



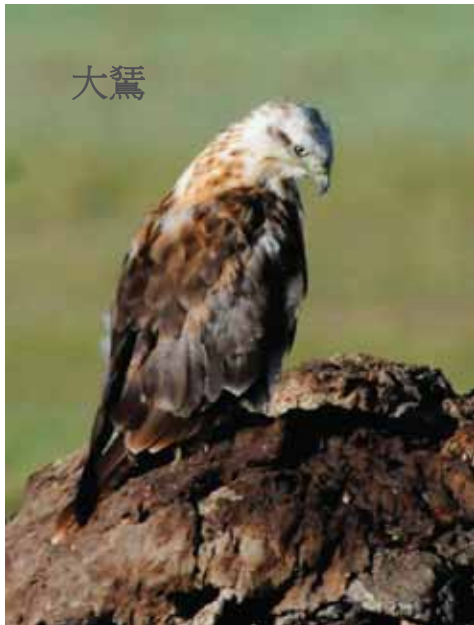
青藏旅遊記趣點滴

兩則之一

圖文: 唐景禮

經歷三年報名，今得以成行，達成本人定下之宏願在80歲前定往西藏一遊。剛好只差一年，確令本人喜出望外。首先要向Bill哥致謝多年來努力不懈跟進同時選擇到一間可靠的旅社（港粵旅遊）。當我們七位團友在異域途中，旅社的負責人陳小姐經常致電向每一位團友問好。這確是給我們沿途中精神上激勵，這是值得讚許的。

有關高山症的問題的確是幾困擾人的，在此願與各紅耳鸛的友人分享：首先自問沒有心臟病，高血壓及糖尿病等病症，可趁行得走得參加西藏之旅。〔高山症〕其實是心理作用多於實際，當然最好能參加逐步遞增高度的城市居住一至兩天，就即如今次的行程，由海拔2000米起點，3000米，4000米至5000米，這樣就全沒有問題，不過說實在話，在出發前我先去藥房購備〔紅景天〕，此乃防高山症之藥，以防萬一呢！



第一天：早上6:30團友齊集酒店大堂，由一位專業，口齒伶俐的梁女士帶領，乘專車往深圳機場，隨即登上航機飛往甘肅省省會蘭州，團友登上旅遊巴士，隨即開往中國的夏都——西寧。

旅遊巴可載十四人，而我們只得七位團友，每人可佔多一個位，故座位均甚舒暢。在這十多天的行程途中，每位團友都能在車上盡情拍攝沿途風光，珍禽異獸，尤其拍攝到西藏羚羊，野驢，馬等在草原奔跑的情景，只此已值回票價。否則我們的紅耳鸛團友鄭耀寰先生夫婦兩前年已到過青藏而意猶未盡，今次再參加同遊。由此可證明青藏高原的神秘及吸引了。今次得到他倆早已獲得的經驗，沿途給我們團友打點提示，尤其所到各地添置食物，水果等均提供方便並代為購買，現謹在此致以衷心感謝。團友中每位都是資深而愛好觀鳥者，又

是專業的攝影師（除本人外），他/她們的長距攝影機（俗稱大炮），大派用場。沿途中均有禽鳥飛越，而他/她們均忘卻舟車勞頓與飢寒，唯有拍到猛禽為目標的精神和幹勁，確令本人欽佩。本人拿着傻瓜機，但都可以拍攝到猛禽，鷲，雉雞，烏鸛，海鷗，紅腳鸛，烏鴉等，真開心。

第三天：興奮，刺激，滿足的一天。

早上到孟達天池遊覽，途經循化公路，看到雉雞



出沒，司機立即停車，我們七位團友一擁而下，在油菜花田中追逐拍攝雉雞的情景，確令我們有莫名興奮，刺激，和滿足。心想只此又可值回票價了。在本人來講，數十年居住在城市裡，從未如此自由自在地在田野間奔跑，親眼見到而又拍攝到如此美妙可愛的雉雞！

第七天：旅途中最艱辛的一天。

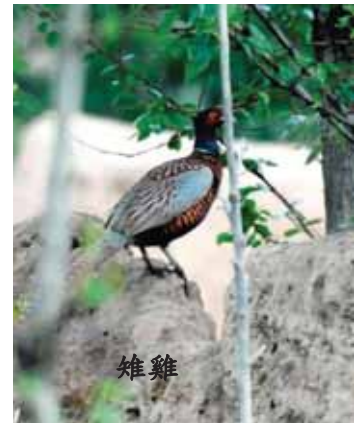
早上 6:00 出發，因當日車程特別遠程（全天 760 公里）早餐由導遊在車上派發。車子翻越昆侖山山口，沿途欣賞昆侖山脈風光，翻越舉世聞名的念青唐古拉山口（海拔 5231 米）。因早上寒風颯颯，又恐防有高山反應，團友們均小心而快速地下車拍攝地標後隨即返回車裡繼續行程。但在途中遇到前面發生撞車意外，整條公路封閉了。我們的司機是回族人士，非常機智，將車駛入田野間在泥路上行，從而避開塞車的公路地段。但途中又遇到人為的塞車，可怒也。前面公路在維修中，預計需時 1.5 小時可修好的。但修路工人在山高皇帝遠的情形下，又沒有投訴機制，我們的車子及後來排長龍的車均被迫停下等候三小時多才可通行。在這期間我們車上各團友下車在路傍田野間等候，當然不忘拍照。在這遼闊的地域草原上與一望無際的天空裡，團友們大小二便均就地解決。我們定下規條，車停下來，男左女右，或男前女後的方法，就這樣解決了。不要忘記我們是早上 6:00 出發，而至翌日凌晨 2:00 才抵達那曲入住酒店（是日車程 20 小時多），各團友們實在太疲倦，晚餐都不吃，倒頭便睡覺去了。

第八天：是日輕鬆得多了。

團友們漫步那曲市，因為今天要轉換旅遊車了。這也好，對司機及乘客均安全。因這樣廣闊遼遠之路，分段由各專程司機駕駛，而司機對自己經常專注走動的路段是最熟悉通透了。

第九天：拉薩——布達拉宮

經歷九天車程，是日下午 4:00 抵達聖地——拉薩。團友們放下行李急不及待，隨即分乘兩部三輪車前往久已聞名之布達拉宮正面拍照。能夠親身目睹這宏偉而有數百年歷史的建築物，這一刻，又是這句話，值回票價，哈哈！



雉雞

兩則之二

藍藍天上滿掛祥雲、遼闊草原處處牛羊、
彎彎小河三江之源、巍峨昆侖白雪皚皚、
碧綠湖水萬鳥飛翔、雨後彩虹劃破長空、
金頂殿堂轉經祈福、綺麗風光幅幅沙龍。
這就是神祕的青藏高原，四季景色各異，美不勝收，是一個人一生必到的好地方。

2010 年 6 月 18 日我們有幸參加 Bill 哥策劃了三年之久的精彩青藏十五天之旅，我們一行七人先從深圳飛往蘭州，轉乘旅遊中巴遊玩青海勝景名湖，尋雀影鳥，再由青藏公路翻越海拔 5231 米的昆侖山口前往西藏，繼續到前後藏觀光打雀，及後從拉薩乘青藏鐵路專列回蘭州飛返港。

今次的行程大家都有心理準備，高原缺氧，空氣稀薄，紫外光特強，身體如有少少不適，都可能產生嚴重併發症，威脅生命，後果嚴重，再也不能繼續行

圖文：鄭耀寰



烏鶇

程，全隊人都要撤回低海拔的地方休息或取消行程回港，幸好各人都做好了準備，如減低高山反應的藥物，維他命 C，氧氣袋，樽裝礦泉水，生薑等都儲備妥當，祇有內子因車內空氣悶熱，有少許不適，車外走走就好了，最後各人都精神奕奕，順利完成此艱辛及愉快的高原之旅。

高原觀鳥，我們並不是先行者，Bill 哥及 Mon 姐均已搜集了可觀的資



戴勝



灰腹噪鵲

料，如鳥類圖鑑，雀友在藏觀鳥紀錄，雀鳥出現地點及種類，是否已坐巢完畢等等，都瞭如指掌。記得蔡師兄曾說過，睇雀多少靠點運氣及緣份。我們此行都可算運氣極佳，根據紀錄都有過百種雀鳥：如鷺、兀鷲、雉雞、岩鴿、漁鷗、赤麻鴨、秋沙鴨、班頭雁、棕頭鷗、烏鶇、戴勝、赭紅尾鴿、紅波、雲雀、黃咀山鴉、山班鳩等等，數目及種類都算可觀。還有在青藏高原見到為數不少及極之罕有的國家一級保護動物如藏羚羊、藏野驢等，真是興奮至極。可惜 Mon 姐至愛的藏馬雞，在時有出現的雄色寺卻未能一睹芳容，但最諷刺的卻是在羅布林卡的動物園鐵籠內見到。人生就是這樣，得失之間，毋需太介懷。尤如在香港難得一見的戴勝，去年曾有雀友盛傳在大嶼山貝澳發現其足跡，山長水遠卻遍尋不獲，但在青藏隨處可見，更甚者在後藏紮什倫布寺的電線上，觀察到一隻啣著蟲的戴勝公將獵物交給太座，再由她飛回牆邊鳥巢下，飛來飛去，又跳舞又晒翼，祇差沒有唱歌，希望能引誘 BB 出巢，可能 BB 知道我們在看他，有點兒害羞，就是美點當前都不肯出巢，慈母就是慈母，最後祇好跳入巢內餵飼，以免愛兒餓壞。觀鳥就是這麼有趣，這麼可愛，這麼引人入勝。

此行對我夫婦二人來說，可算獲益良多，前輩對觀鳥態度的認真，投入，毅力，及所表現出來的 IQ、EQ 等，都給我們很好的啟示，感謝！感謝！！還有他/她們給我們悉心的指導，使我們這觀鳥初哥認識更多、更能領悟個中樂趣，更會掌握個中技巧，更加享受美好的大自然，感激！感激！！！！

（編輯組註：以上二篇文章中有關高山症的言論只是作者的個人意見。讀者在出發前應當尋求醫生或專業人士的意見。衛生署的刊物及網頁 www.travelhealth.gov.hk 也有一些有關高山症的資料。）



角百靈

台灣的烏頭翁

圖文：林國平



去年底我們參加了一個台灣環島遊的觀光團，雖然是觀光，我們也帶備望遠鏡隨時觀鳥。在第二天到了台灣最南端的海角鵝鑾鼻，那裏是一片礁岩，生長的都是耐旱 坑鹽耐風的樹種，並有一座燈塔，原來這座燈塔由清朝已開始建立，經過幾次改建，至今還在運作。



在這裏我們看到了台灣特有的鳥種烏頭翁，形狀和白頭翁相似，只是頭上少了一片斑白，並且在咀的兩旁有粒趣緻的紅痣，很幸運地我們可以近距離地觀賞一番，並用 200mm 把牠拍攝下來。

在查閱資料後，烏頭翁應名為台灣鶇 (Taiwan bulbul)，主要居住在台灣島東南一帶，台灣也有很多白頭鶇 (Chinese bulbul) 生活在島上其餘地區，而現在白頭鶇不斷擴展牠們的地域，這些白頭鶇甚至與烏頭翁雜交，生下了雜頭翁，所以保育人士也設法保護烏頭翁這個鳥種，看來台灣的白頭翁與烏頭翁也來一個 [統獨之爭]！(一笑)！

附錄： 資料整理：文權溢
(資料取錄自台灣網頁)
中文名稱：烏頭翁
鄉土名：烏頭殼
學名：*Pycnonotus taiwanus*
英文俗名：**Taiwan Bulbul**
科別：鶇科
棲息地：城市鄉村區



烏頭翁，為台灣特有種，分布於台灣最南端楓港至東台灣花蓮一帶。其形態與習性在外觀上和白頭翁極為相似，但後頭無白色大斑是兩者最大的差異。且在體型上，烏頭翁也比白頭翁大。

在楓港和花蓮天祥附近曾出現烏頭翁和白頭翁的自然交配個體，雜交的後代，其羽色及體型兼具雙親的特徵和特性。

烏頭翁在墾丁喜築巢於瓊崖海棠上。繁殖期為 3 月下旬至 7 月上旬，雌雄共同育雛及確立領域，雌鳥築巢及孵卵，雄鳥以保衛領域為主。通常一季繁殖二次，每窩產 3~4 個卵，孵化期 11~12 天，約 9~10 天即可離巢。

活動預告

清晨觀鳥導賞

香港公園 – 逢星期三上午 8:00 至 10:00 集合地點：香港公園人工湖邊

九龍公園 – 逢星期五上午 7:30 至 09:30 集合地點：九龍公園拱廊 (泳池門口)

2010 年 9 月至 2011 年 1 月活動：

負責組別	月份 (每月第一個星期六)	地點	集合時間地點
第一組	一月	尖鼻咀	0800 天水圍天澤邨天澤商場 (面對輕鐵天逸站的門口)
	七月	大埔滘	0800 大埔滘公園仔集合
第二組	二月	南生圍	0800 西鐵元朗站囍慶大酒樓外
	八月	城門郊野公園	0800 荃灣地鐵 B 出口恒生銀行
第三組	三月	南生圍	0800 西鐵元朗站囍慶大酒樓外
	九月	大生圍	0800 元朗站恆香餅店門外
第四組	四月	尖鼻咀	0800 天水圍天澤邨天澤商場 (面對輕鐵天逸站的門口)
	十月份	香港仔水塘	0800 中環地鐵 B 出口恒生銀行
第五組	五月份	香港仔水塘	0800 中環地鐵 B 出口恒生銀行
	十一月份	尖鼻咀	0800 天水圍天澤邨天澤商場 (面對輕鐵天逸站的門口)
第六組	六月份	城門郊野公園	0800 荃灣地鐵 B 出口恒生銀行
	十二月份	鹿頸	0800 粉嶺火車站 56K 專線小巴士

香港觀鳥會 - 紅耳鸕自然導賞服務團 工作安排日曆

				香港公園		九龍公園	
2010 年	日	一	二	三	四	五	六
9 月				1(4)	2	3(6)	4
	5	6	7	8 (5)	9	10(1)	11
	12	13	14	15(6)	16	17(2)	18
	19	20	21	22(1)	23	24(3)	25
	26	27	28	29(2)	30		
10 月						1(4)	2
	3	4	5	6(3)	7	8 (5)	9
	10	11	12	13(4)	14	15(6)	16
	17	18	19	20(5)	21	22(1)	23
	24	25	26	27(6)	28	29(2)	30
	31						
11 月		1	2	3 (1)	4	5 (3)	6
	7	8	9	10 (2)	11	12 (4)	13
	14	15	16	17 (3)	18	19 (5)	20
	21	22	23	24 (4)	25	26 (6)	27
	28	29	30				
12 月				1(5)	2	3(1)	4
	5	6	7	8 (6)	9	10(2)	11
	12	13	14	15(1)	16	17(3)	18
	19	20	21	22(2)	23	24(4)	25
	26	27	28	29(3)	30	31(5)	
2011 年 1 月							1
	2	3	4	5 (4)	6	7 (6)	8
	9	10	11	12 (5)	13	14 (1)	15
	16	17	18	19 (6)	20	21 (2)	22
	23	24	25	26 (1)	27	28 (3)	29
	30	31					
2 月			1	2(2)	3	4(4)	5
	6	7	8	9(3)	10	11(5)	12
	13	14	15	16(4)	17	18(6)	19
	20	21	22	23(5)	24	25(1)	26
	27	28					

*海防博物館 工作 1. 電腦光碟簡介 2. 戶外觀鳥活動 時間 1500-1700 時

導賞員感想

香港公園 2010 年 5 月 5 (星期三) (李茂枝)

一群十多隻葵花鸚鵡站立在遠處相鄰的禿枝上，甚為壯觀。是次最大的收穫就是發現了兩種鳥的巢穴。一是紅耳鸛在水池旁的柏樹中築巢，當然我們沒有打擾它們。另一是黑領椋鳥，在遠處巨大芒果樹濃密的樹葉中築巢，透過望遠鏡，能看到巢中幼鳥伸出頭頸擺動，令人雀躍不已。在參加者中，有一對長者夫婦遊客，來自北京，對我們的活動甚感興趣及讚賞。另有一對夫婦首次參加觀鳥活動，對觀察到的雀鳥甚感興趣，看圖識鳥，不時發問，但願不久將來能成為我們的一份子。

九龍公園 2010 年 5 月 28 日 (星期五) (黃潮樞)

今日是本月份清晨觀鳥的最後一次，參加人數不算多，祇有 27 名。其中一位中年女士，由電腦網絡上得知有關活動而來，試看如何？她雖然是初哥，但她表現得十分投入，而十分有興趣，她說下星期會繼續前來參加。我相信將來會有更多市民聞風而來參加。今日看見鳥種不多，祇有最普通的十多種。其中一隻鸚鵡與其它兩種不同，尾短，尾羽底有十分顯眼的黃色紋，初級飛羽邊緣有紅色羽毛，頭頂兩側灰藍色，咀大，虹膜紅色，兩爪繫有鐵環，不知是否逸鳥？什麼名字？

九龍公園 6 月 11 日 (星期三) (伍秉棠)

一連數天下大雨，今日本來沒有太大期望天氣會好轉。但今天我們很幸運，一早太陽伯伯便出來了。我們尚未校好單筒望遠鏡，最早到的是一位英籍朋友，幸好也有一位懂英語的師兄來了，和他溝通總算無問題。這時人們開始熱鬧來了，還來了一位美藉的西人，還講得一口流利粵語，他告訴我們他每年都來香港一次，今年剛巧他在香港的女兒給他們添了個外孫。原來他的太太是香港人，來香港給他的女兒培月呢。怪不得他的粵語講得那麼好呢。後來那位英國朋友還和我們一同到金皇廷飲茶呀，今日人數有 40，鳥種有 14。

香港公園 7 月 7 日 (星期三) (蔡松柏)

是日小暑，今早氣溫高達 30 度，陽光充沛，雀鳥活躍，統計雀鳥共有 15 個品種。參加者也有 13 人。有幾個新朋友十分捧場，最近不斷參加清晨觀鳥活動。他們對雀鳥的追求認真，在這麼熱的天氣亦來觀鳥，真是難得。我感到更加須要好好去裝備裝備，不負人之所望。今天最活躍的雀鳥係長尾鏟葉鶯，鸚鵡。平時最常見的小葵花鳳頭鸚鵡不知去了那裡？僅見到一隻在天空中略過。

九龍公園 7 月 9 日 (星期五) (黃潮樞)

天氣雖熱，但不影響喜歡觀鳥的一群，今日參加人數 42 名。其中一戶外籍家庭成員四人前來，他們是旅居日本，趁來港旅行，順道參觀香港長者如何帶領市民觀鳥。其中兩位年幼成員，也津津樂道進行攝影時間分秒的過去，紅耳鸛成員相繼而去，參加由師兄主持的另一項目〈樹木研習〉，幸得這戶外藉人士，由始至終的支持及老牌紅耳鸛成員唐景禮的協助，導賞工作得以完滿結束，今次只錄得有夜鶯，褐翅鴉鵂....十餘種。

世博匆匆遊

圖·文：梁潔貞及岑榮昌

本來跟兒媳倆一起到上海自由行遊世博，豈料兒媳因事臨時取消行程，兩夫婦只好大著胆子如期出發，6月31日黃昏時分抵達上海浦東國際機場。

事前兒子已很不放心，一切由機場到酒店的路線都交代得清清楚楚。雖然如此，還是一樣出錯，一樣烏龍，將火車站的南北廣場錯認，太多“地標”巧合，認錯了酒店，走多了冤枉路，截的士，又遭拒載，原因是太近。折騰了近兩個小時，才在那縱橫交錯的地下鐵路大堂找到正確的出口，時已弄得疲憊不堪。那



晚，宵夜充當晚飯，實難忘也！

到上海遊世博，當然最想參觀中國館，於是參加當地旅行社安排“目標遊”世博，代預約遊中國館。

7月2日一早在火車站南廣場集合，今次由北廣場去只花了半個小時就到達。旅遊車直達世博會場8號入口。排隊安檢進入後，發覺園區超大，真有點像劉姥姥入大觀園之感。園內共分五區，浦東分A，B，C三區；浦西有D，E兩區；有多條專線車接載訪客穿梭各區。亦有客船往返東西兩岸。場內有很多義工服務周到，有耐心，更有禮貌。以我們的鹹淡普通話提問多次都得到熱情解答，這印象非常之好，是以對世博的文明度加了很多分。



參觀中國館的預約時間是下午一時，所以我們便爭取多入幾個館；不過處處都是人龍，大展館多要預約，那只好揀人少的才排隊。但排到龍頭才知是排隊領取預約參觀的門票，而非直接進館。於是我們改變策略：乘車遊覽，每到一站都拍照留影。雖祇粗略看看外觀，都已感覺到建築群的美輪美奐，很有心思地展現今年上海世博的主題：城市，讓生活更美好。

中國館，香港館，澳門館都在A區，像伴在母親身旁的兩個兒子；台灣館則隔了一條馬路。亞洲區的展館算是遊覽得較長時間，韓國館，朝鮮館也能入到；日本館因為太多人排隊而被迫放棄，而且幾乎吃飯也沒有時間，已到下午一時了。

中國館

下午 13:00，排隊入中國館，雖有預約，也排了35分鐘。乘扶手電梯上到最高層，開始以春，夏，秋，冬演繹大地美態，然後“國



之瑰寶”出現眼前：巨型的〔清明上河圖〕投影在牆上，活靈活現，宋朝風物，人物，河道，船隻都動起來。宋張擇端細緻的工筆，透過現代動畫的演繹，今古結合，現場所有觀眾無不讚嘆不已。



再坐下來欣賞一套由籃球彈動，描畫現代大廈式民居生活，雖為時數分鐘，也令人留下深刻印象。

一路走着，有最新設計的汽車展出，又有室內荷花池，又安排坐電動列車，一列列車行

駛進入一片紅色光影中，祇見中國建築群：柱，樑，斗拱聳立，民族的圖騰，華表，建築與藝術分不開。

中國館內還設有休息廳，添水機，洗手間，設想週到，是其他展館所無的。



香 港 館



它是一座矩形建築物，要走上多級樓梯，兩旁掛有大量圖片，以展示香港特別行政區回歸後的發展：有耳熟能詳的人物，有曾訪港的國家領導人，有為港爭光的運動員和金牌得主，但可惜通道狹窄，很有壓迫感，真是連香港地狹人多的特色也表露無遺！

及後登上天台頂層，才展露香港美麗



大自然的一面——香港濕地展示。濕地有植物，有鳥鳴聲，有鷓鴣，亦有黑臉琵鷺，當然全是假的，但也散發出濕地能孕育出多種生態環境私訊息。

後記： 澳門館



澳門館外形突出，是一隻兔燈籠，外觀可愛；當黑夜來臨，更見美態。義大利館抵受不住大雨滂沱，室內漏水嚴重，如水銀瀉地，被迫提早閉館，於是我們祇得匆匆離去，結束這一天上海世博



遊。

2010長者引領長者觀鳥推廣計劃

文：葉大維 圖：梁浩熾及劉考儀

2010年5月7日委員會暨組長會議中，主席蔡松柏先生建議，以紅耳鸕俱樂部成員所參與的長者中心為起點，嘗試自薦免費為他們舉辦「常見鳥類認識」講座。每次講座後，為他們在九龍公園或由長者中心選擇的公園進行一次鳥類導賞。若試辦成功，經檢討改進後，考慮擴充為經常的定期活動。



這次觀鳥推廣活動的目的是以「長者引領長者觀鳥」精神，發揚紅耳鸕成立的宗旨，透過觀鳥活動，創造機會，讓長者瞭解香港野外生態，學懂欣賞大自然，更可與兒孫分享其中樂趣。



至於與合辦機構的分工方面，由長者中心負責有關的招募參加者、安排講座地方、有關的保險事務、用具及工作人員和觀鳥活動交通安排。紅耳鸕俱樂部則負責講座的講者、講座內容及觀鳥活動的導賞工作。

這
項
計
劃
經

討論通過後，委員會在2010年5月間訂定項目細節及分工、更新講座簡報資料，並由紅耳鸕組長通知各成員有關計劃。



扮演聯絡人角色的紅耳鸕成員於2010年6月開始聯系他們所參與的長者中心，



邀請中心報名參加，並解釋和商談活動細節。聯絡人亦負責與分區組長協調調配，包括與委員會安排講座講者、導賞員及義工，及為每次觀鳥活動與鳥會協調預留及運送宣傳單張、單筒和雙筒望遠鏡。

這項有意義的觀鳥推廣活動，經各位紅耳鸕成員的努力，截至2010年8月7日共有8間長者中心報名參加。

攝影交流

本刊物將分期刊載會員的作品。請各會員盡量提供作品以供分享。歡迎不同程度及級數的會員參與，包括初學者與及大師級。如果相片提供者有任何對相片修飾上的要求，敬請說明以便配合。（編輯組註）

李建南在濕地公園所拍攝的景象及雀鳥：



泥灘



荷塘拾趣

灰頭麥雞



白腰杓鷸



白眉鴨

胡鳳妹在塋原所拍攝的雀鳥照片：



栗耳鷦



藍喉歌鷦



紅頸
瓣蹼
鶺鴒

小鶺鴒

林鶺鴒



鵲鴒



香港觀鳥會紅耳鶺鴒俱樂部委員會委員及工作人員

主 席：蔡松柏 副主席(內務)：黃潮樞 副主席(外務)：文權溢
 秘 書：鄭金源
 顧問委員：梁國華
 委 員：陳季伯 鄧永成 梁浩熾
 組 長：文權溢 蔡松柏 黃麗儀 黃潮樞 吳仁娜 黃瑞芝
 編輯小組：陳志強*
 通訊記者：梁潔貞* 劉成坤* 周鴻輝*
 關懷小組：梁國華 孫 亮* 曾 華*
 (註：*表示是工作人員)