



辽宁日报

**最辽宁**  
ZUI LIAONING  
每周推介

2026年3月20日 星期五

二月 初二  
丙午年 辛卯月 癸巳日

**06**

责任编辑 许维萍 视觉设计 于雷 检校 冯赤 马松波



春鸟焕新绿

主笔 刘璐

“认识一下，我是纯鹭人。”  
“你好，我是观鹭主。”  
“请问哪有好吃的冰鹈鹑？”……

哈哈！是不是看得一头雾水？这无厘头的对话其实是观鸟圈的专属谐音梗！比如，“纯鹭人”“观鹭主”分别指偏爱鹭科鸟类和鹈鹑科鸟类的观鸟爱好者，而“冰鹈鹑”则是对小小鹈鹑的昵称。

近几年，随着生态环境不断向好，可爱的鸟儿重回人们的视野，每到迁徙季，更有限定版“鸟浪”惊艳登场，漫天飞舞、气势磅礴，让人能真切感受到“北冥有鱼，其名为鲲”“化而为鸟，其名为鹏”的浪漫与震撼。也正因如此，越来越多的人走出家门，共赴这场与鸟儿的春日之约。

辽宁，当仁不让的观鸟胜地！地处东亚—澳大利亚全球候鸟迁徙通道的关键节点，坐拥鸭绿江口湿地、辽河口湿地等“黄金驿站”，远道而来的候鸟真的没有理由不爱这里。数据是最好的证明——目前，全省已记录的鸟类457种，约占全国总数的32%，不仅有丹顶鹤、青头潜鸭等国家一级保护鸟类，也有凤头鸊鷉、中华秋沙鸭、黑脸琵鹭等鸟中“明星”。

春鸟焕新绿，万物竞芳华。随着和风渐起、草木返青，大批候鸟也翩跹归来，把辽宁的天空与滩涂，变成自己的秀场。看！沈阳浑河，成群的赤麻鸭、绿头

鸭等嬉戏玩耍；本溪太子河，斑头秋沙鸭、赤膀鸭、鹊鸭、绿翅鸭刚刚落地“中转站”，准备饱餐一顿；丹东宽甸满族自治县白鹳村，首批白鹳也已抵达；盘锦大洼区三角洲水库上，数以万计的鸥类候鸟或低空掠过水面，或振翅直冲云霄。

而这样灵动的身影，并非只点缀着河畔湿地，它们更乘着春风，飞向山林间、城市里、田野上，为辽沈大地增添无限的生机与诗意，鸟鸣声声唤醒沉睡的大地与春光。越来越好的生态，越来越近的相遇，我们走在路上，或许不经意间就会和这些“空中舞者”撞个满怀。

如此肆意的飞翔，自然也离不开悉心的守护。为了给候鸟提供舒适的栖息环境，我省严厉打击破坏鸟类资源违法犯罪活动，建立了各级各类自然保护地264处，其中自然保护区97处，保护了75%的国家重点保护鸟类和90%的鸟类集中分布种群。通过增补食物来源、营造微小适生环境等措施，修复了黑嘴鸥、丹顶鹤等珍稀濒危鸟类栖息地。

众鸟引客来。如今，观鸟早已褪去“小众”的外衣，成为人们亲近自然的新风尚，而这场对飞鸟的追寻，也成为更多人走进了辽宁、认识辽宁的独特窗口，成为辽宁展现魅力的生态名片。

嘘，你听，精灵又在歌唱。莫负好春光，快快出门吧！



3月16日，盘锦市大洼区三角洲水库的冰面边缘和水面上，数以万计的绿头鸭、针尾鸭等候鸟在休憩、嬉戏、觅食，不时成群起飞形成铺天盖地的“鸟浪”，场面十分壮观。

3月9日，沈阳鸟岛附近浑河流域迎来春日盛景，千余只鸿雁齐聚聚水面，成为沈阳一道生态美景。

连日来，成群结队的白天鹅活跃在朝阳市双塔区大凌河畔，构成了一幅“凌河春天画境美，天鹅舞姿醉两岸”的生态诗画，成为春天里最动人的风景线。

3月10日，沈阳沈水湾公园浑河橡胶坝水域迎来成群野生鸭类，赤麻鸭、绿头鸭、斑嘴鸭等在此集结，一幅生机盎然的早春生态画卷徐徐展开。

3月上旬，丹东新区鸭绿江沿岸，千余只鸿雁踏波而来，江风拂过，雁声阵阵，仿佛在讲述一段跨越千山万水的归途故事。

观鸟地图

**沈阳卧龙湖国家湿地公园**  
鸟类：豆雁、鸿雁、红头潜鸭、凤头鸊鷉、苍鹭、白鹭、大天鹅、白鹤等。

**鞍山海城三岔河湿地自然保护区**  
鸟类：野鸭、白鹭、大雁等。

**抚顺白鹳岛**  
鸟类：以大白鹳为主，还可见到苍鹭、鸳鸯、雉鸡、绿鹭等。

**丹东鸭绿江口湿地国家级自然保护区**  
鸟类：斑尾塍鹬、大滨鹬、黑腹滨鹬、大杓鹬、勺嘴鹬、小青脚鹬等，有多种珍稀濒危鸟类。

**盘锦辽河口国家级自然保护区**  
鸟类：主要包括丹顶鹤、黑嘴鸥等珍稀水禽。

**营口鸟浪广场**  
鸟类：黑尾塍鹬、杓鹬、反嘴鹬等。

**铁岭莲花湖国家湿地公园**  
鸟类：东方白鹳、白腰草鹬、矶鹬、小杓鹬、斑嘴鸭等。

**朝阳大凌河风景区**  
鸟类：天鹅、凤头鸊鷉、鹊鸭、长尾鸭、鸳鸯等。

观鸟提示

- ▶ 可提前准备好望远镜、相机、记录本、鸟类图鉴、识别APP等，让体验感更佳。
- ▶ 做文明观鸟者，牢记“只观察、不干扰”原则，轻声细语，保持距离。拍摄时不使用闪光灯，不引诱、不投喂。
- ▶ 可穿着哑光、大地色系的衣服，避免鲜艳颜色惊扰鸟类。
- ▶ 若想欣赏“鸟浪”，需提前查询当地的潮汐情况。



摄影及图说：杨靖岫 白琳 赵敬东 王立军 陈旭娟 刘海东 单国军 白铁军