



絶景のアルプスを越えて信州まつもと空港へ

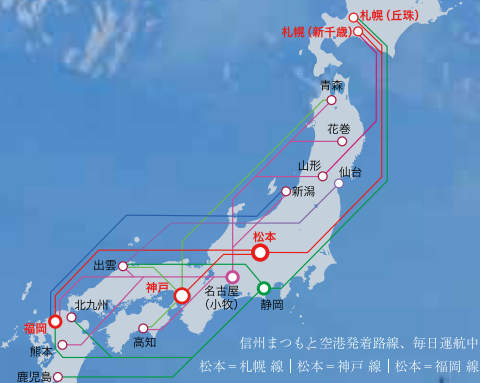
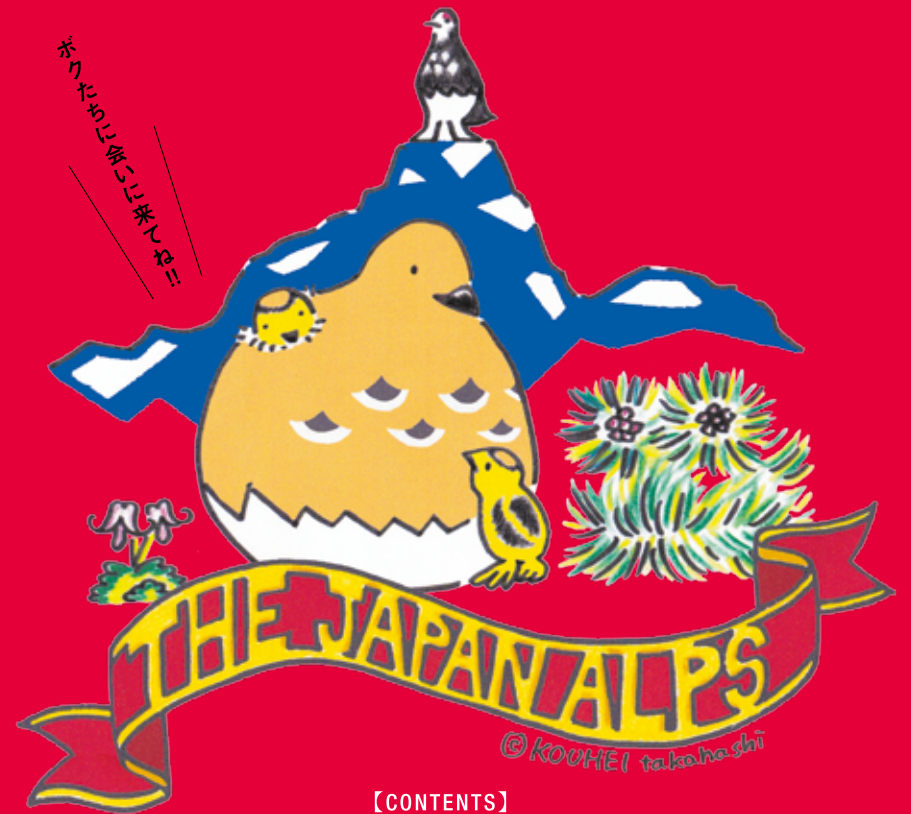


Photo : Hideo Kamijo  
信州まつもと空港へ着陸進入する FDA 機と北アルプス

# ライチョウ

## 観察ルールハンドブック

Rock Ptarmigan Observation Rule Handbook



### 【CONTENTS】

- ・三浦雄一郎氏コメント / ・ルールブック作成にあたって 1
- ・ライチョウってどんな動物なんだろう? 2~3 / ・ライチョウの四季 4~5 / ・ライチョウ観察ルールと登山時の注意点 6~7
- ・ライチョウを探してみよう 8 / ・ライチョウの写真を撮影したい 9 / ・ライチョウを観察しやすいところ 10~11
- ・ライチョウの未来 12 / ・ライチョウ保全への参加 13 / ・雷鳥写真家 高橋広平のライチョウ写真館 14
- ・山に登らなくてもライチョウに出会える 16

FDA 検索

0570-55-0489

FDA コールセンター 営業時間 7:00~20:00  
※IP電話または海外・国際電話番号などの場合は 050-3852-1669



YUICHIRO MIURA

## 思い出のライチョウ



若き日々、立山で歩荷をしていたころ  
ライチョウの姿を見かけるとなぜかしら心が優しくなった。  
氷河期時代から命を繋いできた山鳥。  
厳しい山岳の環境を生き延びたとても貴重な存在だから、  
山で修業していた私を勇気づけてくれたのであろう。  
これからも大自然のなかでずっと元気にいてほしい。  
守っていこうという私たち一人ひとりの意識がとても大切だ。

プロスキーヤー・冒険家  
三浦雄一郎

PROLOGUE

## ルールブック作成にあたって

人を恐れない日本のライチョウ。神が宿る奥山に棲み、神の鳥として崇められ、狩猟されなかったゆえの性格です。人が立ち入らない原生的な自然に体现される日本文化。この鳥が今、絶滅の危機に瀕しています。

日本アルプスの高山帯に広がるお花畑のような手つかずの自然は、壮大な山岳風景や草木のひとつひとつにまで「神が宿る」として大切にされてきました。しかし、現在では高山帯に侵出してきたテンやニホンジカなど里山の動物が、ライチョウを追い詰めています。さらに気候変動による植生変化も明らかになってきています。いずれも私たち人間の活動がきっかけです。

しかし、山に登る方々が少しのことを理解するだけでライチョウを守ることができるのです。相手を思いやり自分を律することができる私たちには、ほんの少しのことば（ルール）があればいいはず。言葉にせずとも感じることができる暗黙の了解（マナー）を皆さんと共有するために、おさえるべき最低限のことをことばにします。

ふと目の前に現れたライチョウと、自然への畏敬の念で紡がれてきた先人たちの素敵な物語。このルールブックがその扉を開くきっかけとなればと思います。さらに、一人ひとりがライチョウの保全を担うきっかけになればと思うのです。

(環境省)

# ライチョウって どんな動物なんだろう？

## 【ライチョウ豆知識】

### ①人を恐れない？

海外のライチョウは狩猟対象であるため人を見ると一目散に逃げ出します。人を恐れない日本のライチョウは、彼らの棲み家である高山を神聖な場所としてきた日本文化が反映された貴重な鳥です。

### ②世界で一番南？

ライチョウが大陸から渡ってきたのは氷河期です。その頃は海面が低く、大陸とはほぼ陸続きでした。その頃、現在の中部山岳地帯は氷河に覆われていました。氷河が解け始めて大陸に戻れなくなったライチョウたちはこのエリアに取り残されました。彼らが日本のライチョウの先祖になります。時代的には旧石器時代。日本のライチョウは世界中のライチョウ（Lagopus muta）で一番南に生息しています。

### ③ライチョウは飛べる？飛べない？

ライチョウは普段は歩いて移動しますが、飛ぶこともできます。最長では30km以上に渡り移動することもあると考えられており、絶滅地域の白山及び中央アルプスでそれぞれ2010年、2018年に数十

km離れた北アルプスから雌1羽が飛来しました。

### ④ライチョウは雷の鳥？

捕食者から身を守るため天気の悪い日によく出てくるのが名前の由来という説もあります。でも英語名はThunder Bird（サンダー・バード）ではなくRock Ptarmigan（ロック・ターミガン）です。

### ⑤ライチョウの羽は生え換わる？

ライチョウの羽は年に3回生え換わります。冬は雌雄ともに真っ白、春は雄が黒、雌が茶色のまだら模様になります。また、秋になると雌雄ともに灰色に変化します。ただし、お腹と翼の色は一年中変わらず白のままです。

### ⑥ライチョウは冬に山を下ります？

雪で覆われる高山帯では餌が採れないため、ライチョウは冬の間は森林限界付近まで山を下ります。ダケカンバやミヤマハノキの芽などを主食に集団で過ごします。

### ⑦ライチョウは雪に潜る？

吹雪に耐えるため、ライチョウは雪に潜って寒さをしのぎます。潜った跡を見るとフンがたくさん落



常念岳山域で見かけたライチョウ。5mほどの距離を保っていましたが、怖がる様子もなく餌を探していました

ちていて、その量が滞在時間がわかります。

### ⑧ライチョウは足の先まで毛が生えている？

過酷な環境で暮らすライチョウは生まれた時から足が太く、指の先まで毛が生えています。ヒナは1日もすれば巣から出て親と一緒に移動し始め、2度と自分が産まれた巣に戻ることはありません。

### ⑨ライチョウのヒナはフンを食べる？

特殊な環境で生育する高山植物はそのままだと体に毒になってしまうものもあります。ライチョウはこれを消化するために、長い盲腸と特殊な腸内細菌を持っています。この腸内細菌は生まれてすぐに母親のフンを食べて得ていることが最近わかりました。

### ⑩ハイマツがないと棲めない？

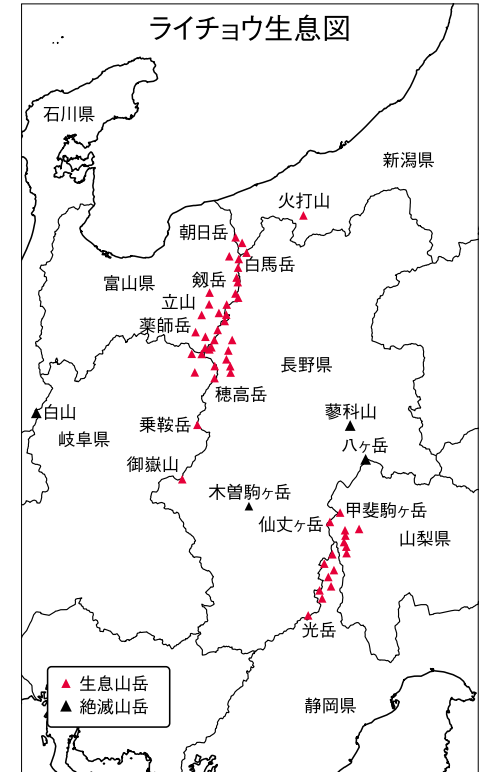
捕食者からの隠れ家と最適な営巣環境を提供してくれるハイマツ。餌としては雄花を少し食べる程度。ハイマツがなければ棲めないわけではありませんが、低いハイマツがバッチ状に広がる植生が理想。

## 【ライチョウの危機】

### ①温暖化

高山帯という、いわば雲上の『島』に取り残され

主に北アルプスと南アルプスに生息。中央アルプスで復活プロジェクト実施中



たライチョウは、温暖化により生息地を失ってしまう可能性が非常に高い生き物です。

### ②捕食者

キツネやテンなどの元々里山で生活していた動物が高山帯に侵入し、ライチョウを捕食しています。

### ③植生への影響

里山で増えたニホンジカやイノシシが高山帯に侵入し、高山植物が食べ尽くされてしまうおそれがあります。



左) ライチョウに魅せられた本誌執筆者のひとり、雷鳥写真家の高橋広平氏。距離を保って撮影に挑みます。右) ライチョウは北アルプスではアイドル的な存在です。立山では擬人化されたイラストが立山室堂の説明看板に描かれています



# ライチョウの四季 (1年の生態)

3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1月 2月

●尾根筋の風衝地(ふうしょうち)にあたたかい陽がふりそそぎ、ガンコウランやコケモモといった矮性(わいせい)低木が顔を出すと、冬の間標高の低い場所に移動していたライチョウが高山帯に戻ってきます。

●雪解けが進むとオスはなわばりを獲得するための争いを開始。目の上の真っ赤な肉冠を広げ、三つともえの争いをします。時には死亡することもある。

●雪解けの進んだ場所からなわばりが確立されていきます。まだ白い姿のオスが岩の上から自分のなわばりを見張り、侵入者があれば飛び立って追い出します。

●4月中旬頃に高山帯に戻ってきたメスとつがいになります。基本的には、ライチョウは毎年同じペアを組む一夫一妻です。オスはメスを守るためにずっとメスの後ろについて行動します。



ヒナを抱く母ライチョウ

●羽毛が抜け替わる時期です。真っ白だった羽毛は、オスは白と黒、メスは白・黒・茶のまだら模様となり、オスとメスの区別がはっきりします。

●メスは良い場所を探して巣をつくり、背丈が30cmほどの低いハイマツの下です。巣ができると、ほぼ2日おきに1卵を産みます。

●ヒナが同時に孵るように卵が6〜7個そろってから抱卵に入ります。抱卵はメスの仕事です。朝夕に20分ほどの食事を除く以外は、ずっと卵を温め続けます。卵が孵化するまでの22日間程度メスはそれこそ命を削って卵を温め続けるのです。



槍を眺めて何を想う

●6月末から7月上旬にかけてヒナが孵化します。すぐに歩けるようになり、孵化後1日も経たずに巣から離れ、3ヶ月間母親と一緒に生活します。

●オスはヒナが孵化するとなわばり行動をやめ、単独で過ごします。

●ヒナは生後1ヶ月ほどは自ら体温調節ができないため、母親のお腹の下で抱雛(ほうすう)してもらいます。風衝地でコケモモやガンコウランなどの柔らかい芽、葉、花を採食しながら成長します。

●孵化した頃は梅雨の時期で、山の上は悪天候が続く、まだ飛ぶこともできないので捕食者に狙われます。多くのヒナが生後1ヶ月の間に死亡します。

●生後1ヶ月ほどになると少し飛べるようになり、体温調節もできるようになってきます。

●残っていた雪も解け、柔らかい芽が芽吹き花をつける「雪田(せつでん)」と呼ばれる場所へ移動し、9月末頃まで家族で過ごします。

●初雪が降る10月初め頃に、ヒナは親から独立します。ほとんど親と変わらない若鳥になっています。この時期は成鳥や若鳥が集まって群れをつくる時期です。多いときは30羽ほどの群れになります。オスメスともにくすんだ秋羽に変わり見分けづらくなります。

●積雪が進むにつれて白い羽がまじるようになり、11月には白い冬羽姿になります。その頃には体がひと回り大きくなっています。



散歩中のファミリー

●高山帯が雪で覆われ餌が採れなくなるため、木がまだらに生える森林限界まで下りてきて生活するようになります。冬の主な食糧はダケカンバの冬芽です。堅いオオシラビソの葉も食べたりします。

●時には雪に潜ったりして厳しい冬をしのぎ、群れでじっと春を待ちます。実は冬の死亡率はかなり低いのです。それは捕食者に狙われないように厳しい環境を選んだからです。

## ライチョウの捕食者

猛禽類全般  
テン、キツネ、オコジョ、カラスなど



## 自然を壊す要因

「お花畑」の食害による  
荒廃など高山帯の植生に  
甚大な悪影響を及ぼしている。  
下界から流入してきた捕食者以外の  
生き物など

ニホンジカ、イノシシ、  
登山者の靴裏に付着した  
下界由来の種子など

## ライチョウの食べ物

植物食で芽、花、葉、実など、  
季節ごとに目につく部分を食べています

【夏〜秋】

ガンコウラン、コケモモ、クロマメノキ、  
ミヤマハノキ、ウラジロナナカマド、  
ハイマツ、ツガザクラ、ウラシマツツジなど

【冬】

ダケカンバの冬芽、オオシラビソの葉、  
シャクナゲの葉など

【春先】

雪の中からでてきた食べられるものを  
食べています

# ライチョウ観察ルールと 登山時の注意点

日本のライチョウは人間を外敵とは思っていません。それは素晴らしいことです。その信頼関係は少しのことを守るだけでこれからもずっと保たれます。

基本は、ライチョウを刺激しないように一旦静止したり、静かに距離を取りましょう。また、過剰に動いたり、大声を出したりすると驚いて逃げ出してしまいます。こうしたことが連続すると、それまでの信頼関係が崩壊してしまうかもしれません。

## 【基本的なルールについて】

### ① そっと、見守って

憧れのライチョウに出会えたことの嬉しさはよくわかります。しかし、そこは彼らの棲み処です。むやみに近づいたり追い回したりすることはライチョウにとって大きなストレスです。子育ての時期、母親はヒナへ声で合図をしているので、大声も厳禁です。静かに、そっと観察してください。

もし自分がライチョウだったら。と常に考えながら行動しましょう。そうすれば、ライチョウの嫌がることが理解できるはずです。彼らが住む家に私た

ちが押し掛けているということを忘れないようにしましょう。

※許可なくライチョウに触れたり捕まえたりすることは違法行為で、処罰の対象になります。過去、2018年の夏に、心ない登山者が唐松岳でライチョウのヒナを驚掴みにした写真をSNSに投稿するという事件が起きました。決して許される行為ではありません。

### ② 距離を取って

実際にどれくらい離ればライチョウのストレスにならないのでしょうか。登山道にライチョウが現れたときは、基本的には5m以上の距離をとりましょう。もしライチョウが近づいてきたときには、急に動くや驚かせてしまうので急に立ち上がったらず見守ってください。多くの人で取り囲まないように注意し、ライチョウが動きたい方向に行けるよう配慮してください。

### ③ ライチョウの表情に注意して

上記の数字は最低限の目安です。特にヒナを守るために母親はとても敏感です。ストレスを感じていると思われる行動を挙げますので、これらの行動が見られた場合にはライチョウから離れるようにして

ください。ライチョウの表情がわかるようになったら、よりいっそうの信頼関係が築けるようになりますので、素敵な表情を見せてくれるはずです。

### ● 通常状態

時々顔を上げることがありますが、盛んに高山植物をついばんでいます。ハイマツの縁などで足を折りたんで座っており、眠るような仕草をしていることもあります。ストレスがない状態です。

### ● 少しストレス

周囲を見渡す時間が長く、あたりをきょろきょろ確認しています。距離が近くないか、騒がしくないか、見物人が多くないかなどを考えましょう。

### ● かなりのストレス

観察している際にライチョウと頻繁に目が合うと感じるとき。首をすくめて警戒声を出したり、メスが片翼を広げ、けがをしたように見せながら人に近づいてきたりする（偽傷行動という）ときなどです。今より距離を開けるようにしましょう。その時に、走ったりすることも厳禁です。ゆっくりとした行動をとるように心がけましょう。

## 【観察&登山時の約束】

### ① 決められた道を歩く

禁止の立て札やロープが張られていなくても歩道以外は立ち入らないでください。例え撮影の時でも。

### ② ライチョウを見かけても追いかけない

ライチョウと距離をとり、彼らの行く手を阻まない。巣に戻れず卵が冷えてしまうこともあるからです。

### ③ 高山植物は採らない

高山植物も氷河期の生き証人です。ここでしか育たない植物です。大切にしましょう。

### ④ ゴミなどは必ず持ち帰る

捨てられた食べ物を目当てに、本来高山帯にいない動物が登ってきて生態系が壊されます。

### ⑤ トイレは決められたところで

し尿に含まれた大腸菌などにより高山帯の動植物に影響を与えることがあります。

### ⑥ 登山靴の裏は完全にきれいにしてから入山

他山域の種子や雑菌を必ず落とすこと。

### ⑦ 春山登山

ライチョウが繁殖する大切な季節。ルール厳守。



提供：中村浩志  
左) 岩の上で寛ぐライチョウ。ここには柵が造られているので、そこから中には入らずにライチョウを観望しましょう。声を荒げずに静かに対面すること。中) 衝撃的な写真ですが、あえて掲載します。サルもライチョウも人間の無責任な行動の被害者だということを忘れてはいけません。右) 厳冬のライチョウ



左) 登山道脇で休んでいたら、ライチョウが現れました。人間を怖がることのない雷鳥ならではの行動です。こうした光景が永遠に続くように登山者全員が努力しなければなりません。右) 巣から抱卵を中止して菜食に出てきたメスのライチョウ

# ライチョウを探してみよう

ライチョウが棲む地域はほとんどが国立公園の特別保護地区です。登山道から外れないようにしましょう。

どうしても「運」に頼るところが大きいです。できることならお目にかかりたい。そんな時は以下の項目に注意しながら探してみよう。これがライチョウの探し方のヒントです。

## ① 鳴き声

ライチョウのオスは縄張りを主張したりするとき（主に5～6月）によく鳴きます。鳴き方は色々ありますが「ゲー、ガッガー」のような、まるでカエルの鳴き声のような特徴があります。

ヒナを連れたメス（7～9月）も、ヒナとコミュニケーションをとるために頻繁に鳴きます。メスはオスのけたたましい声とは異なり、「クークー」と優しく鳴きます。また、生まれたばかりのヒナはニワトリのヒヨコのように「ピヨピヨ」と絶えず鳴きますが、成長とともにあまり鳴かなくなります。

登山中も耳を澄ましてこれらの鳴き声がした時は周囲を見回して見ましょう。

## ② 生活痕

ライチョウが生活していると色々な痕跡を残していきます。特にわかりやすいのがフンです。ライチョウのフンは一般的な鳥のフンとは異なり、ウサギの糞を細長くしたような形をしています。茶色い乾いたものは古いものですが、やや緑がかってれば新鮮なものです。他に盲腸フンというどろっと



立山で登山道を歩いていると、脇からヒナを連れたお母さんが現れました。ヒナたちを見守るようにして歩く姿が印象的

した液状のフンもします。黒に近い濃い色のフンもあります。また、ライチョウはよく砂浴びをします。このように新鮮なフンや砂浴び跡などは最近までそこにライチョウがいた証となります。

## ③ 天気とライチョウの関係

晴天日に見つけやすいライチョウは、なわばり争いをするオス（5月～6月上旬）とヒナを連れたメス（7～9月、特に7月上旬～8月中旬）です。

ライチョウは天気が悪い時にしか見られないというイメージがありますが、そんなことはありません。例えば、なわばり争いが激しく行われる5月から6月上旬までは晴れている日に目立つ岩の上で見張りをしているライチョウをよく見かけることができます。またこの時期は、なわばりに進入したオスを追い払うためにあちこちでオス同士のけんかが起こり、空を飛ぶライチョウを比較的容易に観察できます。

また、小さなヒナを連れたメスを観察するのも晴れた日の方が適しています。生まれたばかりの小さなヒナは悪天候に弱く、天気が悪いと寒くてほとんど動くことができないからです。

雨天、曇天、ガスの中で見やすいライチョウは成

鳥、特にオスや繁殖に失敗したメス（5月～11月）。ライチョウは空から襲ってくる猛禽類を警戒しているため、視界が悪い時でも行動しています。特に7月から9月は、オスや繁殖に失敗したメスは天気が悪い日の方が発見しやすいです。

## ④ ライチョウが見やすい時間帯

ライチョウが最も活発に活動するのは早朝と夕方です。朝は日の出から2～3時間、夕方も日の入り

までの2～3時間が最もライチョウを観察しやすい時間帯です。ご来光を見るために早朝登山した経験がある方は、日の出前に鳴くライチョウのオスの声を聞いたことがあるかもしれません。

一方で正午前後はライチョウが休息していることが多く、なかなか見つけることができません。特に近年の晴れた夏の日には、いくら暖かい日が好きなヒナでも暑く感じるようで観察するのは困難でしょう。

# ライチョウの写真を撮りたい

ライチョウほど近くで撮影できる野鳥はなかなかいません。これも人間とライチョウという種の間信頼関係が築かれているからです。撮影はこの信頼関係を壊さないように細心の注意を払ってください。

## ① スマートフォンは撮影に向かない

観察と同様に5m以上は離れて撮影しましょう。ただしスマホで撮ろうとすると右の比較のように極めて小さくしか撮れません。そのため望遠撮影できる機材が必要です。「近づかず」が基本です。

## ② 必要な撮影機材（カメラ・レンズ）

カメラの種類は問いません。右のように35mm換算で200mm以上あれば十分に大きく撮影できます。また撮影地は天候の変わりやすい山岳地帯です。多少の風雨に晒されても平気な防塵防滴仕様のを推奨します。また極力軽量のものがよいでしょう。

## ③ ストロボ（フラッシュ）は使用しない

ストロボの光によってライチョウの目に負担がかかります。非常に有害な行為なのでやめましょう。

## ④ ライチョウが近づいてきたらじっとする

ライチョウは人間の都合に関係なく動きます。仮に近づいてきたとしても決して意図的に人間に近づいてくるわけではありません。下手に動くと驚かせて警戒させてしまうので、その場でじっと動かず我慢してください。ときには観察に徹するのも必要です。

## 【撮影距離5mでの画角の比較】

### 28mm相当



一般的なスマホの画角。ライチョウは小さくしか撮れない

### 50mm相当



一般的に標準とされる画角。やはりこれでも小さい

### 100mm相当



中望遠。これ位の画角ならばライチョウの表情もわかる

### 200mm相当



ズームレンズの望遠域に多い画角。程よい大きさに写る

### 300mm相当



これ以上の望遠撮影はブレとの戦いになる。熟練が必要

## ドローンは「怖い！」

空飛ぶ撮影機材ドローン。ライチョウの目には捕食者の猛禽類と同様に映ります。ライチョウ生息域での使用は彼らに過度のストレスを与えることになり、生態に悪影響を及ぼします。ドローンの使用は控えましょう。



上) 立山の雷鳥坂。名称通りライチョウに会えるチャンスが多い登山道です。脇のハイマツ帯からひょっこりと現れることもあります。下) 立山剣沢の登山道。ハイマツ帯から出て親子で歩く姿を何度か目撃しています



# ライチョウを 観察しやすいところ

## 立山

ライチョウが比較的安定して生息している立山は絶好の出会いポイント。登山道で遭遇することも

立山までのアクセスは左のQRコードを読み取ってください



立山黒部アルペンルートの立山室堂平駅に降り立つとそこはすでにライチョウの生息地です。運が良ければ駅前で出会えることもできるからです。

1970年代から立山のライチョウを調査する富山雷鳥研究会の松田勉氏。同じ地域で長年積み上げられたデータはこれからのライチョウ保全を担う重みがあります。早くからライチョウを多くの方に紹介し有志で保全に取り組む松田氏は「立山のライチョウは上手く人との関係を築いてきている」と語ります。

ライチョウとの出会いに期待して、雷鳥坂を登り剣御前小舎までいってみましょう。剣岳の展望に優れた峠で、ここに1泊してみるのもおすすめです。

立山室堂平駅から遊歩道をミクリガ池方面へ進みます。道標に従いましょう。ミクリガ池、みくりが池温泉を過ぎて雷鳥荘を過ぎると広大な雷鳥沢キャンプ場です。ここから斜面を急登する雷鳥坂を登ります。別山乗越まで3時間30分ほどの登りです。ライチョウに出会えることを念じながら登りましょう。



1) 初夏を迎えた立山。雷鳥沢にも雷鳥坂にもまだ雪が残っています。ライチョウが生んだ最終卵が孵化する頃。愛くるしいヒナたちに出会えるチャンスです。2) 雷鳥坂。展望にも優れた登山道。3) 立山の登山道脇の岩の上で佇むライチョウ。何年もの間、登山者を見つめる眼には人間はどう映っているでしょうか。4) 残雪が残る立山の雄山を見つめるライチョウ。凛々しい姿は哲学者のよう



左) 別山乗越から展望する剣岳。登山者憧れの展望です。右) 乗鞍岳山頂手前から展望する穂高の山並み

## 乗鞍

岐阜県側および長野県側からバスでライチョウの生息地へ。畳平周辺で出会えることもあります

乗鞍までのアクセスは左のQRコードを読み取ってください



国指定鳥獣保護区管理員である小林正直氏。乗鞍白雲荘の支配人として山の上で常に乗鞍の自然を見守っています。ライチョウの観察ルールが必要だと最初に声をあげた小林氏は「違う環境で生きる者同士が心を通わすという大切な体験ができる場所」と語っています。

乗鞍バスターミナルから肩の小屋を抜けて1時間30分ほどですが、ライチョウの生息域は畳平周辺の魔王岳、大黒岳エリア。さらに北に向かった丸山

や硫黄岳辺りになります。魔王岳はバスターミナルのすぐ北側にある山です。ほぼ20分ほどで山頂に立つことができる山です。大黒岳は同じくバスターミナルから20分ほど。山頂には休憩所が設けられています。ご来光が美しい山頂です。どちらも白雲荘を起点にすることができますので、小林さんから情報を得ることもできるはず。丸山、硫黄岳方面はバスターミナルから往復で3時間ほどかかります。できれば1泊2日で楽しみましょう。



1) 穏やかな山容を見せる乗鞍岳。乗鞍岳方面よりも畳平から魔王岳や大黒岳付近でライチョウの姿を頻繁に見かけることができます。2) 砂浴びをするライチョウ。羽に付着した寄生虫などを砂とともに落とすための行動です。3) 餌を探すライチョウ。ライチョウはアオノツガザクラなどの低木の葉やウラジロナナカマドなどの芽を餌としています。4) 富士見岳から眺める畳平

# ライチョウの未来 ～生息数と保全の取り組み～

## 【新たな目標】

環境省は令和2年度より新たな目標に向かって取り組みを開始しています。目標は現在、約1700羽のライチョウの生息数を2500羽以上に回復させ絶滅の危険性を回避することです。そのために、絶滅

危険性の指標となる環境省レッドリストのランクを下げることを目指します。しかし、登山者の皆さんの協力がなくては実現することができません。ライチョウの気持ちになって入山してください。

- 動物園と連携して中央アルプスにライチョウ個体群を復活させます。
- 南アルプスでは捕食者対策事業を継続して個体数回復を図ります。
- 北アルプスでは近年の情報がない山岳について生息状況調査を進めます。
- 火打山ではイネ科植物除去による生息環境改善事業を開始しています。

※環境省は第二期ライチョウ保護増殖実施計画を策定し、令和2年度から5年計画で新たなライチョウの保全を進めています。

## 【各山岳での取り組み】

### 棲み家を守れ！火打山

生息北端である火打山では、近年、イネ科植物の繁茂や低木林の拡大等により、良好なライチョウの生息環境が縮小しています。4年間のイネ科植物等除去試験で、環境が改善されていることが分かりました。

### 捕食者から守れ！南アルプス

南アルプス北岳でのケージ保護事業と捕食者対策事業によって、5年間で個体数が約4倍に回復しました。

### 中央アルプスで復活プロジェクト

中央アルプスで約50年ぶりにメス1羽が確認されました。この状況をふまえて、ライチョウ復活プロジェクトを開始しています。2020年、乗鞍岳から3ファミリー、合計19羽が移送されました。



1) イネ科植物除去作業のようす。2) 除去区画を決めて検視していく。3) 定点観察カメラに写るキツネ。4) 捕獲された捕食者テン。5) 保護ケージの中のようす。6) ケージから元気に飛び出す親子

# ライチョウ保全への参加

## ●ライチョウサポーターズ

足環情報を提供してください。足環で個体識別をして移動状況や寿命などを調べ、保全事業に活用しています。

☞「ライチョウサポーター」で検索

## ●いきものログ(生物多様性センターホームページ)

環境省をはじめさまざまな組織や個人のみなさんが持っている生きもの情報を集積して、提供するシステムです。みんなで生きもの情報を報告して、全国のいきものマップをつくりましょう。

☞「いきものログ」で検索

## ●参考図書

「ライチョウを絶滅から守る！」

中村浩志・小林篤 著

発行：株式会社しなのき書房

ライチョウ研究の第一人者・中村浩志氏と小林篤氏の著書です。ライチョウの生態を知りたい人にはお勧めの一冊です。

「雷鳥～Messenger from God, who wearing scenery～」  
雷鳥写真家・高橋広平氏がまとめた一冊。厳冬期を含めたフルシーズンのライチョウの生態をまとめた

写真集。取り扱い先は高橋広平ホームページ内に掲載

<http://kouheitakahashi.com/shops.html>



いきものログのHP。ユーザ登録をすると、報告や調査への参加など、いきものログのさまざまな機能を利用することができる。



高橋さんの写真集の表紙。英語の副題は「四季を纏う神の鳥」という意味。

## ライチョウを守ることは、 私たちの暮らしを守ること

多様な生物の絶妙なバランスにより支えられている私たち人間の暮らし。そのつながりは高山の生態系を代表するライチョウも同じです。人の生活の変化がもたらした里山の生態系の乱れは、ライチョウをも追いつめています。ライチョウを守るために生態系の調和を求めることは、人の暮らしを守ること、そしてそれは地域の宝となって私たちの心の支えにもなっていきます。



人里を眺めるライチョウ。人間がその営みを始める前から、彼らはその変遷を見てきたことだろう



# 雷鳥写真家

## 高橋広平のライチョウ写真館



1	2
	3
4	5

1) なわばりを守るべく槍ヶ岳を背に見張りに立つオス。眼下には愛しの妻が卵を温めている巣がある。2) 寄り添うつがい。多くの場合は一生添い遂げる。3) 母鳥とヒナ。生後1ヶ月の間は自分で体温調整ができないため、母親の懐で定期的に暖まる。4) 登山道の真ん中を歩む親子。ライチョウも歩きやすい所を歩く。5) 蒼天を羽ばたくオス。その気になれば割と飛ぶことができる

6	7
8	9
	10

6) 雪を漕ぎすすむライチョウ。あまりの愛おしさから「大福」というあだ名をつけてしまった。7) 山の鳥であるライチョウには雄々しい山容が似合う。8) 厳冬期、夜の明け初らぬ月の下で集うオスの群れ。9) 雪の中から顔を出すメスのライチョウ。つぶらな瞳がキュートである。10) 生後2〜3日のヒナ。飛ぶという本来の役目は果たせないが、広げた翼がとてつもなく可愛い



# 山に登らなくても ライチョウに出会える

動物園での取り組み～絶滅させないために、私たちができること～

環境省と公益社団法人日本動物園水族館協会が国内希少野生動植物種のニホンライチョウについて、加盟施設において飼育と繁殖の取り組みを実施しています。それに伴い、保護増殖事業の一環として、全国5施設でライチョウの公開展示を行っています。

## ●ライチョウ展示施設

恩賜上野動物園（東京都）、富山市ファミリーパーク（富山県）、市立大町山岳博物館（長野県）、那須どうぶつ王国（栃木県）、いしかわ動物園（石川県）です。

山に登ったことがない人でも日本の宝に会うことができます。人を怖がらない愛くるしい表情に心が癒されるはず。体調などにより公開時間の短縮などありますが、ぜひ一度足を運んでください。

以下の施設では別亜種のスバルバルライチョウを飼育し、ライチョウ飼育の準備や基礎研究を行っています。秋田市大森山動物園（秋田県）、多摩動物公園（東京都）、横浜市繁殖センター（神奈川県）、横浜市立金沢動物園（神奈川県）、長野市茶臼山動物園（長野県）、飯田市立動物園（長野県）です。



那須どうぶつ王国のライチョウ展示室。平成27～28年に乗鞍岳で採卵を行い人工ふ化からスタート。愛くるしい表情が人気



1) 恩賜上野動物園の展示室。ライチョウの人気は不動のようです。ただ、一般公開されない時もあるので事前に確認しましょう。2) 多くの人で混雑する恩賜上野動物園のライチョウ展示室。3) 市立大町山岳博物館に展示されたライチョウ。4) いしかわ動物園も多くの人を訪れています。5) 富山市ファミリーパーク。立山の麓にある施設で、多くのファンが全国から訪れています。6) いしかわ動物園に展示されたライチョウ（各園より写真提供）



上) 乗鞍岳山頂に向かう登山道から畳平方面を眺める。  
右) 常念岳で出会ったライチョウの親子。槍ヶ岳を眺める姿が凛々しい



## 2020ライチョウ観察ルールハンドブック

### 雷鳥写真家

高橋広平 / Kouhei Takahashi

1977年北海道出身。ライチョウに会い独学で写真を学ぶ。第4回田淵行男賞岳人賞を受賞。以後「雷鳥写真家」として活動し、写真展などを通じてライチョウを軸とした自然保護の普及啓発活動をおこなっている



### 乗鞍白雲荘支配人

小林正直 / Masanao Kobayashi

1979年東京都出身。幼少の頃からボーイスカウト等により自然環境と触れ合い、学生時代に山小屋生活を開始。現在は乗鞍白雲荘支配人の傍ら、国指定鳥獣保護区管理員や自然公園指導員、市環境審議員等で活動中



### 環境省自然環境局 野生生物課

福田真 / Makoto Fukuda

1982年東京都出身。信州大学在学中にライチョウ研究の第一人者である中村浩志教授の生態学研究室に所属。環境省入省後は自然保護官として各地で保護増殖事業等を担当。現在は本県野生生物課で野生動物観光促進事業などを担当している



### [Publisher]

一般社団法人日本アルプスガイドセンター  
The Japan Alps Guide Center

### [Editorial Director]

中田真二 / Shinji Nakata  
(日本アルプスガイドセンター理事)

### [Writer/Photographer]

高橋広平 / Kouhei Takahashi

### [Writing & Editorial Cooperations]

福田真(環境省) / Makoto Fukuda  
小林正直(乗鞍:白雲荘) / Masanao Kobayashi

### [Design & DTP]

ピース株式会社 / PEACS Inc.

©一般社団法人日本アルプスガイドセンター / 環境省



2019年に誕生したウェブサイト「The Japan Alps」は、日本アルプスとその周辺山域の登山・アウトドアガイド情報が満載。

日本アルプスは世界の「The Japan Alps」へ