新宿区
区民参加型モニタリング
いきものさがし 2026

今回調査してもらいたいのは

指標種（新宿区が定めたもの15種）

その他の動物や野鳥

いきものさがし とは？

みなさんが調査員となって
新宿区内の生き物を探したり調べたりします

どんなことがわかるの？

新宿区にどんな生き物がいるのかが分かり
生き物の多様性を保つための記録になります

参加はかんたん！3ステップ

① 見つける
生き物を探そう

②「いきものみつけたシート」に記録する
見つけた生き物・場所・日時を書いてみよう

③ 送る
記録したものを、郵送、窓口、区ホームページの報告フォームなどで提出

生き物を探す場所のポイント

いきものをさがす時の注意点！

人の迷惑にならないようにさがそう
生き物をおどろかさないようにさがそう
生き物のすみかを壊さないようにしよう
よく観察したら元あったようにもどしてあげよう
危ない場所や生き物に気を付けよう
ゴミは必ず持ち帰ろう

実施期間

2026年 7月 15日（水）から
2026年 12月31日（木）まで

いきものさがし2026
特設ページ

ページ内報告フォームよりみつけた生き物の報告もできます

いきものさがし 参加者のうち、ご希望の方には
後日、野鳥や昆虫が好む植物の種をプレゼントをします！
ご希望の方は、「いきものみつけた」シートのプレゼント
申し込み欄にお名前とご連絡先（住所等）をご記入ください。

いきものみつけたシート 提出先・問合せ先

〒160−8484
新宿区歌舞伎町1−4−1
新宿区みどり土木部みどり公園課みどりの係 宛
Eメール：shinsei-midori-koza@city.shinjuku.lg.jp
TEL：03-5273-3924 FAX：03-3209-5595

※Eメールでご提出の場合は、件名を「いきものさがし2026」としてください
※Eメールで写真を送る場合は、一度に3MB程度の容量としてください
※いただいた写真は原則として返却いたしません
※いただいた写真をニュースレター等で使用させていただく場合がございます

発行：新宿区みどり土木部みどり公園課　編集：(一社)セルズ環境教育デザイン研究所

新宿区で定めた指標種

街中で みつけやすい生き物

ツバメ
全長17cmほどで長い尾が特徴で空中を飛んでいる虫を餌としている

ニホンカナヘビ
全長20cmほどで　ザラザラとした体表と長い尾が特徴

ツマグロヒョウモン
開長60mmほど　豹がらのハネが特徴的で後ろ翅のふちに黒いフリル模様がある

ナガサキアゲハ
開長10cmほどで4～10月頃に市街地や里山で見られる　オスは黒色でメスは赤と白の模様がある

タマムシ
体長35mmほどで7～8月頃に見られる　緑色で金属光沢のある美しい甲虫

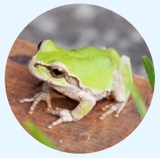
草地や林で みつけやすい生き物

コゲラ
全長15cmほどで こげ茶色の体に白い斑点があるのが特徴
ギィーギィーと鳴く

カブトムシ
オスは大きな角があり 角をのぞいて体長30～50mmほど
クヌギなどの樹液を好み　夜に活動する

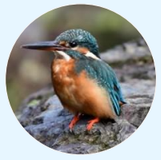
アカボシゴマダラ　外来種
開長80mmほどで夏型には翅に赤い模様があるが　春型にはない
幼虫はエノキを食べて育つ

水辺で みつけやすい生き物



ヒガシニホンアマガエル
背側は黄緑で腹側は白く
目の後ろに黒い筋のような模様がある

カルガモ
全体的に黒と茶色で足はオレンジ
クチバシは黒く　先っぽが黄色く目立つ



カワセミ
全長17cmほどで 長いくちばしを持ち 羽色が鮮やかで
飛ぶ宝石と呼ばれる

カイツブリ
水にもぐるのが得意
水草で水面に浮く巣を作り
子育てをする

マガモ
冬に見られる渡り鳥 オスは頭が緑で胸は茶色　メスは全身茶色で黒い模様がある

アメリカザリガニ　外来種
成体は赤から赤褐色で
全長10cm程度　河川や池など様々な浅い水辺に生息

ミシシッピアカミミガメ　外来種
日光浴が好きで
目の横の赤い模様が特徴

指標種とは…
特定の条件（環境）に生息する生き物で その生き物がどれくらい生息しているか調べることで その場所がどんな環境か評価することができます

この他にも見つけた生き物をどんどん教えてね

都心でみられる動物

動物達は街中でも工夫を凝らしながら生活をしています。
しかし ヒトと生活圏が重なるがゆえに害獣として扱われることも多いです。

ホンドタヌキ
本州・四国・九州に生息し 雑食性で人里近くに生息する

ハクビシン
顔の白い縦線と灰色の体が特徴的であり
夜行性の雑食性

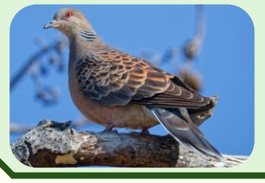
ネズミ類
雑食の夜行性で
狭い通路も利用することができる

アブラコウモリ
小型昆虫類を主食とし夕方から餌を探して飛び回る

都心でみられる野鳥

野鳥は美しい羽や鳴き声をもつ、身近で観察しやすい生き物です。
季節や場所によって異なる種を観察できるのも魅力の1つです。

カワラバト(ドバト)
濃い灰色の頭と緑色光沢の首と赤紫色の光沢の胸が特徴



キジバト
全体が茶褐色で
デーデーポッポーと
独特な鳴き声

ハシブトガラス
全身黒色で光沢がある
クチバシが太く
額が盛り上がる

オナガ
黒い頭と長い尾が特徴
ギィーイギュイギュイと
独特な鳴き声が印象的

シジュウカラ
頭部は黒く 胸から腹にかけて黒い線が通るのが特徴

ハクセキレイ
頭と背が黒色で
額から頬と腹部が
白色なのが特徴

メジロ
鮮やかな黄緑色の体に
眼の周りの白い輪が
特徴

ムクドリ
黒褐色の体に白い頬
オレンジ色のクチバシと
脚が特徴

ヒヨドリ
全体的に灰褐色で
耳周りが茶褐色
ヒィーヨ ヒィーヨと鳴く

アオゲラ
頭部が赤く 背中から翼にかけて鮮やかな緑色
樹木をドラミングする