自然観察フィールドガイド６（抜粋）

３　ベンセ湿原（しつげん）とその周辺（しゅうへん）（木造町）

ニッコウキスゲの大開花

プロフィール

ベンセ湿原は、西海岸の七里長浜に沿ってのびる砂丘上にあるたくさんの湿原のうちの一つで、日本自然百選にも指定されているところです。春から夏にかけてのニッコウキスゲやノハナショウブの大群落を一度みると、百選に指定されているということに疑いを抱く人はいないと思います。またそのほかにも多くの花々が咲き乱れ、その彩りはため息ももれるほどの美しさです。それらの植物に加え、湿原内やその周辺の湖沼には数々の水鳥が飛来し、隣接の海岸沿いのクロマツ林には多くの野鳥や哺乳類が生息しています。

このような豊かな自然をはぐくむベンセ湿原やその周辺は、観察に訪れる人々をがっかりさせることはなく、何かしらの驚きを持たせてくれるようなところです。

しかし周辺の湿原は徐々に失われつつあり、その中にあるベンセ湿原は後世に残さなければならない貴重な自然の一つです。

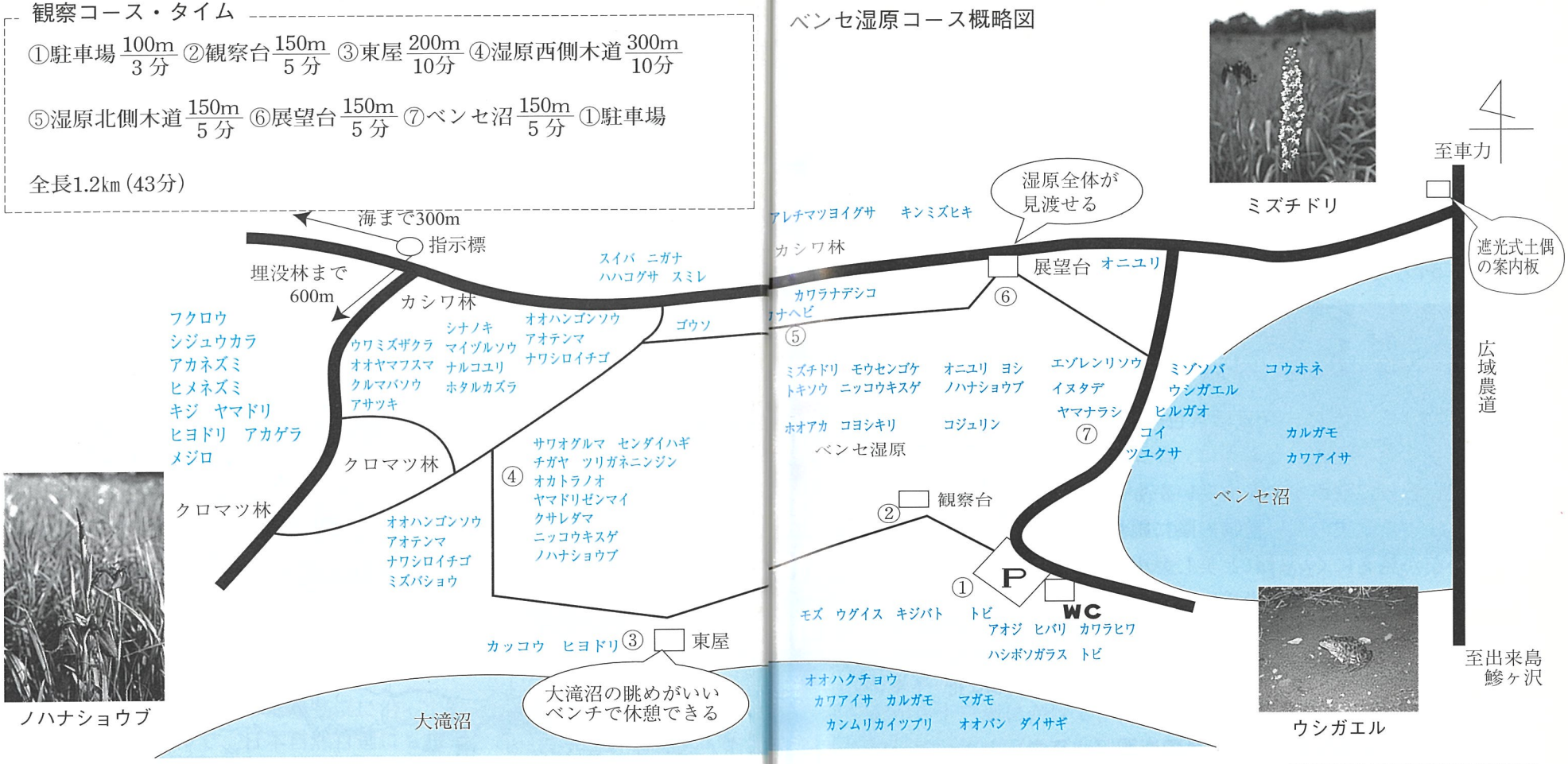
観察コース・タイム

①駐車場 $\frac{100m}{3分}$ ②観察台 $\frac{150m}{5分}$ ③東屋 $\frac{200m}{10分}$ ④湿原西側木道 $\frac{300m}{10分}$

⑤湿原北側木道 $\frac{150m}{5分}$ ⑥展望台 $\frac{150m}{5分}$ ⑦ベンセ沼 $\frac{150m}{5分}$ ①駐車場

全長1.2㎞(43分)

ベンセ湿原コース概略図



コースの概要

全体的にほぼ平坦で木道も整備されており、歩きやすいコースです。狭い範囲でたくさんの植物や鳥の観察ができるぜいたくなコースになっています。

① 駐車場に案内板があり、そのすぐ脇に歩道がついています。この周辺でも小鳥の観察ができ、特にモズの鳴き声にすぐ気がつくことができるでしょう。

② 観察台から湿原をやや広い範囲で見ることができます。ヨシがたくさん生えていますが、その間にニッコウキスゲやノハナショウブを見ることができます。またホオアカやコジュリンなどの小鳥も観察できます。

③ 大滝沼の水鳥を観察できます。東屋で休憩しながら静かに観察しましょう。

④ このあたりはたくさんの湿原の植物が見られます。特にミズバショウに目を引かれると思います。木道からは降りないように気をつけましょう。またカシワ林の中も観察してみましょう。一面のマイヅルソウは見ものです。

⑤ ここの木道は湿原の中でも一番の観察場所です。ニッコウキスゲやノハナショウブの大群落のほぼ真ん中を抜けるところです。またランの仲間も美しく咲いています。地面すれすれにはモウセンゴケも生えています。

⑥ 展望台で湿原を一望できます。満開の頃はため息が出るほどきれいです。

⑦ 隣のベンセ沼でウシガエルがときどき鳴いています。また春にはたくさんのコイが岸辺で産卵をしています。バシャバシャしているのですぐ分かります。

● 咲き乱れる湿原の花々（春～夏）

湿原内には実にさまざまな草花が咲き乱れています。特に黄色い花のニッコウキスゲと藍色のノハナショウブの大群落は見ものです。それぞれの花が満開の時期に湿原を訪れると、一面の花のじゅうたんにため息が出るほどです。この他にもたくさんの花が咲いています。ラン科植物ではピンク色のトキソウや真っ白なミズチドリにも目を引かれます。また黄色のサワオグルマ、センダイハギ、朱色のオニユリもとても美しく咲いています。湿地帯の地面すれすれを覗いてみましょう。食虫植物のモウセンゴケが見られます。

花を観察するときに、今日は黄色の花、明日はピンク色の花というふうに、一つの色に焦点を絞って観察すると面白いかもしれません。また、丈の高い植物の陰に隠れて、なかなか見えにくいけれど美しい小さな花もたくさんあります。歩道に膝をついて虫眼鏡を使って中を覗いてみるのも、違ったおもむきの観察ができると思います。

可憐な花　トキソウ

アカゲラがあけた穴

● 野鳥の楽園（一年中）

ベンセ湿原とその周辺には森林、草原、沼といった、異なった植生があり、それぞれ特有の野鳥が見られます。湿原に到着して最初に耳にするのは、見晴らしのよい木の梢に止まっているモズの鳴き声ではないでしょうか。そして湿原のアシ原からはコヨシキリの鳴き声も聞こえてくるでしょう。マツ林に近づいてみましょう。アカゲラのドラミングが聞こえます。キジの甲高い声も聞くことができるかもしれません。周辺の沼地にもとても多くのカモの仲間やサギの仲間がやってきます。春にはカンムリカイツブリの求愛ダンスも見ることができるでしょう。この他にもたくさんの野鳥がいますので、双眼鏡をもって静かに観察しましょう。

● カナヘビの日向ぼっこ（春～秋）

湿原の中の木道を歩いていくと、足元をササッと草むらへ逃げていく生き物がよく見られます。少し逃げて、またしばらく止まっているのでこっそり近づいていくとその正体はすぐ分かります。カナヘビです。まだ気温があまり高くない時期に、日当たりを求めて木道で日向ぼっこをしているのです。は虫類は変温動物なので寒い日が苦手です。道路でよくヘビが自動車にひかれてペシャンコになっているのを誰もが見たことがあると思います。ほとんどが日当たりのよい暖かい道路で日向ぼっこをしたために犠牲になったものです。

日向ぼっこをするカナヘビ

● ベンセ湿原の成り立ち

鰺ヶ沢から十三湖にかけて、海岸とほぼ直角に東西方向へ伸びる砂丘が何列も続いています。砂丘と砂丘の間はくぼ地になっており、そこには大小たくさんの湖沼や湿原があります。このあたりは気温が低く、地面は水分も多いため、通気性がよくありません。この上で枯れた植物は分解があまり進まず、そのままの形で堆積します。そして長い時間をかけて植物の堆積物（たいせきぶつ）は黒くなり、炭状になります。これを泥炭（でいたん）と呼びます。それがさらに堆積して陸地化し、湿地になった状態が現在のベンセ湿原です。

（奈良岡隆樹）

●コラムコーナー

生活を守る森林・生き物のオアシス 海岸のクロマツ林

鰺ヶ沢から十三湖のあたりまでの海岸線は、約30㎞にわたり砂浜が続いています。現在この海岸は津軽国定公園の一部にもなっており、青々としたクロマツ林が延々と続く大変景色のよいところでもあります。

しかし、このクロマツのほとんどは人間の手によって植栽されたものだということをご存知でしょうか。この一帯はこのクロマツが列を作って、まるで屏風のように見えることから屏風山と呼ばれるようになったそうです。列と列の間にはスイカやメロンが栽培され、全国的にも有名な一大産地となっておりますが、かつてはまったく人々の生活を近づけることのできない不毛の地だったのです。信じられるでしょうか。

クロマツが植栽される以前は、海岸からの暴風や飛砂によって一夜にして村が埋もれてしまうというほど厳しい自然条件の場所でした。それをおよそ300年前から植林を始め、何度も何度も失敗を繰り返し、苦労を重ねて、時には勝手に木を伐採した者は打ち首になる、というほど厳しい法律で守られた時代を経て、やっと現在のような豊かな大地となったのです。

屏風山一帯は現在、防風保安林と呼ばれる潮風や飛砂から私たちの生活を守る森林として法律で厳しく守られており、許可なく伐採はできないことになっています。それと同時に、この海岸地帯の森林は多くの動物たちの住み家や隠れ家にもなっています。

タヌキのため糞

そっと森の中へはいってみましょう。地面にはコロコロしたウサギの糞が落ちていませんか。よく見るとあちらこちらにたくさん落ちているはずです。もっと気をつけてあたりを見渡してみましょう。林の中を曲がりくねって続く小道を見つけましたか。けもの道です。砂丘の上の小道には所々にまとまった糞を見つけることができます。おそらくタヌキのため糞でしょう。その他にもキツネやリス、イタチ、ネズミ類の気配も感じることができるでしょう。今度は樹上を見上げてください。シジュウカラやメジロなどの小鳥、ヒヨドリやアカゲラなどの中型の鳥、運がよければフクロウや林の下ではキジやヤマドリなどの大型の鳥にも会えるかもしれません。これらの生き物だけでなく、さまざまな植物も生育しています。ランの仲間やマイヅルソウの大群落も見ものです。種子が風や鳥、動物、そして人間にも運ばれて、植栽当時は単純な植生であったものが、今では実に豊かな自然へと変化してきています。

マイヅルソウの大群落

このように当初は人々の生活を守るためだけに作られた森林は、今ではたくさんの動物や鳥や植物をも守る森林となり、とても豊かな自然へと変化してきたのです。

このようにある程度まとまりのある森林では、かなり厳しい気象条件にも耐えられるようになります。しかしひとたび、このまとまりを無視するような伐採を行うと、風の通り道が変わり、たちまち枯れてしまうようなこともあるのです。また林内へのごみの投げ捨ても自然へのひどいいじめです。何百年もかけてやっとできあがった豊かな自然です。私たちはこの自然を、自分たちのために、そして多くの動植物のためにも、永遠に存続していかなければならないと思います。そのためにもここの自然に直(じか)に触れて、そのすばらしさを感じ取ることが必要なのではないでしょうか。

（奈良岡隆樹）