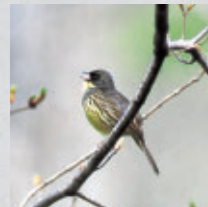


長野市ウォーキングマップ 飯綱・戸隠版



凡 例			
—	おすすめウォーキング		線
—	おすすめウォーキング		私 鉄 線
—	おすすめウォーキング		ケーブルカー・リフト
---	遊 歩 道		県 界
---	高 速 道 路		市 界
---	国 道		町 界
---	主 要 道		国 立 公 園 界
---	そ の 他 の 道 路		
○	役 所	㊦	寺
⊗	官 公 署	㊦	神 社
×	交 差 点	㊦	電 塔
×	消 防 署	㊦	三 角 点
⊕	郵 便 局	㊦	滝
⚡	電 気 局	㊦	バス 停
⚡	電 気 局	㊦	トイレ
⚡	電 気 局	㊦	駐 車 場
⚡	電 気 局	㊦	ホ テ ル
⚡	電 気 局	㊦	ゴ ル フ 場
⚡	電 気 局	㊦	温 泉
⚡	電 気 局	㊦	カ ャ ン プ 場
⚡	電 気 局	㊦	好 展 望 地
⚡	電 気 局	㊦	城 跡
⚡	電 気 局	㊦	記 念 碑
⚡	電 気 局	㊦	サ ク ラ
⚡	電 気 局	㊦	健 脚 コース
⚡	電 気 局	㊦	野 鳥 スポット
⚡	電 気 局	㊦	戸 隠 古 道 ロードサイン (拓本集印ポイント)

戸隠・飯綱周辺の野鳥



アオジ
黄色い腹に黒斑。緑っぽい頭。湿原の林に多い。植物の種子や昆虫を食べる。夏鳥。



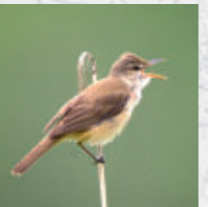
アカガラ
白黒で下腹が赤い。くちばしは鋭く樹幹に穴をあけ、虫を採食するが木の実は食べず。留鳥。



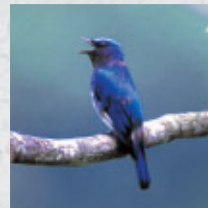
アカハラ
胸と腹の両側に美しい濃茶赤色が特徴で、背は緑っぽい褐色。留鳥。



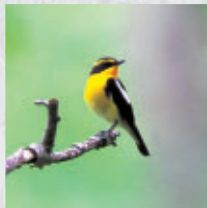
イカル
くちばしは太く短く、鮮やかな黄色。体は灰色で、頭は黒褐色。よくとる声で鳴く。留鳥。



オオヨシキリ
主色が淡い茶色。湿原などで生活し、繁殖します。巣は茎の上に作り、虫を主食とする夏鳥。



オオトリ
雄の頭から尾にかけてあざやかなルリ色で、深谷など急斜面で生活することが多い夏鳥。



キビタキ
雄は黄・白・黒の配色が美しく、明るい広葉樹林で生息。巣は木のほら穴に造ります。夏鳥。



クロツグミ
地上生活が多く、多種多様で美しく鳴き、他の鳥の鳴き真似もします。舞い立ちに必ず鳴く習性があります。夏鳥。

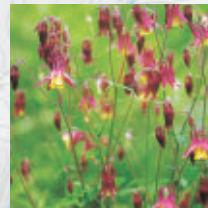


コルリ
雄の背面はルリ色、下面は白色、頸線は黒色で美しい姿。低山帯からブナ林まで分布。夏鳥。



コムクドリ
雄は頬に赤褐色の斑模様。人家の屋根のすき間や木のほら穴で繁殖。夏鳥。

戸隠・飯綱周辺の植物



ヤマオダマキ
キンボウゲ科の多年草。初夏に、クリーム色または紫褐色の大きな花を数個、下向きにつけます。



ソバの花
ソバ畑は、最盛期には一面真っ白に。夏そばと秋そばがあり、花の見ごころは年に2回訪れます。



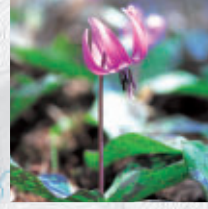
ニリンソウ
ひとつひとつはかわいらしく咲き、白いじゅうたんを敷いたような群生は圧巻です。



リュウキンカ
湿原に黄色いじゅうたんを敷き詰めたように群生し、春にはミズバショウと一緒に咲いています。



シロバナエンレイソウ
林内に生える多年草で、長さに幅の広い大きな葉をつけ三枚輪生しています。



カタクリ
落葉樹林に群生、早春に下を向いた薄紫から桃色の花を咲かせます。葉には帯紫色の模様があります。



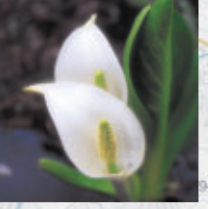
クガイソウ
草丈は1m前後になり、紫色の長い花穂をつけます。4〜6枚の輪生する葉が層をなして茎につき、9層であることから名付けられました。



トガクシショウマ
雪が溶くまで残る樹林下の傾斜地に生えます。戸隠で初めて発見されました。1属1種の日本特産種で、絶滅が危惧されています。



レンゲツツジ
高さ1〜2mの落葉低木で、直径5cmほどの漏斗状の朱赤色の花をつけます。初夏を彩る花です。



ミズバショウ
5〜6月頃、湿地や湿原に咲きます。花びらのように見える白い部分は葉の変形したもので、群生はみごとです。