

たかおさん
「オシャレしたい」の巻

「のぶすま」最新号とバックナンバーを高尾山山頂にある、高尾ビジターセンターにて配布しております。
ご希望の方はビジターセンター窓口までお越し下さい。

最近オシャレに目覚めたのよ
わたしはシモバシラ

吸い上げた水分が凍り、氷の華を作ります。

明日はどんな形の氷になるかな...
ドレスみたいな形
ツインテール
大きなりボン

楽しみだな
かわいい形がいっぱい...

このシモバシラ
リーゼントみたい
え〜ん
なんかちがう〜!!

作・絵：わたなべ

Twitterでお知らせ！ 高尾ビジターセンターニュース

高尾ビジターセンターのX(旧Twitter)・Facebookをチェックしていただいているみなさま、いつもご覧いただきありがとうございます！
山頂の気温や天気、旬な自然情報などを毎日発信しています。

高尾ビジターセンター【公式】 @takaovc・11月27日

天気:晴 気温:12.0℃ 富士山展望:☉

今朝(9時時点)の山頂写真をお届け📸
雲海！富士山！！今日は最高の眺めです🌟

#高尾山 #高尾ビジターセンター

「今日は富士山見えるかな〜」と毎朝の富士山観察を楽しみにしていますがこの日は雲海もあり、いつもに増して迫力満点🌟
綺麗なくっきりとした富士山を見ると今日も頑張ろうと気合が入ります。

高尾山山頂から発信！

のぶすま

「のぶすま」とはムササビの古い呼び名です。



vol.78 季刊
2025年 冬号

2つの気候帯がある！？ 高尾山のヒミツ

高尾山がある明治の森高尾国定公園は、八王子市の面積の約24分の1にもかかわらず、約1300種類もの植物が生育しています！多様な植物が見られる理由に、暖温帯と冷温帯という2つの気候帯があることが関係しています。本号では、それぞれの気候帯の特徴や高尾山で見られる冷温帯植物をご紹介します。

冷温帯エリア



4号路などの北側斜面や谷筋は日陰で気温が低く、涼しい気候を好む植物が生育します。地形も急峻です。

- 冷温帯 (落葉広葉樹林)
- 暖温帯 (常緑広葉樹林)
- スギ・ヒノキ林
- 雑木林



暖温帯エリア

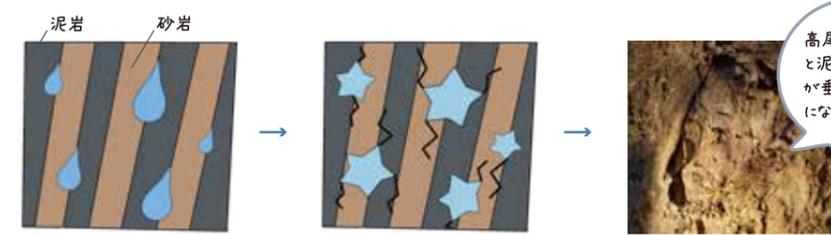


3号路などの南側は、日当たりが良く、暖かい気候を好む植物が生育します。八王子市の大部分は、暖温帯植生が占めています。

植物は気候帯によって生育する種類が変わるんだ。気候帯のはざまにある高尾山は、2つの気候帯の植物があるから種類が多いんだね！

高尾山の冷温帯エリアで起きる凍結破砕作用

地層のすきまにしみ込んだ水が凍結することで破壊力が生じ、岩石を細かく割ってしまう作用のこと。高尾山では冬の北西斜面で起こります。世界的に寒冷だった小氷河期(江戸時代中期頃)は、今よりこの作用が強まり、不安定な表土になったようです。



高尾山は砂岩と泥岩の互層が垂直な地層になっている！



不安定な表土へブナやイヌブナが入り込み、落葉広葉樹林に！暖温帯の植物は生育に厚い土壌が必要なため、北側を中心に生育できなくなりました。

解説員 くらむ vol.40

高尾山には歩き達人がいる

私は身近な人から姿勢の悪さを指摘されることが多々あります。特に姿勢は歩き方に影響するため、通勤登山が欠かせないこの仕事を続ける上で、安全の側面からも姿勢の悪さを改善する必要があります。ある時、都内の自然公園で登山道の整備や、パトロールなどを行う「東京都レンジャー」の皆さんと歩く機会がありました。彼らの歩く距離はさまざま、年間で約千km以上も歩く方がいるそうです。その上、時には20kg近いザックを背負うというので驚きです。彼らのことを「歩き達人」と呼んでも大げさではありません。

私は「姿勢、歩き方改善のチャンス！」と思い、この機会に達人たちの歩き方を注視する事にしました。都レンジャーの皆さんは、背中に棒が入っているかのように姿勢がよく、スルスルと山を歩いて行きます。また、脚運びを注意深く観察してみると、姿勢を保つために足を置く位置に意識を向けていたり、滑らないように重心を落として歩いている事に気が付きました。

日頃から登山道を歩く達人にとっての当たり前が、私には大きな発見でした。これからは達人たちの姿勢や歩き方を意識し、少しでも達人に近づけられるように研鑽したいと思えます。

〈解説員 おざき〉

高尾山内の冷温帯植物

ブナ



本来、関東のブナは標高700m以上に分布するため、低山にあるのはめずらしいことです。今、高尾山で見られるブナは小氷河期に成長した生き残りと言われていいます。現在は冬場の乾燥と気温の上昇により、ブナの幼樹の生育には適しません。高尾山のブナは、中身がスカスカの実が多く、新しいブナの木が育つのは難しいと言われています。

見られる場所：1号路中腹、4号路北側斜面
樹齢：およそ250～300年ほど

高尾山で見られるなんておどろき!



イヌブナ



ひこばえが出ているのが特徴。2018年にはたくさん実をつけて大豊作な年もありました。

ホオノキ



落ち葉でお面も作れるくらい、ビックサイズ!大きなホオノキは1号路や山頂付近で見られます。

メグスリノキ



赤く紅葉するカエデの仲間! ケーブルカー高尾山駅付近や金毘羅台で見られます。

オクモミジハゲマ



くるりとした花びらが可愛い、秋に咲く花。1号路の中腹や4号路で見られます。

アズマイチゲ



木の葉が芽吹く前に花が咲きます。葉は2ヵ月程で枯れますが、地下茎は何年も生きる多年草。

北側斜面の下部は、地下水がしみ出して湿った環境になるんだ。そのおかげで、蛇滝コースや駒木野遊歩道でアズマイチゲなど早春の花が見られるよ!



おわりに

高尾山は小さな山ですが、2つの気候帯の境目に位置していることと、薬王院を中心に豊かな自然が現代まで守られてきたという、なんとも幸運な条件が揃った山!冷温帯に多い植物に注目してみると、同じ山なのに場所によって見られる植物がかなり変わることを実感できます。ちょうど冬の時期は、葉が落ちて2つの気候帯の境目が観察しやすい時期。それぞれの気候帯にはどんな違いがあるのか、冬から1年間の様子を追っていくと、みなさんにとっても新しい発見があるのではないのでしょうか。

〈解説員 かわまた〉

〈参考文献〉

『大人の遠足BOOK 自然を読み解く山歩き』小泉武栄著、『多摩の自然第82号 特集 高尾山の自然』八王子市自然友の会著、『明治の森高尾国定公園の植物』東京都西武緑地事務所著、『高尾山の自然・文化・歴史文献資料集』高尾山自然保護実行委員会著、『地図中心 587号 特集 高尾山』一般財団法人日本地図センター著、『図説 日本の植生第2版』福嶋 司著、『ハイベスト教科辞典 植物の世界』Gakken著

高尾山には「山椒魚」がいた

ヒガシヒダサンショウウオ

さんしょううお



高尾山の れきし

vol.40

皆さんはサンショウウオという生き物をご存じでしょうか。

高尾山では1960年代までヒガシヒダサンショウウオという種類が確認されていたのですが

環境の変化に伴って姿が見られなくなり、現在は生息していないと考えられています。

サンショウウオがいた頃の高尾山はどんな山だったのでしょうか?

ヒガシヒダサンショウウオ(以降、ヒガシヒダ)は全長10〜18cm、山地の渓流沿いの森林に生息し、都内では多摩地域の西側に分布します。見た目の特徴として、まるで体に金粉を振りかけたような鮮やかな黄色斑紋がとても美しい種類です。その美麗な見た目から販売目的の違法採取が減少要因となりつつあります。また、生息環境の変化により全国的に数が減っているため、東京都レッドリスト2020(南多摩)では絶滅危惧IB類(近い将来における野生での絶滅の危険性が高い生物)に指定されています。

高尾山周辺におけるヒガシヒダの記録としては、1960年代まで環境庁による分布調査等で生息が確認され、6号路を流れる「前の沢」や蛇滝を流れる「行の沢」、高尾山の北側にある「日影沢」「小下沢川」で実際に泳ぐ姿が見られていました。調査では成体の他、幼体も発見されており、当時の高尾山の溪流が水質の良い繁殖に適した環境だったことも分かっています。なお、過去の文献には「高尾山周辺はヒダサンショウウオの分布東限の生息地である」という記述もあります。

それでは何故ヒガシヒダは高尾山から消えてしまったのでしょうか。ヒガシヒダを含めた山地渓流性のサンショウウオの仲間には、生息地として「繁殖期に産卵するための清らかな溪流」と「非繁殖期に暮らすための湿潤で餌資源が豊富な森林」の両方が必要です。高尾山には現在も豊かな森林が残っていますが、水環

境を見ると昔に比べて沢水等の水量は減ってしまっているようで、過去の文献には「昭和30年代(1955年頃)から(水の)量が減り、汚れる」という記述もあります。この水環境の変化がヒガシヒダの生息に影響を与えた一因なのではないかと個人的に考えています。

高尾山には水環境と繋がりの深い両生類が現在も多数生息しており、その中にはヒガシヒダのように東京都の絶滅危惧種に指定されるモリアオガエルやカジガエル等の希少な種類も含まれます。山から流れ出る沢水は登山者の疲れを癒したり活力を与え、高尾山に暮らす多くの生き物にとっても生命維持に欠かせない大切な資源です。高尾山に生きる仲間たちを将来的に失わないように、登山時は水環境を含めた身近な自然を大切にしていきたいことで、いつか高尾山でヒガシヒダの生き生きと泳ぐ姿を再び見られる日が来るかもしれません。

〈解説員 なかの〉

参考文献・環境庁(1978)「第2回自然環境保全基礎調査 動物分布調査報告書(両棲類・は虫類) 東京都」、『アサヒタウンズ編(1987)「東京の山高尾山 身近な自然を考える」』、『草野保ほか(2001)「東京都におけるヒダサンショウウオとハコネサンショウウオの生息分布」』、『塩谷暢生ほか(2002)「高尾山周辺には今でもヒダサンショウウオが生息しているか?」』、『草野保ほか(2002)「東京都奥多摩における渓流性サンショウウオ2種の分布と生息に係る要因」』、『東京都環境局(2023)「東京都レッドデータブック2023」

解説員の



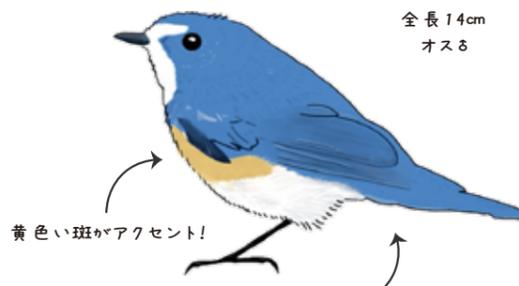
vol.36

ルリビタキ

美しい瑠璃色はベテランの証

冬に高地から降りてくる「漂鳥」

全長14cm オス



黄色い斑がアクセント!

その名に恥じない瑠璃色 4年目でやっと羽の先まで青くなる

多くの野鳥は1年で大人の羽の色になるのに対し、ルリビタキのオスは大人になっても完全な瑠璃色の羽をまとうまで4年かかると言われています。小型野鳥の平均寿命が1〜2年であることを考えると、この美しい羽は厳しい自然界を生き抜いた勲章と言えますね!森で見かけたらそっと労わりましょう。

見られる時期：11月から2月ごろ
見られる場所：山内のやぶの中、5号路など

〈解説員 おかだ〉