



満潮の前後約1~2時間程度が  
水鳥の観察に適しています

日	1	満	1 : 40 ( 4.5 m )	満	14 : 42 ( 4.1 m )	干	8 : 24 ( 2.3 m )	干	20 : 28 ( 2.7 m )
月	2	満	2 : 35 ( 4.2 m )	満	16 : 19 ( 4.0 m )	干	9 : 45 ( 2.3 m )	干	22 : 06 ( 2.9 m )
火	3	満	4 : 03 ( 4.1 m )	満	17 : 51 ( 4.2 m )	干	11 : 07 ( 2.1 m )	干	23 : 43 ( 2.8 m )
水	4	満	5 : 31 ( 4.2 m )	満	18 : 54 ( 4.5 m )	干		干	12 : 10 ( 1.8 m )
木	5	満	6 : 33 ( 4.5 m )	満	19 : 43 ( 4.8 m )	干	0 : 49 ( 2.6 m )	干	13 : 01 ( 1.5 m )
金	6	満	7 : 23 ( 4.7 m )	満	20 : 26 ( 5.1 m )	干	1 : 40 ( 2.4 m )	干	13 : 47 ( 1.2 m )
土	7	満	8 : 07 ( 5.0 m )	満	21 : 07 ( 5.3 m )	干	2 : 23 ( 2.1 m )	干	14 : 30 ( 1.0 m )
日	8	満	8 : 50 ( 5.3 m )	満	21 : 45 ( 5.5 m )	干	3 : 03 ( 1.9 m )	干	15 : 12 ( 0.8 m )
月	9	満	9 : 32 ( 5.4 m )	満	22 : 21 ( 5.6 m )	干	3 : 42 ( 1.7 m )	干	15 : 52 ( 0.7 m )
火	10	満	10 : 12 ( 5.5 m )	満	22 : 55 ( 5.7 m )	干	4 : 18 ( 1.6 m )	干	16 : 30 ( 0.7 m )
水	11	満	10 : 50 ( 5.5 m )	満	23 : 26 ( 5.7 m )	干	4 : 53 ( 1.5 m )	干	17 : 05 ( 0.7 m )
木	12	満	11 : 27 ( 5.5 m )	満	23 : 56 ( 5.6 m )	干	5 : 26 ( 1.5 m )	干	17 : 39 ( 1.0 m )
金	13	満		満	12 : 04 ( 5.3 m )	干	5 : 59 ( 1.5 m )	干	18 : 13 ( 1.3 m )
土	14	満	0 : 26 ( 5.4 m )	満	12 : 46 ( 5.0 m )	干	6 : 34 ( 1.5 m )	干	18 : 51 ( 1.7 m )
日	15	満	0 : 59 ( 5.1 m )	満	13 : 37 ( 4.7 m )	干	7 : 18 ( 1.7 m )	干	19 : 39 ( 2.2 m )
月	16	満	1 : 42 ( 4.8 m )	満	14 : 50 ( 4.4 m )	干	8 : 17 ( 1.8 m )	干	20 : 51 ( 2.6 m )
火	17	満	2 : 45 ( 4.5 m )	満	16 : 36 ( 4.4 m )	干	9 : 41 ( 1.8 m )	干	22 : 37 ( 2.8 m )
水	18	満	4 : 20 ( 4.4 m )	満	18 : 18 ( 4.6 m )	干	11 : 15 ( 1.7 m )	干	
木	19	満	5 : 56 ( 4.6 m )	満	19 : 30 ( 5.0 m )	干	0 : 17 ( 2.7 m )	干	12 : 34 ( 1.4 m )
金	20	満	7 : 08 ( 4.9 m )	満	20 : 24 ( 5.4 m )	干	1 : 29 ( 2.3 m )	干	13 : 39 ( 1.1 m )
土	21	満	8 : 06 ( 5.3 m )	満	21 : 11 ( 5.6 m )	干	2 : 23 ( 1.9 m )	干	14 : 33 ( 0.8 m )
日	22	満	8 : 55 ( 5.5 m )	満	21 : 51 ( 5.7 m )	干	3 : 09 ( 1.6 m )	干	15 : 19 ( 0.7 m )
月	23	満	9 : 38 ( 5.7 m )	満	22 : 25 ( 5.8 m )	干	3 : 49 ( 1.5 m )	干	15 : 58 ( 0.6 m )
火	24	満	10 : 16 ( 5.7 m )	満	22 : 53 ( 5.7 m )	干	4 : 24 ( 1.4 m )	干	16 : 31 ( 0.8 m )
水	25	満	10 : 49 ( 5.6 m )	満	23 : 16 ( 5.5 m )	干	4 : 54 ( 1.4 m )	干	16 : 59 ( 1.0 m )
木	26	満	11 : 49 ( 5.4 m )	満	23 : 35 ( 5.4 m )	干	5 : 20 ( 1.4 m )	干	17 : 22 ( 1.3 m )
金	27	満	11 : 47 ( 5.2 m )	満	23 : 52 ( 5.2 m )	干	5 : 42 ( 1.5 m )	干	17 : 44 ( 1.6 m )
土	28	満		満	12 : 16 ( 4.9 m )	干	6 : 04 ( 1.7 m )	干	18 : 07 ( 2.0 m )
日	29	満	0 : 11 ( 4.9 m )	満	12 : 51 ( 4.5 m )	干	6 : 30 ( 1.9 m )	干	18 : 35 ( 2.4 m )
月	30	満	0 : 35 ( 4.6 m )	満	13 : 40 ( 4.2 m )	干	7 : 07 ( 2.1 m )	干	19 : 17 ( 2.8 m )
火	31	満	1 : 10 ( 4.2 m )	満	15 : 08 ( 3.9 m )	干	8 : 13 ( 2.4 m )	干	20 : 45 ( 3.2 m )

ボランティアガイドをご利用ください! (無料)

- 時間：土日祝日の概ね9時30分～15時30分
- 受付：東よか干潟ビジターセンターひがさす
- ※対応不可の場合もあります。

ひがさすからのお知らせ

ひがさすField School 「プラゴミでアート!？」  
8月1日(日) 10:00～12:00 海洋プラスチックごみを使った工作を行います。  
参加者募集中! 詳しくはひがさすにお問い合わせください。

望遠鏡をのぞいてみよう!



- 海岸の堤防やひがさす展望棟にある望遠鏡をのぞいてみよう。
- 広大な干潟の風景や、干潮時にぴょんぴょん飛び跳ねるムツゴロウなどを観ることができますよ!
- \*望遠鏡は定期的に消毒しています。