

# 宫城湿地

## 拉姆萨尔湿地地图

伊豆沼・内沼

芜栗沼・周边水田

化女沼

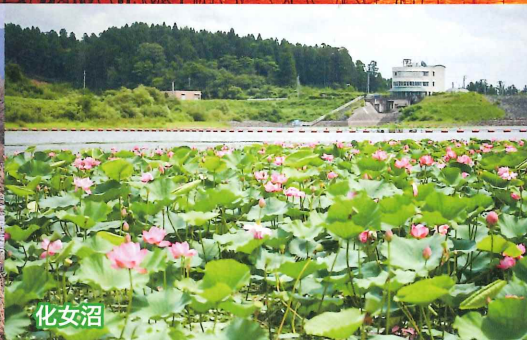
志津川湾



伊豆沼・内沼



芜栗沼・周边水田



化女沼

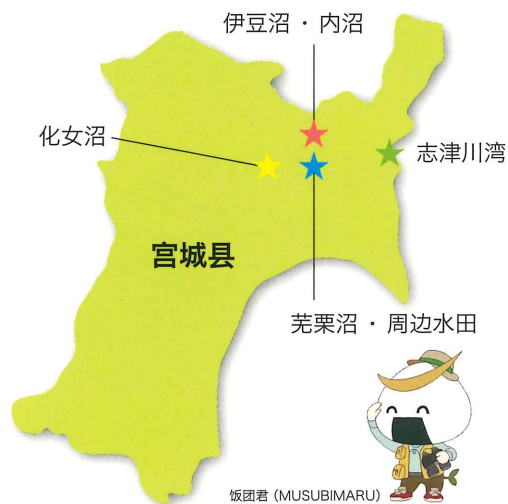


志津川湾

### 什么是拉姆萨尔公约？

拉姆萨尔公约是为保护水禽栖息地的湿地公约，其原则是保护湿地和“明智利用”。宫城县有伊豆沼・内沼（登米市、栗原市）、芜栗沼与其周边的水田（大崎市、栗原市、登米市）、化女沼（大崎市）、志津川湾（南三陆町）等4处登录于拉姆萨尔湿地公约，是在国际上也被公认为珍贵稀有的湿地。

大家来一起体验这美丽的大自然吧！



饭团君 (MUSUBIMARU)





# 化女沼周边地图



晨光与白额雁齐飞  
(11月-2月)



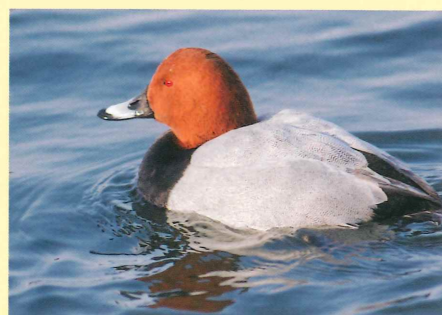
化女沼的荷花  
(7月下旬-8月)



豆雁苔原亚种  
(11月-2月)



短尾黄螳  
(6月-8月)



红头潜鸭  
(12月-3月)



野花菖蒲  
(6月-7月)

# 化女沼

拉姆萨尔湿地公约登录年月: 2008年10月  
 登录面积: 34公顷  
 所在地: 大崎市

[化女沼]是以治水及灌溉为目的的水库,也是雁鸭类等候鸟的重要越冬地。尤其是迁徙到日本国内的大多数豆雁苔原亚种都在此越冬,数量多达1,000多支。另外,因为是天然湖泊构成的水库,也让这里成为了荷花等各种水生植物的栖息之地。



## 观察设施



化女沼水库观光资料馆

可从2楼展望点观察水鸟,此外还可参观栖息于化女沼的生物展示。



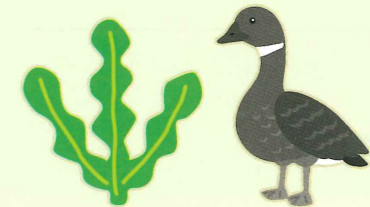
自由广场、环境教育区

在这里可看到湿地带四季的花草和里山的树木外,还可以在生态池观察到各种昆虫和小鱼等水生生物,感受身边的自然环境。

# 志津川湾

拉姆萨尔湿地公约登录年月: 2018年10月  
 登录面积: 5,739公顷  
 所在地: 南三陆町

志津川湾寒流和暖流交汇,同时生长着寒冷海水的海藻(海带)和温暖海水中的海藻(荒布),是颇为罕见的海域。到目前为止已发现有210多种的海藻、海草以及各种生物栖息在这里。这里是东北第一,也是国内第一个被登录为海藻林的海域。



## 观察设施



南三陆町自然环境活用中心

可通过参观栖息在南三陆町的海洋生物标本和图展示,了解丰富的自然环境。



南三陆海洋旅客中心

可参观三陆复兴国立公园的自然与文化展示,设施内还提供大人小孩都可参与的自然体验,自然科学和环境教育项目等活动。

# 伊豆沼・内沼

拉姆萨尔湿地公约登记时间：1985年9月  
 登记面积：559公顷  
 所在地：登米市、栗原市

日本第2个登录为拉姆萨尔湿地公约的淡水湖。即便是严冬湖面也不会结冰。因为湖周边广阔的水田是野鸟的觅食之地，冬季吸引了大量的白额雁和天鹅从远方飞来，使这里成为国内最大规模的候鸟越冬之地。宫城县为了将这片富饶的大自然传承给下一代，专家以及相关团体携手合作，推动沼泽自然生态再生事业。



## 观察设施



宫城县 伊豆沼・内沼自然保护中心(鸟馆)

通过看和触摸等感官的观察，体验湿地的大自然，并从展望台可直接观察鸟类和植物。



登米市伊豆沼・内沼自然保护中心(淡水鱼馆)

以伊豆沼・内沼生态系统的[水]为主题介绍水生动物和植物。



栗原市自然保护中心筑馆馆(昆虫馆)

通过1000多个标本和视频图像介绍栖息于伊豆沼・内沼周边多种昆虫的生态系。

※ 3馆共同休馆日为每周星期一(逢节假日时，为第二天)和节假日的第二天。

# 芜栗沼・周边水田地图

拉姆萨尔湿地公约登录年月：2005年11月  
 登录面积：423公顷  
 所在地：登米市、栗原市、大崎市

这里作为白额雁、豆雁泰加林亚种的越冬地，是全国最大规模的候鸟栖息地，大面积的自然环境得到了完好的保护。

沼泽和水田连成一片，为候鸟提供了良好的食物资源，这也是此次被列入重要湿地的一大特征。周边水田从事冬季水田灌溉(实施冬季水田灌溉，实现与候鸟共生的农业)，作为湿地生态保护的重要方式受到赞誉。



## 芜栗沼观察注意事项

### ●到达沼泽之前上好洗手间

沼泽附近没有观察设施和常设洗手间，请事先上好洗手间。

### ●车辆限制

沼泽中心地带禁止车辆通行。此外，至停车场的道路很窄，大型巴士不得入内。

### ●白额雁齐飞的观察

白额雁齐飞的景观是在日出前20分钟前后可以观察到，因天还很黑，开车和步行都要十分注意。最好前一天确认好道路。

### ●白额雁归于栖息地时的观察

白额雁归于栖息地时的景观是在日落20分钟前后可以观察到。回程时已日落天黑，最好在完全天黑之前回到车里，并离开观察地点。

# 芜栗沼・周边水田地图



晨光与白额雁齐飞 (10月-2月)



飞回栖息地的白额雁 (10月-2月)



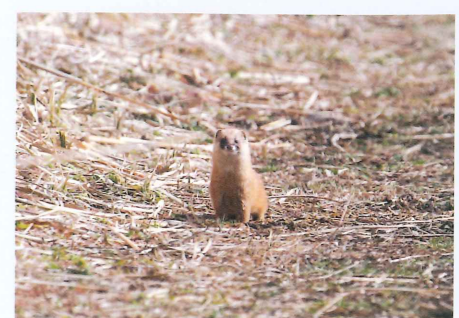
雨久花 (8月中旬-9月初)



豆雁泰加林亚种 (11月-1月)



白腹鸢 (10月-2月)



鼯鼠 (全年)

## 观察野鸟时的注意事项

- 禁止影响周边居民生活和妨碍农业作业等行为。
- 停车后，请立即关闭发动机。
- 因早上湖面候鸟处于睡眠状态，请不要用车灯或相机的闪光灯照射湖面。
- 请不要进入湖面，靠近鸟类，并放收音机等声音，会惊动鸟类。
- 请遵守各设施的规则。



白额雁

---

发 行：宫城县（宫城县环境生活部自然保护课）  
协 助：大崎市、登米市、栗原市、南三陆町  
公益财团法人宫城县伊豆沼・内沼环境保全财团  
发行年月日：2021年12月

---

该地图灵活运用[宫城环境税]。



饭团君 (MUSUBIMARU)