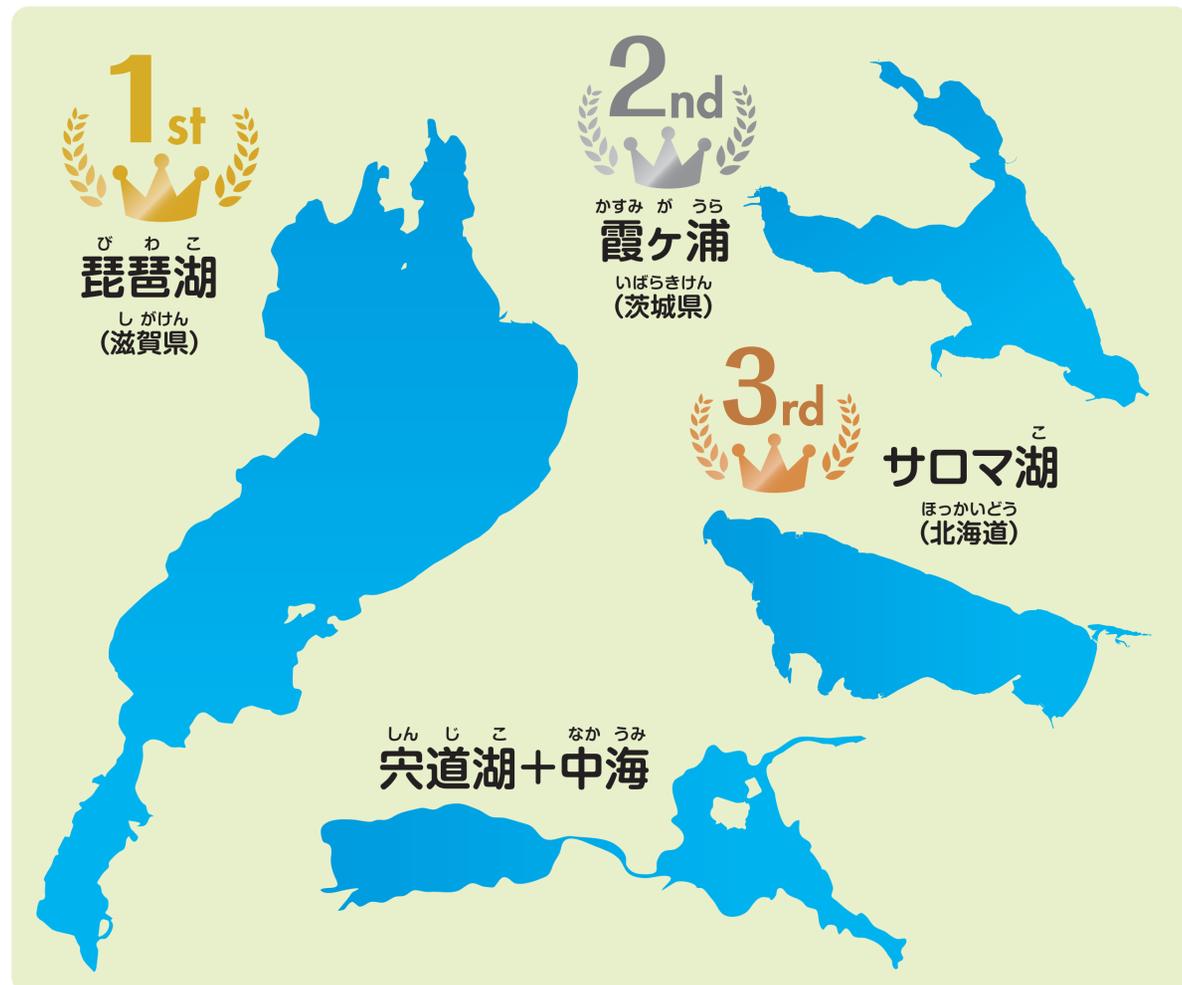
### とうろくしゅち かくさいてき きじゆん 登録地になるための国際的な基準

- (基準1) 特定の生物地理区内を代表するタイプの湿地、または希少なタイプの湿地
- (基準2) 絶滅のおそれのある種や群集を支えている湿地
- (基準3) 特定の生物地理区における生物多様性の維持に重要な動植物を支えている湿地
- (基準4) 動植物のライフサイクルの重要な段階を支えている湿地。または悪条件の期間中に動植物の避難場所となる湿地
- (基準5) 定期的に2万羽以上の水鳥を支えている湿地
- (基準6) 水鳥の1種または1亜種の個体群の個体数の1%以上を定期的に支えている湿地
- (基準7) 固有な魚類の亜種、種、科の相当な割合を支えている湿地。また湿地というものの価値を代表するような、魚類の生活史の諸段階や、種間相互作用、個体群を支え、それによって世界の生物多様性に貢献するような湿地
- (基準8) 魚類の食物源、産卵場、稚魚の生育場として重要な湿地。あるいは湿地内外の漁業資源の重要な回遊経路となっている湿地
- (基準9) 湿地に依存する鳥類に分類されない動物の種または亜種の個体群の個体数の1%以上を定期的に支えている湿地

※ここでいう「魚類」には、魚のほかにはエビ・カニ、貝類を含みます

# しん じ こ なか うみ とく ちょう おお 宍道湖・中海の特徴〈大きさ〉

しん じ こ に ほん ばん め なか うみ ばん め ひろ みずうみ  
 宍道湖は日本で7番目、中海は5番目に広い湖  
 です。しん じ こ なか うみ めん せき あ に ほん  
 宍道湖と中海の面積を合わせると日本で  
 ばん め おお みずうみ ほっ かい どう こ  
 3番目に大きい湖である北海道のサロマ湖より  
 ひろ  
 広くなります。



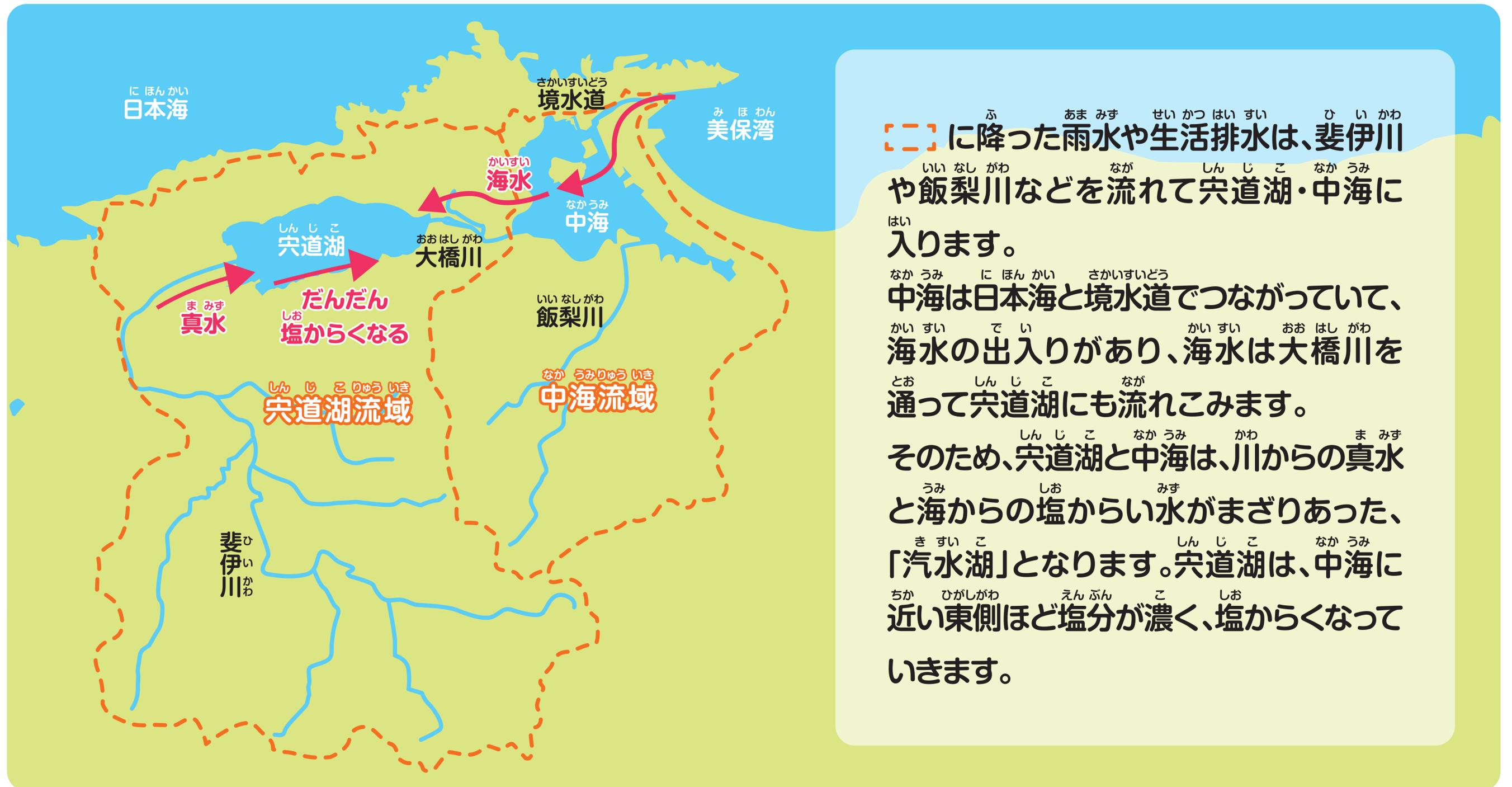
しん じ こ 宍道湖	
へい きん すい しん 平均水深	4.5m
さい だい すい しん 最大水深	6.0m
みずうみ めん せき 湖の面積	79.1km <sup>2</sup>
ちょ すい りょう 貯水量	3.6億m <sup>3</sup>

みずうみ そこ ち けい かぜ ふ  
 湖の底はなだらかな地形で、風が吹く  
 と水がまざりやすい湖です。天気の良い  
 ひ すい おん あ きしやう  
 日は水温が上がりやすいなど、気象の  
 えい きやう う めん  
 影響を受けやすい面もあります。

なか うみ 中海	
へい きん すい しん 平均水深	5.4m
さい だい すい しん 最大水深	8.4m <sup>※</sup>
みずうみ めん せき 湖の面積	86.2km <sup>2</sup>
ちょ すい りょう 貯水量	4.7億m <sup>3</sup>

おお はし がわ ほう めん にし がわ さかいすい どう ほう めん ひがしがわ  
 大橋川方面(西側)から境水道方面(東側)  
 に向かっ て すす ず つ 深 くな っ て い ます。  
 ※人工的に掘られたところは含みません。

# しん じ こ なか うみ とく ちょう き すい こ 穴道湖・中海の特徴〈汽水湖〉



に降った雨水や生活排水は、斐伊川や飯梨川などを流れて穴道湖・中海に入ります。

中海は日本海と境水道でつながっていて、海水の出入りがあり、海水は大橋川を通って穴道湖にも流れこみます。

そのため、穴道湖と中海は、川からの真水と海からの塩からい水がまざりあった、「汽水湖」となります。穴道湖は、中海に近い東側ほど塩分が濃く、塩からなくなっていきます。

しんじこ なかうみ なが こ かわ ち いき りゅういき  
穴道湖・中海に流れ込む川がある地域(流域)

# しん じ こ い もの 穴道湖の生き物

ま みず かいすい あ しん じ こ い もの す うみ  
真水と海水がまざり合う穴道湖には、たくさんの生き物が住んでいます。ウナギやスズキのように海で  
う さかいすいどう なか うみ おお はし がわ とお しん じ こ う  
生まれて境水道・中海・大橋川を通過してやってくるものや、シジミやシラウオのように穴道湖で生まれ  
そだ かく かた  
育つものなど、暮らし方もさまざまです。

## しん じ こ しょくたく あ い もの 穴道湖でとれ、食卓に上がる生き物



ニホンウナギ



スジエビ



テナガエビ



ヨシエビ(モロゲエビ)



コイ



スズキ



ヤマトシジミ



シラウオ



ギンブナ



ワカサギ(アマサギ)

( )内は地方名

## な まえ しん じ こ い もの 名前に「穴道湖」がついている生き物



シンジコハゼ



シンジコフナムシ



シンジコスナウミナナフシ

## しん じ こ しっちゃん 穴道湖七珍

しん じ こ たいひょうてき しゅるい ぎょ かい りん  
穴道湖でとれる代表的な7種類の魚介類を  
しん じ こ しっちゃん い  
「穴道湖七珍」と言います。



スズキ



ヨシエビ(モロゲエビ)



ウナギ



ワカサギ(アマサギ)



シラウオ



コイ



シジミ

# なか うみ い もの 中海の生き物

日本海と境水道でつながり、塩分の濃さが海水の半分で海の環境に近い中海。宍道湖よりも海の生き物が多く、日本海と行き来している生き物もたくさんいるのが特徴。水温が高くなる夏、低水温になる真冬は、日本海に出る魚もいます。

## なか うみ しょくたく あ い もの 中海でとれ、食卓に上がる生き物



アカエイ



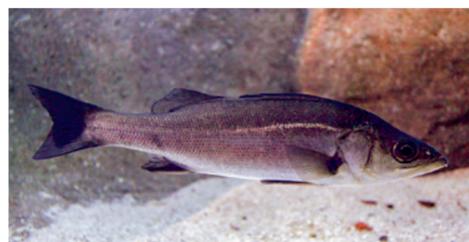
カタクチイワシ



コノシロ



サツパ



スズキ



サルボウガイ



ヒイラギ



ボラ

## なか うみ るい う 中海はハゼ類が生まれるところ

マハゼ・ビリンゴ・ニクハゼといった宍道湖・中海でよく見られるハゼ類は、中海で産卵します。中でも釣りでよくとれるマハゼは、中海で生まれてから境水道を通過して日本海に出て、大きくなってからまた宍道湖・中海にもどってきます。



マハゼ



ビリンゴ



ニクハゼ

# 穴道湖は全国1位の シジミの産地!



日本で一番シジミがとれる穴道湖。日本には3種類のシジミがあります。穴道湖でとれるのは、特においしいといわれるヤマトシジミ。一年中とれますが、旬(ほかの季節よりおいしくなるころ)は夏と冬の2回です。



6~7月「土用シジミ」

産卵の時期になり、身が太って、栄養も食べごたえもあります。



12~2月「寒シジミ」

寒い冬を乗り越えるために、栄養をたっぷり蓄えています。

## シジミ漁業



「ジョレン」というステンレスの網かごに7~8mの棒がついた道具で、湖の底をかいてシジミをとります。網かごの目は11mm以上に決められていて、小さいシジミはジョレンから落ちて湖にもどります。今は8割ほどの漁師さんが「機械がき」でとっています。



手がき

人間の力だけでジョレンを使ってとります。穴道湖の松江側の地域に多い漁法です。



入りがき

ウエットスーツを着た漁師さんが、ジョレンを持って湖に入り、ジョレンを引っ張りながらとります。



機械がき

船に大きなジョレンをロープで結びつけ、船が進む力で湖の底をかく方法です。

# シジミのいる<sup>しんじこ</sup>宍道湖<sup>まも</sup>を守るために

漁師さんたちは、島根県水産技術センターの調査やシジミの育ち具合などをもとに、1日の漁獲量(とる量)、漁をする曜日・時間を決めていきます。これは、宍道湖の環境を守り漁を長く続けていくため、漁師さんたちが自分から取り組んでいることです。世界中のラムサール条約登録湿地の中でも注目されている活動です。



## シジミが育ちやすい環境づくり

漁師さんたちは、さまざまな方法でシジミが育ちやすく増えやすい環境を守っています。この活動は、魚やエビなどほかの生き物のすみかを守ることもつながっています。



**湖底耕うん**  
湖の底をたがやす道具「マンガ」

シジミが酸素を取り入れやすいよう、湖の底をたがやします。水の流れをさまたげる水草や、かた後にシジミをおおって呼吸できなくしてしまう藻などがふえすぎないようにする目的もあります。



**湖底清掃**

ジョレンなどを使って、湖の底に落ちているごみを取り除きます。



**竹林魚しょう**

竹を湖の中にさして林のようにします。シジミの子どもが育つ場所や魚のすみかになります。

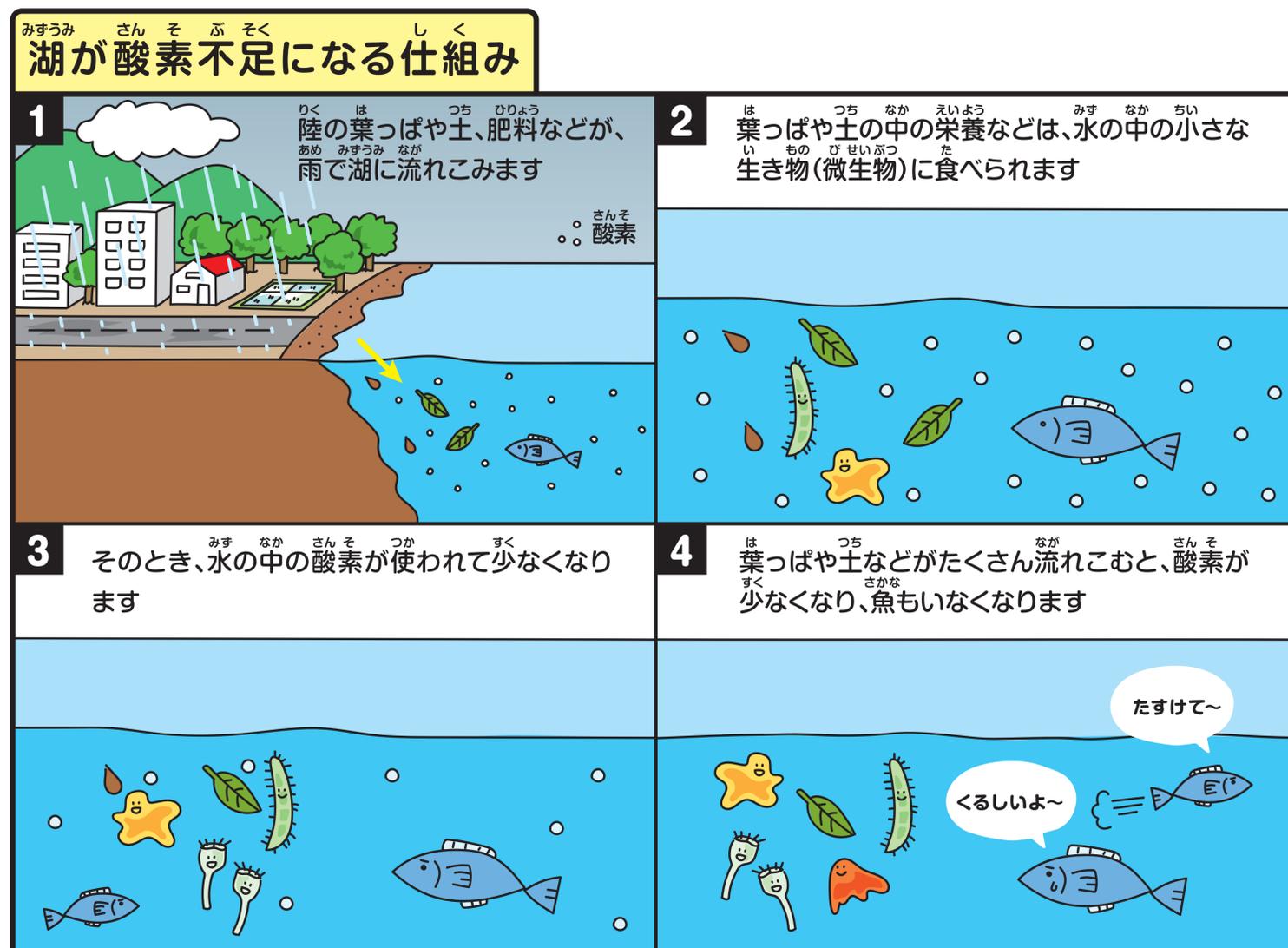


**採苗・放流**

シジミの赤ちゃんをつかまえ、酸素が豊富で育ちやすい浅瀬に放します。

# よご みずうみ なが 汚れが湖に流れるとどうなる？

宍道湖・中海を取り囲む地域に降った雨は、川から宍道湖・中海に流れこみます。葉っぱや枝、道路の粉じん、田んぼや畑の肥料、道ばたや山林の土、ごみなど、さまざまなものが一緒に運ばれます。生き物にとって大切な栄養になるものもありますが、たくさん流れこんだり、生き物にとってよくないものがたまったりすると、酸素不足や汚染を引き起こします。



## 湖に流れこむもの

- 山林の落ち葉や土、栄養分
- 田畑のよぶんな肥料、土
- 市街地のごみ
- 生活排水
- 道路の粉じん
- 工場排水

湖は、山林や田畑、人間が住む町などさまざまなところから水が流れこむので、汚れがたまりやすいという特徴があります。酸素不足や汚染が起こると、元にもどるのに大変な時間がかかります。



# わたし 私たちができる取り組み～清掃活動など



## なかうみ しんじこ いっせいせいそう 中海・宍道湖一斉清掃

しんじこ なかうみ いぜん せいそうかつどう  
宍道湖と中海では、以前から清掃活動がおこなわれてきました。ラムサール条約に  
登録されたことをきっかけに、両湖で同じ日を決めて、島根県・鳥取県周辺の  
市町村などが地域の人たちと取り組む「中海・宍道湖一斉清掃」が始まりました。  
子どもから大人まで誰でも参加できるので、出かけてみませんか。

■実施日：毎年6月第2日曜日  
■場所：出雲市・松江市・安来市・米子市・境港市の宍道湖と中海のまわり  
※参加を希望する場合は、各市にお問い合わせください。



ほうし かつどう ご りゅうしゅつすい べんきょう  
奉仕活動後に流出水の勉強

## りゅうしゅつすいたい さくちく かつどう 流出水対策地区の活動

りゅうしゅつすい どうろ たはた ひと く  
「流出水」とは、道路や田畑など人が暮らして  
いる場所から、雨が降ったときに流れ出る水  
のことです。宍道湖・中海に流れこむ川が  
ある地域でも、川や湖を守る活動がおこなわ  
れています。

- ・ごみ拾い
- ・草刈り
- ・水質調査
- ・立木の片付け
- ・みぞの泥上げ
- ・不法投棄(法律で決められた場所以外に  
ごみを捨てること)の見回り
- ・子どもたちのための環境学習会



ふほうとうき  
不法投棄がないかパトロール



## か と しんじこ みず かんきょうかい ぜんきょうぎ かい と く ヨシの刈り取り(宍道湖水環境改善協議会の取り組み)

しんじこ  
宍道湖のまわりのヨシ原は、生き物が隠れたり子育てをしたりする大切な場所です。水を  
きれいにすることはもちろんあります。枯れたヨシが宍道湖に流れこんで汚れの原因にならない  
よう、毎年12月から3月にかけて刈り取りのボランティア活動があります。



# しん じ こ なか うみ かん きょう 宍道湖・中海の環境を

# ご かん 五感でチェックしてみよう!

## ご かん 五感ってなに?

「五感」とは、私たちが感じることでできる次のような感覚のことです。

- ① **見る**  
みずはきれいかな?  
ごみはないかな?  
けしき景色はどうかかな?
- ② **聞く**  
どんな音が聞こえるかな?
- ③ **におう**  
何かにおうかな?
- ④ **味わう**  
魚や貝をとって食べたい?
- ⑤ **触れる**  
水をさわってみたい?

## チェックしたら何がわかるの?

宍道湖・中海の環境がどういう状態かがわかります。みんなできれいにするため、の方法を話し合い、実際に行動してみましよう。

## こ しょう かん きょう ぼ しゅう 「湖沼環境モニター」を募集

宍道湖・中海の水環境を身近に感じてもらうため、人の五感を通じて宍道湖・中海の環境をチェックする指標をつくりました。湖やまわりの風景をながめたり、水にさわったり、音を聞いたり、おもしろくない内容です。家族でチャレンジしませんか。この指標を使った「湖沼環境モニター」を募集しています。

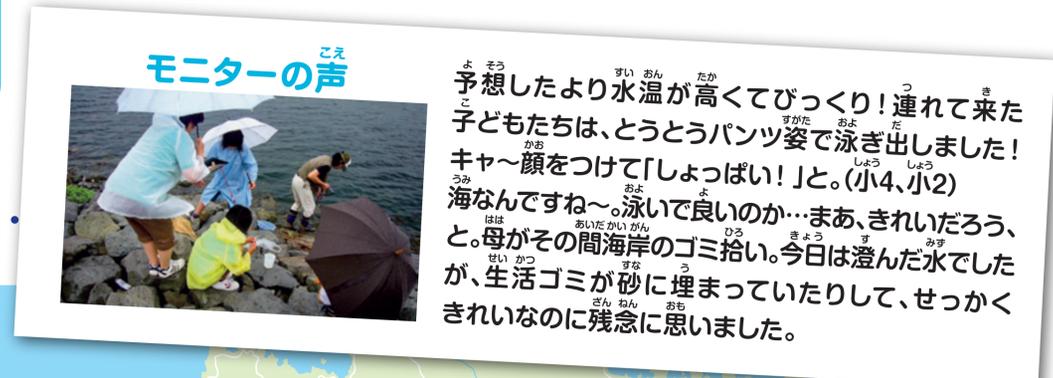
● **調査する日**  
毎月1回(つごうの良い日)

● **調査の方法**  
・宍道湖と中海の見た目やにおいなどの印象を点数づけ  
・簡易水質調査キット(パックテスト)を使った水質調査  
・調査結果をハガキで報告

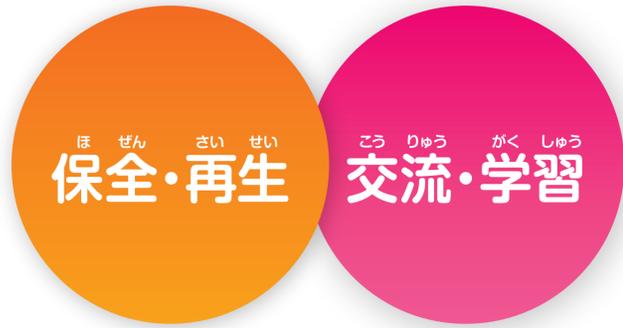
● **調査する場所**  
[宍道湖]  
① 県立美術館付近  
② 宍道湖ふれあいパーク付近  
③ 松江市宍道支所付近  
④ 斐川なぎさ公園付近  
⑤ 宍道湖自然館ゴビウス付近  
⑥ 秋鹿なぎさ公園付近  
⑦ 松江イングリッシュガーデン付近

[中海]  
① 十神山なぎさ公園付近  
② 白鳥海岸付近  
③ 大海崎付近  
④ 波入港付近  
⑤ 本庄水辺の楽校付近  
⑥ 旧森山公民館付近  
⑦ 須崎海岸付近

① 湊山公園付近  
② 米子水鳥公園付近  
③ ウィンス米子付近  
④ 中海干拓地付近  
⑤ 西工業団地付近



予想したより水温が高くてびっくり!連れて来た子どもたちは、とうとうパンツ姿で泳ぎ出しました!キヤ〜顔をつけて「しょっぱい!」と。(小4、小2)海なんです〜。泳いで良いのか…まあ、きれいだろう、と。母がその間海岸のゴミ拾い。今日は澄んだ水でしたが、生活ゴミが砂に埋まっていたりして、せっかくきれいなのに残念に思いました。



# 穴道湖・中海に流れこむ

## 地域の川を調べてみよう!



に<sup>かわ</sup>ある川の<sup>みず</sup>水は<sup>しんじこ</sup>穴道湖・<sup>なかうみ</sup>中海に<sup>なが</sup>流れこみます。この川から<sup>はい</sup>入り込む<sup>よご</sup>汚れは、<sup>みずうみ</sup>湖が<sup>よご</sup>汚れる原因になります。みなさんのまわりの川はどうなっていますか？水の<sup>よご</sup>汚れや川<sup>かわ</sup>辺の<sup>しら</sup>ようすなどを調べてみましょう!

**島根県では「みんなで調べる穴道湖・中海流入河川調査」を実施!**

<sup>りゅういき</sup>流域にある<sup>しょう</sup>小・<sup>ちゅうがっこう</sup>中学校や<sup>かわ</sup>こどもエコクラブでは、川の<sup>すいしつちようさ</sup>水質調査がおこなわれています。見た目がきれいな川でも水が汚れていることが分かったり、たくさんの<sup>い</sup>生き物が<sup>す</sup>住んでいることが分かったり、川から<sup>わ</sup>ごみがなくなるにはどうしたらいいか<sup>かんが</sup>考えたり…。調査をしながら、自然の大切さを学びます。

1

### 調査

5月(または6月)、7月、9月、11月の4回程度

2

### 報告

12月末までに調査で分かったことや、気づきなどをレポートにまとめる

3

### 審査

2月ごろ国・県・周辺市町村の審査員により審査します

4

### 表彰

3月ごろレポートや活動が優秀な学校等を表彰します



# いろいろな方法で 身近な川を調べることができます！



とう しょ ど そくてい  
**透視度の測定**

かわ みず  
川の水をくんでアクリルパイプ(簡易透視度計)に入れ、どのくらい透き通っているか、目で見て調べます。



そくてい  
**CODの測定**

みず  
水がどのくらい汚れているかの調査。CODパックという試薬の入ったチューブに川の水を入れ、色の変化ではかります。



すい せい せい ぶつ ちょう さ  
**水生生物の調査**

こんちゅう かい さかな  
昆虫や貝、魚などをつかまえ、川にどんな生き物が住んでいるのが調べます。



か せんじょうきょう ちょう さ  
**河川状況の調査**

かわ はい  
川に入ったり、ごみを拾ったりして、岸辺がどんなようすなのかチェックします。



ち い き こ と く  
**地域をまき込んだ取り組み**

ち い き ひ と ちょう さ せい か ほう こく  
地域の人に調査の成果を報告します。



ほか  
**その他にも**

しん じ こ なかうみ みず かんきょう い もの がくしゅうかい  
宍道湖・中海の水環境や生き物について、学習会で学びます。

ほ ぜん さい せい  
保全・再生

こう りゅう がく しゅう  
交流・学習

# りゅう にゅう か せん ちょう さ 流入河川調査をやってみて

かわ みず  
川の水は  
どこから  
やってきたの  
だろう？

もり  
森はきれいな水を作っ  
てくれる。これからも森を  
大切にしたいです。

かわ  
川をきれいにするには、森が関係している  
ことが分かった。学習発表で川をきれいに  
する劇をしました。

つか  
CODを使って水質調査をしました。ほか  
の小学校の結果はもっときれいだったので  
これからもっときれいにしたいです。

み ぢか かわ  
身近な川の  
水質を  
しら 調べてみた

じっ さい かわ ほん  
実際に川に入ってみるときれい  
なのか汚いのかすぐ分かっていい  
体験でした。

かわ よご  
川が汚れる  
げん いん  
原因は  
なんだろう？

か てい いちばん  
家庭が一番よこれる原因だと分かり、  
家庭からでるお米のとき汁などができる  
だけへらして、川がきれいになるといい  
と思いました。

かわ うみ  
川や海だけでなく道ばたなどにもごみをすて  
ないようにしたいです。ゴミ箱にすてるくせを  
つけましょう！

み ぢか かわ  
身近な川を  
きれいに  
しよう！

しん ぶん  
新聞やパンフレットで汚れた水を  
なが 流さないよう呼びかけよう。

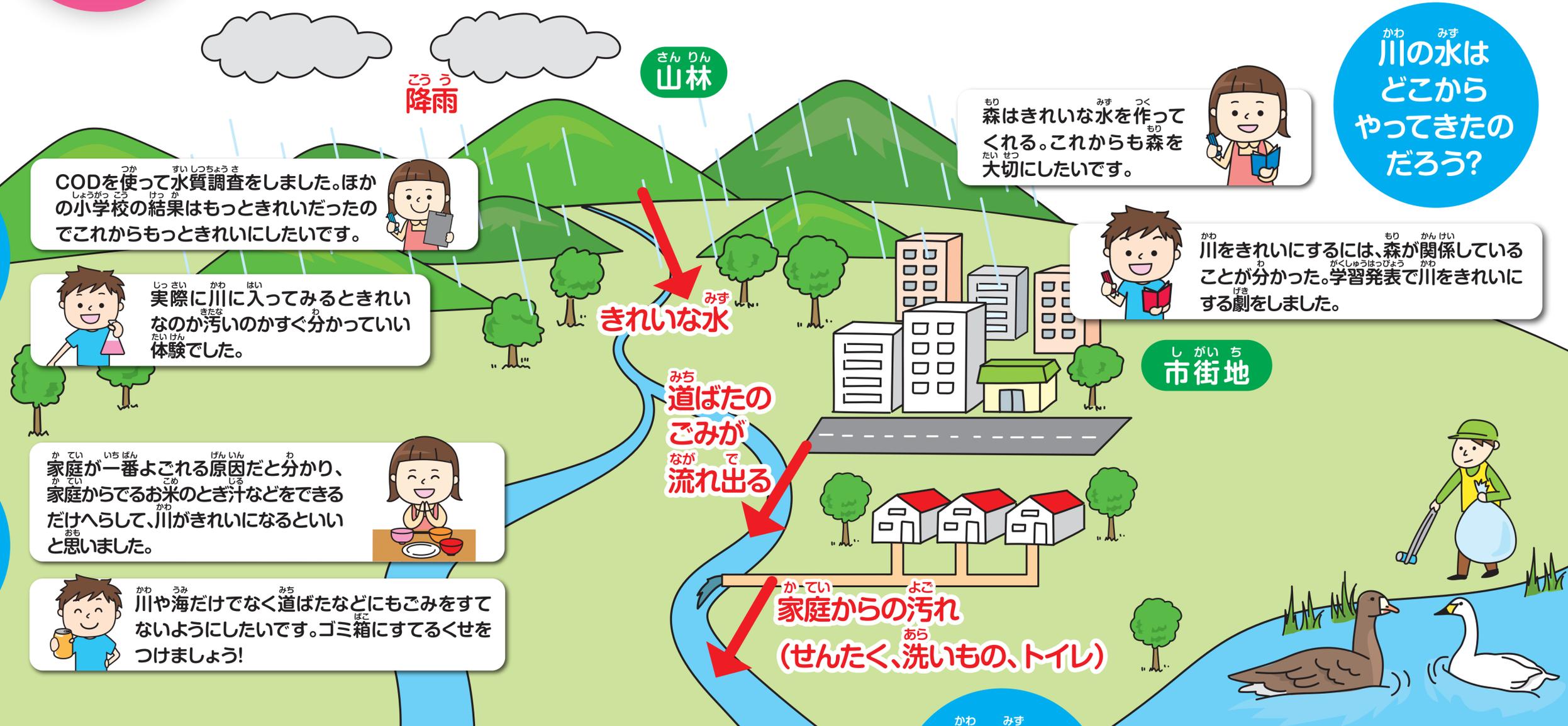
これからごみをへらすため  
にリサイクルショップなど  
に行ってみたいです。

せん せい かん そう  
先生の感想  
自分たちの住んでいる地域にある川や湖に  
ふ 触れながら学習を進めたことで、児童はふる  
さとの川や湖をきれいにしたいという願いを  
もって、意欲的に調査活動や奉仕活動、リサ  
イクル活動に取り組むことが出来た。

かわ みず  
川の水が  
なが 流れつく  
しん し こ なかうみ  
宍道湖・中海は  
どんなだろう？

しん し こ  
宍道湖には、ゴミがたくさんあって  
びっくりした。自分からゴミを拾おう  
と思いました。

しん し こ  
宍道湖にはたくさんの水鳥がえさや休けい  
を求めて来るといことが分かりました。





# 子どもたちのラムサール学習と交流

湿地の環境を守っていくため、子どもたちが地域の自然にふれて学ぶ活動に取り組んでいます。身近な湖や川だけでなく、ほかの県や国の湿地で活動する人たちと交流することもあります。

## こどもラムサール交流事業

島根県・鳥取県では、湿地の環境を守る次の世代のリーダーを育てるため、全国の湿地で活動している子どもたちと交流会をおこなっています。全国の湿地を訪れたり、湿地で活動している子どもたちを宍道湖・中海に呼んだりして、交流を通し、さまざまな湿地の魅力を学び、調べ、発信しています。中国や韓国の子どもたちと交流したこともあります。



琵琶湖(滋賀県)での観察会



きらら浜公園(山口県)でのビオトープ整備



藤前干潟(愛知県)での干潟観察



ウポ沼(韓国)での交流会



体験し、調べたことを発表



## 地域での子どもたちの活動

### ラムサール探偵団 (宍道湖グリーンパーク・ゴビウス)

年に5回、バードウォッチングや生き物観察、シジミ漁体験など、体験学習活動をおこなっています。一年の終わりには、活動成果を発表する報告会もあります。対象/小学4年生から中学3年生まで、20人程度  
募集期間/毎年4月中旬～下旬

### 子どもラムサールクラブ (米子水鳥公園)

年に12回、生き物観察、野鳥のための砂浜作り、ゴズ釣りなどを実施。米子水鳥公園、安来の水田、大山ほかさまざまな場所に出かけます。対象/小学1年生から6年生まで、36人程度  
募集期間/毎年3月上旬から



# しんじこ なかうみ 宍道湖・中海の「ワイズユース」

しつち かんきょう まも じょうす りょう かんが かつ  
湿地の環境を守るだけでなく、上手に利用していこうという考え方を「ワイズユース (賢明な利用)」といいます。

さかな かい た いもの かんさつ みずべ  
魚や貝を食べたり、生き物を観察したり、水辺で  
あそ ます たの わたし  
遊んだり、お祭りやスポーツを楽しんだり、私たちは  
ふだん せい かつ なか しんじこ なかうみ じょうす りょう  
普段の生活の中で宍道湖・中海を上手に利用  
しています。

- 👁️ 「見る」ワイズユース
- 🚣 「遊ぶ」ワイズユース
- 🐟 「野鳥」やその他の生き物に関するワイズユース
- 🚲 縁結び街道サイクリングコース
- 🚲 中海周遊サイクリングコース
- 🚲 中海北部周遊サイクリングコース
- 🚲 白砂青松の弓ヶ浜サイクリングコース





# 「見る」ワイズユース

宍道湖・中海は水鳥がやってくる湖として有名ですが、朝のシジミ漁のようす、夕暮れ時の風景、夜景などもすてきな場所です。時間や天気、季節によって変化する美しさを、足をとめてながめませんか。



宍道湖のシジミ漁

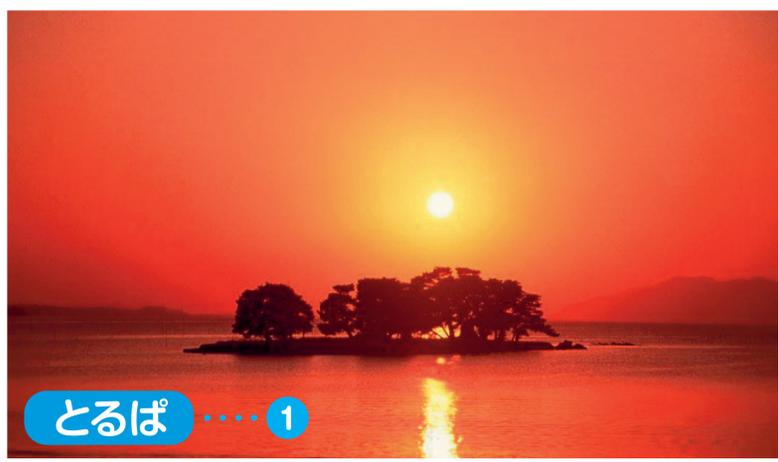
- とるば 1 ●島根県立美術館の芝生広場 3
- 松江市役所近くの護岸 2 ●白潟公園近くの護岸 4



松江水郷祭の湖上花火



## 宍道湖の夕日スポット



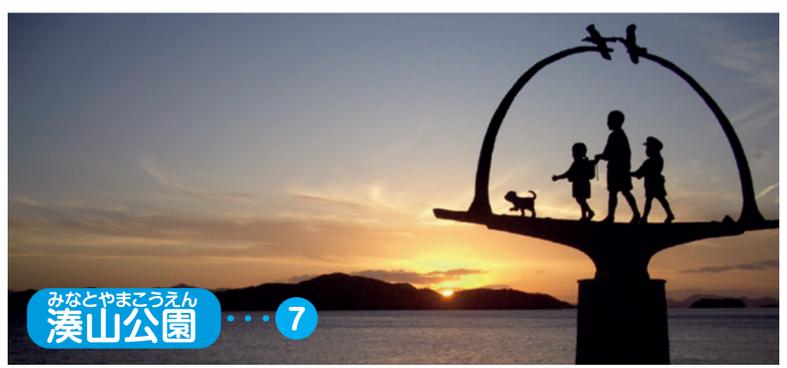
とるば 1

嫁ヶ島とともに夕日ながめられる絶景スポット。岸辺が整備され、テラスやステップベンチもあり、落ち着いて過ごせます。

### その他のおすすめスポット

- 松江市役所近くの護岸 2  
夕焼け色に染まる街並みも、夜景も美しい場所です。
- 島根県立美術館の芝生広場 3  
野外アートがあり撮影スポットとしても人気！
- 宍道湖ふれあいパーク 5  
高台から宍道湖のパノラマが広がります。
- 宍道湖遊覧船「はくちょう」 6  
湖を遊覧しながら夕暮れのひとつときを楽しめます。

## 中海の夕日スポット



みさとやまこうえん 湊山公園 7

四季折々の風景を楽しめるいいこの場

### その他のおすすめスポット

- みさき親水公園 8  
中海に突き出た親水公園で、くつろげるベンチがあります。晴れていれば大山も見られます。



# 「食べる」ワイズユース



しんじこ 穴道湖での漁のようす

## しんじこ 穴道湖

しんじこ た よう い もの す ぎょぎょう だいひょうかく  
穴道湖には多様な生き物が住んでいます。漁業がさかんで、代表格はシジミ。  
みそ汁などの家庭料理として楽しまれています。ウナギの産地としても  
し え ど し だ い か ん さい と ど  
知られ、江戸時代には関西に届けられていました。ハゼは地元で「ゴズ」と  
よ あ き つ た の ひ と み す べ  
呼ばれ、秋になるとゴズ釣りを楽しむ人で水辺がにぎやかになります。

## なかうみ 中海

なか う み う み い き い もの  
中海は、海と行き来している生き物がたくさんいます。カタクチイワシ、  
スズキ、コノシロなど食卓に上がるものや、チヌやメバルといった釣りで  
にん き さかな しやうがつりようり た あか が い  
人気の魚も。お正月料理としてよく食べられている赤貝(サルボウガイ)は、  
し ぜん じやうたい と げん ざ い ようしよく おこな  
自然の状態では取れなくなり、現在は養殖が行われています。

## しんじこ さち つか み ぢか りようり 穴道湖の幸を使った身近な料理

しんじこ さかな かいりい  
穴道湖でとれる魚や貝類、エビなどはふる  
さとの味として広く楽しまれています。  
せんぎやう ば さかなや か  
スーパーの鮮魚売り場や魚屋さんで買え  
るものが多いので、見かけたら手に取って  
おお み て と  
みましょう。



しる  
シジミ汁



あ もの  
モロゲエビの揚げ物



じゅう  
うなぎ



こ  
フナの子まぶし



さ み  
シラウオの刺し身



# あそ「遊ぶ」ワイズユース～マリンスポーツ～



カヌー

- みち えき あいか ころえん  
・道の駅 秋鹿なぎさ公園 ..... ①
- しまねけんりつせいしょうねん いえ  
・島根県立青少年の家 ..... ②
- こゆうかん いすも しひらた かいよう  
・湖遊館 出雲市平田B&G海洋センター ..... ③



ヨット

- みち えき あいか ころえん  
・道の駅 秋鹿なぎさ公園 ..... ①



サバニ



カッター

- しまねけんりつせいしょうねん いえ  
・島根県立青少年の家 ..... ②



スイミング

- たの イベントで楽しめます
- ある わた よめがしま しんじこ  
・歩いて渡る嫁ヶ島(宍道湖)
- なかうみ  
・オープンウォータースイム(中海) など



カイトボード

- いいなしがわかこう  
・飯梨川河口 ..... ④



ウィンドサーフィン

- いいなしがわかこう  
・飯梨川河口 ..... ④





# あそ「遊ぶ」ワイズユース～サイクリング～

## 宍道湖 縁結び街道サイクリングコース

松江しんじ湖温泉と出雲大社を結ぶコースは、宍道湖を行き交うシジミ漁の船や水鳥、田園風景をながめられます。一畑電車には自転車を持ち込めるサービス「レール&サイクル」があるので、片道だけ電車を使うこともできます。

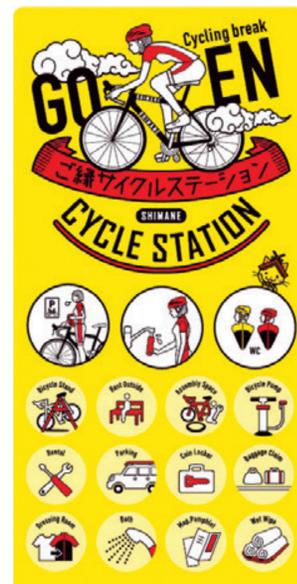


宍道湖と田園、湖畔の営みを感じながら走れます



川と宍道湖が交わる独特の風景が広がる、斐伊川の河口

コース沿いには、サイクリングをする人に優しいサービスを提供しているスポットがあります(道の駅やコンビニエンスストアなど)。トイレ休けいや水分補給などに便利です。利用はマークを目印に。



しまねけん 島根県



とっとりけん 鳥取県

## なかうみ 中海

### 中海北部周遊サイクリングコース

中海の北側をぐるりと一周するコース。道の駅、弁慶が生まれたとされる弁慶島など見どころがたくさん。美保関と大根島を結ぶ美保関八束松江線からは中海の雄大な景色が味わえます。



アップダウンが少なく、走りやすい大根島

### 中海周遊サイクリングコース

中海の南側を一周するルート。江島大橋(ベタふみ坂)や大根島、安来港といった中海ならではのスポットや、湊山公園、米子城跡、道の駅なども楽しめます。



やすぎ しまた み だいせん 安来の島田から見た大山



えしまおおし とっとりけん 江島大橋 ©鳥取県



- 縁結び街道サイクリングコース 全長約87.6km
- 中海北部周遊サイクリングコース 全長約21.2km
- 中海周遊サイクリングコース 全長約72km
- 白砂青松の弓ヶ浜サイクリングコース 全長約15.8km



# しんじこ 突道湖エリアで野鳥を観察しよう!

## 1 しんじこ 突道湖グリーンパーク



しんじこ 突道湖のそばにある緑いっぱいの公園。野鳥観察舎の1階では突道湖の自然やなりたち、ラムサール条約などをパネルで学べます。2階には大きな窓があり、望遠鏡でさまざまな野鳥を観察できます。野鳥や水辺の生き物について紹介する展示や自然観察会もあります。



しまねけん 島根県  
いずも市 そのちよう 出雲市園町1664-2  
P ♿



コガモ  
あきからふゆにかけて、しんじこ 突道湖にやってくるカモのなかまを観察できます



ビオトープ池にもいろいろな鳥がやってきます  
アオアシシギ



### バードサンクチュアリ

ひとの立ち入りを制限した空間をつくり、野鳥などの生き物が安心してすごせるようにしています。観察窓から水辺のようすを観察できます。



### しぜんかんさつかい 自然観察会

バードウォッチングや、虫や植物などに触れられる観察会、工作イベントなどがあり、生き物や自然について楽しく学べます。





# しんじこ 宍道湖エリアで野鳥を観察しよう!

## 2 ひいかわかこう しゅうへん ちいき 斐伊川河口と周辺の地域



みずどり やす あさせ さす  
水鳥が休める浅瀬や砂州  
(水の流れて土や砂がたまったところ)があり、エサも  
ほうふ  
豊富なので、カモやサギの  
なかまなどさまざまな鳥  
がみられます。秋から冬には  
マガンやコハクチョウが  
やってきて休息場所やねぐら  
として利用します。



マガン



マガンが日の出とともに飛んでくるようす



コハクチョウ



河口にはたくさんの野鳥が集まります

いろいろな生き物に会える

## 3 島根県立 宍道湖自然館 ゴビウス

しまねけん かわ しんじこ なかうみ す  
島根県の川や宍道湖・中海に住んでいる生き物  
やく 200種 10,000点がみられる水族館です。汽水  
の環境に生きる魚や貝などの姿が観察できる水  
そうや、川の上流域と中下流域を再現した18mの  
ジオラマ水そう、タッチプールなどがあります。

所在地 島根県出雲市園町1659-5





# しんじこ 穴道湖エリアで野鳥をかんさつしよう!

## 4 みち えき あいか こうえん 道の駅 秋鹿なぎさ公園



ヨットやカヌーなどができ、**岸边**から水鳥の姿が見られます。穴道湖が見渡せるレストランがあり、バードウォッチングも楽しめます。

所在地 島根県松江市岡本町1048-1  

## 5 しんじこ 穴道湖ふれあいパーク



丘の上から穴道湖をながめられる公園。カモ(秋から冬)やカイツブリのなかまが見られ、高い場所から群れの大きさが分かります。双眼鏡を持って行きましょう。

所在地 島根県松江市玉湯町林445-2  

## 6 しまねけんりつびじゅつかんまえのしばふひろば 島根県立美術館前の芝生広場 写真スポット とるば



美術館前の芝生広場や、写真スポット「とるば」からは、嫁ヶ島とともに穴道湖が見わたせます。サギのなかまや、カモのなかま(秋から冬)などが観察できます。

## 7 ひかわ こうえん 斐川なぎさ公園



出雲空港そばの親水公園。岸边に下りて冬の水鳥が観察できます。周辺のたんぼにはえさを食べるコハクチョウのすがたも見られます(秋から冬)。  

### しんじこ 穴道湖の野鳥

このほかにもたくさん見られるので、図鑑で調べてみよう!



マガモ



オオバン



キンクロハジロ



ハシビロガモ



カイツブリ



ヒドリガモ

写真提供: ホシザキグリーン財団





# なか うみ 中海エリアで野鳥を観察しよう!

## 1 米子水鳥公園 所在地 鳥取県米子市彦名新田665



中海の北東部にある、約28ヘクタールの水鳥の保護区。季節を通じてさまざまな鳥が見られます。ネイチャーセンターからは、大山をバックに水鳥が集まるつばさ池をながめられ、野鳥や水辺の昆虫などの自然観察会や学習会も開催されています。



つばさ池には、秋～春にカモのなかまの大きな群れができます



カルガモ

はる春はカルガモやカイツブリの子育てシーズン

タカのなかまやミサゴなどの狩りも観察できます



ミサゴ



ヘラサギ

あき秋には絶滅危惧種のクロツラヘラサギ・ヘラサギがやってきます

## 2 安来市の水田 (宇賀荘地区など)

秋から冬にコハクチョウやマガンがやってきます。



稲刈りが終わった「冬水田んぼ」をねぐらにするコハクチョウやマガンもいます



田んぼでえさを食べるコハクチョウの中に、めずらしいナベヅル、マナヅルが見られることもあります



マナヅル



落ち穂を探すマガンの群れ



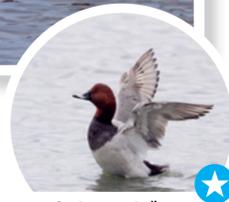
コハクチョウ





# なか うみ 中海エリアで野鳥を観察しよう!

## 3 なか うみ おお はし しゅう へん すい でん ち たい 中海大橋周辺の水田地帯



中海大橋がかかると大橋川の河口は、水の流れるやかと水鳥が過ごしやすい場所。秋から冬にかけてカモのなかまやコハクチョウなどがやってきます。橋の北側には田んぼが広がり、鳥たちのえさ場になっています。

## 4 み ほの せき とう だい しゅう へん 美保関灯台周辺



春先からゴールデンウィークごろまでさまざまな渡り鳥が立ち寄ります。メジロ、ヒヨドリ、オオルリ、キビタキ、ジョウビタキなどの小鳥が中心。駐車場のまわりの林や、灯台までの遊歩道、五本松公園に続く山道などで観察できます。

## 5 いい なし がわ か こう 飯梨川河口



鳥が休める砂州(砂がたまったところ)があり、1年を通じてカモメやサギのなかま、カワウがたくさんいます。秋から冬には沿岸部にカモのなかまが、春と秋にはシギのなかまがやってきて、それをねらうハヤブサなども見られます。



# トキに出雲市



ふやして、育てて、再び野生へ！

## 出雲市トキ分散飼育センターの取り組み

出雲市とトキの関係を知っていますか？ 1981年に中国の漢中市で、絶滅したと  
思われていた野生のトキが発見され、日本と中国で保護繁殖の取り組みがスタート。  
新潟県の佐渡島にある「佐渡トキ保護センター」で行われていましたが、鳥イン  
フルエンザなどの病気が広まったときに全滅しないよう、今では日本各地に  
分けて育てる「分散飼育」をしています。出雲市は漢中市と友好都市協定を結ん  
でいたことから分散飼育地になり、2011年から「出雲市トキ分散飼育センター」  
において、分散飼育に取り組んでいます。



### 解説

#### どんな鳥？

江戸時代まではほぼ日本全国に生息していたトキ。乱獲や環境の悪化  
で、明治から数が減っていきました。1981年には、生き残っていたトキ  
を全て捕獲。飼育してふやす取り組みが行われていましたが、最後の  
1羽が2003年に死に、日本のトキは絶滅しました。



体の長さ 70~80cm

翼を広げた長さ 130~140cm  
(小学校4年生の子どもの手が挙げたくらい)

体重 オス 1.6kg~1.8kg メス 1.4kg~1.6kg

食べるもの ドジョウ、カエル、タニシ、ザリガニ、昆虫など

羽 白色に見えますが、翼を広げるとオレンジがかった  
美しいピンク色。この色は「トキ色」と呼ばれています。

顔 オスもメスも赤色

足 赤色。サギよりも短く、深い池や川などには入れません。

くちばし 黒色、先は赤色



### 出雲でトキに会える！

毎年、繁殖期を除く7月ごろから年末までトキを公開。幼鳥が見られる時期もあります。  
西日本でトキが見られる施設は**ここだけ！**

#### 出雲市トキ分散飼育センター

島根県出雲市西新町2-1039-3 「しまね花の郷」より

TEL:0853(20)1350 休館日:火曜日

公開時間:7~9月/10:00~16:00、10~12月/10:00~15:00



# コウノトリもくらすまち雲南市



## 幸せを運ぶコウノトリ 3年連続で4羽のヒナがうまれました!

雲南市では、コウノトリが2017年から野外で子育てをしており、3年連続で4羽のヒナがうまれました。これは全国でも珍しいことです。美しい棚田で知られる雲南市。農家の人たちが昔ながらの米づくりをたやさないように続け、里山を守ってきたことが、コウノトリが暮らしやすい環境につながったと考えられています。



### 雲南市生まれのコウノトリの愛称

地域の人たちにかわいがって もらえるように、ヒナの愛称は 2羽は市民から募集し、残り 2羽は西小学校の児童が考え ています。	2017年		2018年		2019年	
	愛称	性別	愛称	性別	愛称	性別
	春希(はるき)くん	オス	はるか	メス	れいな	メス
	うらくん	オス	らいむ	メス	ほのか	メス
	姫(ひめ)ちゃん	メス	永遠(とわ)	メス	いぶき	オス
	げんちゃん	オス(死亡)	きらら	メス	あおば	メス

### 解説

#### どんな鳥?

コウノトリは昔から日本各地で見られる鳥でしたが、環境の悪化等で個体数が減り、日本の野生のコウノトリは1971年にいなくなりました。1980年代、兵庫県豊岡市内で人工繁殖に成功。2019年9月現在は185羽ほどのコウノトリが野外で暮らし、全国各地に広がっています。島根県でも各地でコウノトリが確認されています。



- 体の長さ** 100~110cm
- 翼を広げた長さ** 200~220cm  
(大人用の布団の縦の長さぐらい)
- 体重** 4kg~5kg
- 食べるもの** ドジョウやフナなどの魚、カエル、ネズミ、ヘビ、昆虫など  
体が大きなコウノトリは食べる量もたくさん!  
親鳥2羽とヒナ4羽の家族が1日に食べる量は約5kg。  
雲南市で子育てにじゅうぶんなエサがとれることがわかります。

#### コウノトリに出会ったときのルール

- 観察するときは、少なくとも150m以上はなれる
- 大きな音や大声でおどかさないように、静かに見守る
- 追いかけて回さない
- 野生の生き物なので、エサをやらない
- 写真をとるときは、フラッシュを使わない
- 私有地や進入禁止の農道などには、絶対に入らない
- 駐車トラブルなどに注意し、地域の人に迷惑をかけないようにする



親鳥と4羽のヒナたち