

かんが
みんなであらうとしまのせいぶつたようせい
生物多様性

としま 生きもの ガイドブック

 豊島区
TOSHIMA CITY

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



としま生きものガイドブック

発行：2026年2月

豊島区 環境清掃部 環境政策課
編集協力：株式会社 生態計画研究所



この冊子は環境に配慮し、FSC® 認証材及び管理材料からつくられています。
印刷に植物油インキを使用し、廃液の排出を少なくした水なし印刷方式を採用しています。

この冊子を作成した際に排出したCO₂750.9kgは、カーボンフリーコンサルティング(株)を通じてオフセットされ地球温暖化対策に貢献します。

はじめに

まとまったみどりが少ない豊島区でも、たくさんの生きものが、わたしたちの身近なところにくらしています。このガイドブックでは、これまでの調査で見つかった区内の身近な生きものの一部を紹介しています。

生物多様性(3～4ページで紹介)を理解するには、まずは身近な生きものを知ることが大切です。ふだんはあまり気づきませんが、みなさんの身近なところにも、生きものたちはくらしています。ガイドブックを持って、生きものたちをさがしてみませんか？

もくじ

はじめに	1
ガイドブックの使い方	2
生物多様性とは？	3
生きものをさがしてみよう	5
生きもの見どころマップ	7
コラム① 区役所屋上庭園「豊島の森」	9
コラム② 公園で身近なみどりを楽しもう	10
昆虫類	11
コラム③ 夜の観察に出かけてみよう！	14
鳥類	19
コラム④ 生きものとのつきあい方～条件付特定外来生物について～	24
植物	25
その他の生きもの	31
区役所の取組	33

ガイドブックの使い方

この本では豊島区内で見られる生きものを紹介します。家のまわりや公園、学校などでさがしてみましょう。

ガイドブックの使い方

【環境・時間帯などを表すマーク】



公園などの木が集まっています



芝生や草で地面がおおわれている所



池や水路、河川など水のある所



家や商店などが建ち並んでいる所



夜に見られる生きもの



声をきいてさがす生きもの

見つけやすさ

- ★★★ 比較的見つけやすい
- ★★ 見つけるには少しコツがいる
- ★ 数が少なかったり、見分けにくく、さがしにくい

アゲハ (ナミアゲハ)



アゲハチョウ科

●見つけやすさ：★★★

●見られる時期：4～10月

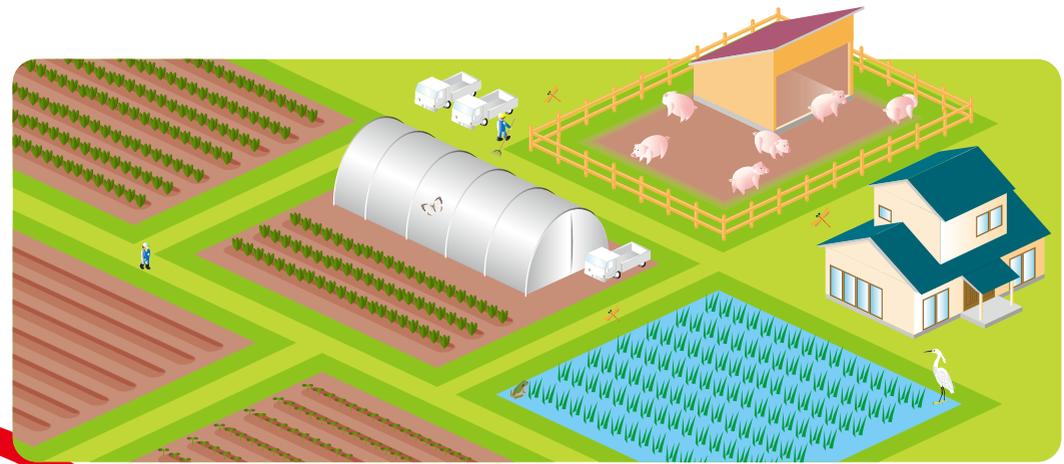
黄色いはねに黒の筋もようがあるアゲハチョウです。幼虫はナツミカンやサンショウなどのミカン科の植物の葉を食べ、成虫は花のみつを吸います。

◆広げたはねの幅：6.5～9cm

大きさは、生きものを調べる時に役立ちます。

せいぶつ た ようせい 生物多様性とは？

地球上には、いろいろな持ちようを持った、たくさんの生きものたちが、いろいろな場所でくらしています。わたしたち人間も、生きもののひとつです。その生きものたちすべてが、お互いに何らかの形で関わり合って生きていることを、生物多様性といいます。



食べ物

でんとう
伝統文化・
まつり

水

木材・
くすり

自然に守られる
私たちの暮らし

魚・貝

燃料



わたしたちは、毎日食事をとり、安心できる家で暮らし、時には海や山などでレジャーを楽しむなど、快適な暮らしをしています。そうした暮らしができるのは、生物多様性の恵みに支えられているからです。

生きものをさがしてみよう

ちょっとしたコツをつかんで、身近な生きものをさがしてみよう。

池

池のまわりでトンボをさがしてみよう。



オオシオカラトンボ

トンボは池に卵を産みに来たり、池のまわりの草むらにいる昆虫を食べます。

木や草は太陽の光をあびて酸素をつくれます。葉は昆虫などの食べ物になります。

木の上

鳥やセミの声をたよりに木の枝や幹をさがしてみよう。



ヒヨドリ

ヒヨドリは昆虫や木の实を食べます。



アブラゼミ

セミは木の樹液を吸い、鳥などに食べられます。



オンブバッタ

バッタは葉を食べ、鳥などに食べられます。

草むら

草の上や葉っぱのうらを見てみましょう。



ニホンヤモリ

ヤモリは夜にあまりにあつ集まった昆虫を食べます。

おぼろ葉の下

落ち葉の下にダンゴムシやミミズがいるかもしれません。



オカダンゴムシ

ダンゴムシやミミズは落ち葉を食べて、フンをして、土にかえりやすくします。

花だん

花のみつを吸いにきたチョウやハチをさがしてみよう



アゲハ(ナミアゲハ)

チョウやハチが体に花粉をつけて花から花へ運ぶと、植物は実をつけることができます。

たてももの建物の軒下

ツバメが軒下に入ったり、巣があるかもしれません。



ツバメ

ツバメは人をガードマンのかわりにしています。

たてももの建物のすき間、かべ

家のまわりに家守(ヤモリ)が、いるかもしれません。



生きもの見どころマップ

としまく 豊島区のいろいろな生きものをさがしに行ってみましょう！

ツマグロヒョウモン

ちきゅうおんだんか 地球温暖化で南の地方から移動してきたといわれ、近年、区内でもよく見られるようになりました。



アズマヒキガエル

たまごう みずべ 2～3月に卵を産みに水辺に来ます。それ以外の時期は物かげや落ち葉の下などにいます。



モンシロチョウ

ようちゅう 幼虫は、キャベツやカブなどアブラナ科の植物の葉を食べて大きくなります。



ショウリウバッタ

頭のとがったバッタです。オスとはびながら、「キチキチキチ」と鳴きます。草むらで見られます。



ミンミンゼミ

「ミンミンミンミン」
と鳴く、おなじみのゼミです。



池袋の森

池袋

染井霊園

染井

駒込

アゲハ (ナミアゲハ)

「豊島の森」に咲いている花のみつを吸いに来ていました。



南長崎はらっぱ公園

千早フラワー公園

目白の森

南池袋公園

イケ・サンパーク

東池袋

豊島区役所

スマレ

昔は道ばたに普通に
はえていました。舗装
されていない路のある
雑司ヶ谷霊園では、
まだ見られます。



シオカラトンボ

草地などで昆虫をとらえて食べます。水の中に卵を産み、幼虫(ヤゴ)は水の中でくらし

ニホンヤモリ

家のまわりにすんでいて、虫を食べてくれるので、家守(やもり)とよばれます。



学習院大学

雑司ヶ谷霊園

コガモ

冬越しのために日本にやってくる渡り鳥です。オスは茶色い頭で目のまわりが緑色、おしりの方に黄色いもようがあります。



神田川

コラム①

くやくしよおくじょうていえんとしま
区役所屋上庭園「豊島の森」

区役所10階屋上庭園「豊島の森」は豊島区のかつての自然をイメージして造られ、区の植生や生態など自然のしくみを学びながら憩える場となっています。

「豊島の森」では、さまざまな生きものが見られます。シジュウカラ、ヒヨドリなどの鳥、花のみつを吸いに来たアゲハ(ナミアゲハ)、夏には、セミが木の上で鳴いている姿も見られます。水辺があるので、シオカラトンボやアキアカネなどのトンボもやってきます。都市の中の小さな森で、たくさんの植物や生きものたちと出会い、自然の中の大きな命のつながりを感じてみませんか。



シジュウカラ



アゲハ(ナミアゲハ)



アキアカネ

「としまの森・ちちぶ」「としまの森・みのわ」

区は姉妹都市である秩父市・姉妹友好都市である長野県箕輪町と協定を結び、森林整備を行っています。整備した森林をそれぞれ、「としまの森・ちちぶ」「としまの森・みのわ」と名付け、区民のみなさんの環境学習や相互交流の場として活用しています。自然体験も伴う環境交流ツアーも行っています。都会では味わうことのできない自然体験を、みどり豊かな「としまの森」でしてみませんか。



としまの森 ちちぶ (左写真)
所在地: 埼玉県秩父市
アクセス(推奨):
西武秩父駅から西武観光バス・ミュージアムパーク線に乗り、「音楽寺」停留所まで約15分、バス停から徒歩7分



としまの森 みのわ (上写真)
所在地: 長野県上伊那郡箕輪町中箕輪ながた自然公園内
アクセス(推奨): 伊北ICから2km 5分
JR 飯田線 伊那松島駅下車タクシー10分
※冬季期間(12月~3月)は、休園中のため入れません。

コラム②

みぢか
公園で身近なみどりを楽しもう

としまみどりの防災公園 (イケ・サンパーク)

2020年12月、区内最大面積である「としまみどりの防災公園」がグランドオープンしました。「イケ・サンパーク」との愛称で、多くのかたに親しまれています。「防災公園」としての機能も持ち合わせる公園ですが、みどりもとても豊かです。

としま生きものさがし(区民参加型生きもの調査)(34ページ参考)では、この公園から多くの生きものの発見情報が報告されています。



としま生きものさがしでの発見情報

所在地: 豊島区東池袋4丁目42番
開園時間: 5時~22時
(公園管理事務所8時~17時)

みなながさき
南長崎はらっぱ公園

園内には花壇やビオトープ、芝生が広がり、身近な自然を楽しむことができます。色とりどりの花が咲く花壇にはチョウやハチ、区内では貴重な水辺となるビオトープにはカエルやトンボがやってきます。地域団体が区と連携して定期的な管理を行っており、人も生きものも共に楽しめる環境となっています。



夏にはヒメスイレンの花も咲くビオトープ

所在地: 豊島区南長崎6-1-20