

Long-Distance Running in Kenya

Many world-famous runners are from Kenya. One of the reasons why some Kenyans are so good at running is that they begin running at a young age. Many children train for years and years. Once they become adults, they have already trained for a long time.

Many people believe that Kenyan runners are the best at running long distances. Kenyan runners are some of the quickest marathon runners in the world. A marathon is a 26.2-mile race. It is one of the longest races for runners. A Kenyan man named Dennis Kimetto holds the world record in the marathon. This means that he ran the fastest marathon ever! His marathon time was two hours, two minutes, and fifty-seven seconds. This was at the Berlin Marathon in 2014.

Another famous marathon runner from Kenya is Catherine Ndereba. Her nickname is "Catherine the Great" because she is so fast. She has the fourth fastest marathon time for a woman. She has also won the Boston Marathon four times. Mary Keitany is a Kenyan woman who holds the second fastest marathon time in the world for a woman. She has won both the London Marathon and the New York City marathon three times. It is thought that two-hours is a formidable barrier for marathon runners. Kenyan marathon runner Eliud Kipchoge ran 26.2 miles in a once-inconceivable time of 1 hour 59 minutes 40 seconds in 2019. He's an eight-time major marathon winner and three-time Olympic medalist.



位於東非，瀕臨印度洋，與索馬利亞、衣索比亞、南蘇丹、烏干達、坦尚尼亞接壤，肯亞有靠印度洋的海岸線，其中包括東非紅樹林的沼澤，肯亞也有廣闊的平原及眾多的丘陵。中肯亞和西肯亞的地理特徵有肯亞大裂谷，將肯亞分為兩半，恰好與橫貫全國的赤道相交又，肯亞因此獲得了「東非十字架」的稱號。



肯亞最高的山是肯亞山。西肯亞的卡卡梅加森林是東非雨林遺跡。茅森林是東非最大的複合林。

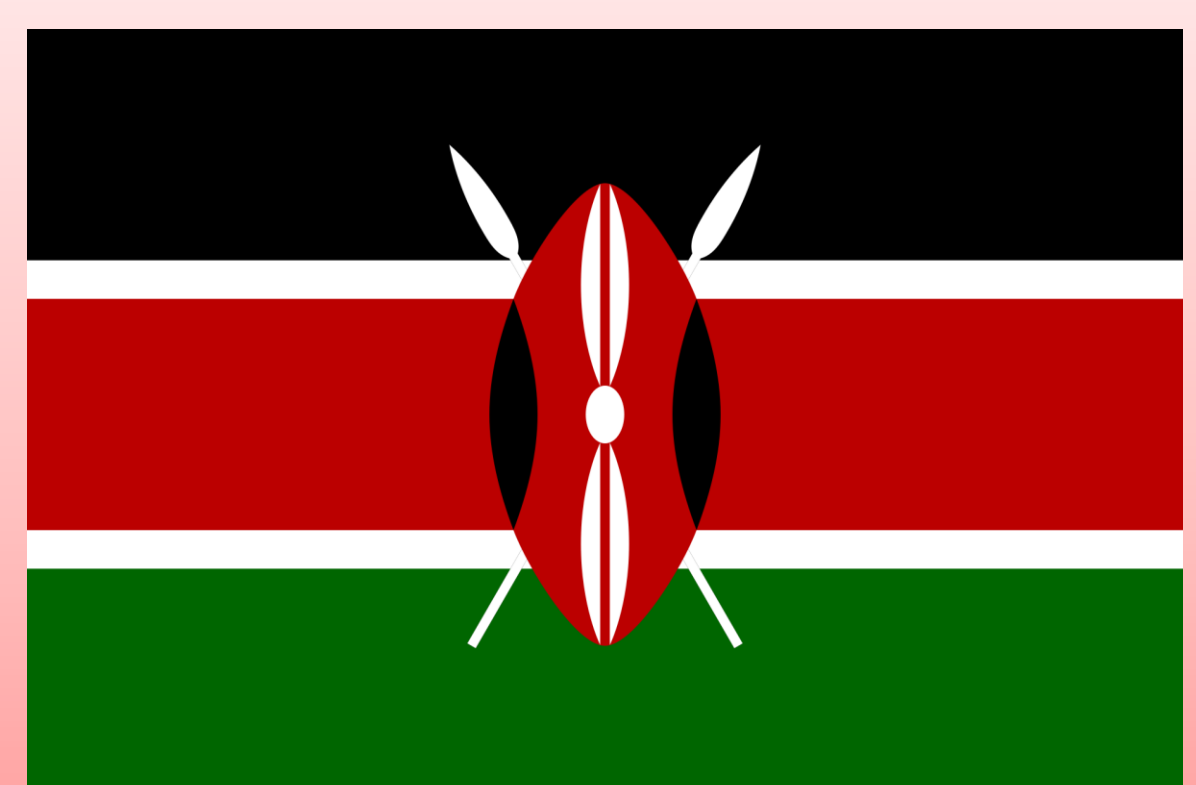
塔納湖是肯亞最長的河流，自西向東注入印度洋。維多利亞湖位於肯亞以西，是非洲面積最大的淡水湖和世界第二大淡水湖。圖爾卡納湖是肯亞最大的湖泊。該湖屬於鹹水湖，由於無湖水流出口，導致鹽度持續增加，其湖水不能用於灌溉。

首都及最大城市：奈洛比

官方語言：英語、斯瓦希里語

貨幣：肯亞先令(KES)

面積總計：581,309 平方公里



圖爾卡納湖 Lake Turkana

舊名魯道夫湖，1975年改為現名，是東非大裂谷區域中一個斷層內流湖，暱稱「碧玉海」(Jade Sea)是世界上最大的永久性沙漠湖泊和世界最大的鹹水湖。由於高溫，乾旱和地理交通不便的原因，湖水保留其原始特色。極大量的尼羅河鱈魚棲息在此。在圖爾卡納湖地區有豐富的人科化石。距今約400萬年前湖畔南方古猿化石被Meave Leaky於1994年發現。兩百萬年歷史的盧多爾夫人化石被發現於1972年。三百年前，該湖周邊是早期人類的主要聚居地之一，1984年著名圖爾卡納男孩化石便發現於該湖岸邊。



在圖爾卡納湖岸上和離岸的風是非非常強烈的，所以圖爾卡納湖風力發電協會(LTWP)計劃通過利用湖泊周圍獨特的風力條件，為肯亞國家電網提供電力。

拉穆鎮 Lamu

拉穆鎮是肯亞拉穆島最大的城鎮，而該島屬於拉穆群島的眾多島嶼之一。拉穆鎮是肯亞拉穆區的首府，是肯亞的最古老的城市，該鎮始建於14世紀，擁有許多優秀的斯瓦希里建築。老城區已作為「最古老，保存最完好的東非斯瓦希里定居點」列入聯合國教科文組世界遺產名錄。拉穆位於阿拉伯的主要貿易路線上，因此，其人口主要是穆斯林。著名景點包括：拉穆堡、里亞德哈清真寺、姆納拉尼清真寺、毛驢保護區。





## 動物大遷徙 Animal migration

隨著著旱季來臨，每年的六月中旬或七月至九或十月份會有上百萬隻羚羊、角馬、長頸鹿、水牛、斑馬、大象、河馬等動物為了尋求更多水草，從坦尚尼亞的塞倫蓋提草原橫渡馬拉河往北遷徙到馬賽馬拉國家保護區，跋涉八百公里逐水草而來，沿途還須提防無數掠食動物的垂涎。短暫度過一、二個月後，於十一月短雨季來臨前，動物又折返南面重回賽倫蓋提，年復一年，週而復始。其數量之驚人，種類之豐富，規模之龐大被列為世界八大自然奇觀。



## 奈洛比國家公園 Nairobi National Park

位於首都奈洛比以南7公里。該國家公園成立於1946年，是肯亞第一個國家公園。奈洛比國家公園與奈洛比市區僅有柵欄相隔，在公園內甚至能看得到市區的高樓。國家公園內有非洲水牛，狒狒，黑犀牛、豹、獅子等野生動物。一年中最適宜看野生動物的月份是五月。



## 柏哥利亞湖 Lake Bogoria

柏哥利亞湖位於肯亞大裂谷中部，距奈洛比約300公里。是火山區的碳酸鈣湖，也就是鹹水內陸湖，柏哥利亞湖就像周邊的湖一樣，也是許多非洲紅鶴的家，在每年的一到四月份，數萬隻紅鶴會成群在此聚集。柏哥利亞湖中有很多的藍綠藻和矽藻，在陽光不同時段的照射下，湖面會呈現出不同的顏色。而藍綠藻和矽藻也是紅鶴賴以為生的食物，因此適合紅鶴居住棲息。另外，此湖知名的是在湖岸有相當多溫泉，大多數都達沸點而且蒸氣相當多，可以輕易的將蛋在短時間內煮熟。



## 東非大裂谷 Great Rift Valley

是一個在3500萬年前由非洲板塊的地殼運動所形成的地理奇觀，縱貫東非的大裂谷是世界上海最大斷裂帶。東非大裂谷的整個形狀可畫成不規則三角形，最深達2000公尺，寬30~100公里，全長6000公里（3700英里），是世界最長的不連續谷。東非大裂谷的詳細地理位置以三角形的三個點來描述的話，南點在莫三比克入海口，西北點則遠到蘇丹約旦河，北點則可進入死海。中間有相當多個湖泊、火山群。

目前東非大裂谷依然在活動當中，地質學家預測幾百萬年後，東非可能會分裂成不同的版塊形狀。目前地殼活動較旺盛的區域在肯亞和坦尚尼亞的火山區。





# 新希望 乾旱肯亞發現 70年份地下水

非洲的肯亞長年乾旱，土地因缺水而乾裂，人民每天都要擔心沒有足夠的水可以用，就算有水可以用也多是被污染的髒水。而現在，乾旱的肯亞在地下發發現了豐富地下水，充足的水源可望供應肯亞70年的用水量。

## 新水源

新發現的水源位於肯亞的圖爾卡納區(Turkana)，藉由衛星和雷達的幫助，肯亞發發現了2處水源，一個在圖爾卡納盆地(Turkana Basin)，另一個則是在洛提奇皮盆地(Lotikipi Basin)，試驗性的鑽井探勘確認地下確實有豐富地下水。據估計，新發發現的地下水層含有2500億立方公尺的水量，肯亞環境署署長瓦汗古(Judi Wakhungu)表示肯亞一年使用約30億立方公尺的水，這樣的水量可以供應肯亞全國70年的用水。

## 缺水圖爾卡納

圖爾卡納區位於肯亞的西北部，靠近赤道的圖爾卡納炎熱乾燥又貧窮，在去年還不幸遭受旱災侵襲。當地許多居民以游牧維生，游牧業最害怕的就是乾旱，沒有雨水，牧草就會長不出來，牛羊沒有足夠的牧草吃就會因此餓死。

儘管圖爾卡納有個面積6405平方公里的圖爾卡納湖，但這個湖是鹹水湖，含鹽量很高，因此居民無法使用湖水來灌溉土地。除了圖爾卡納面臨嚴重的乾旱問題，肯亞的納庫魯(Nakuru)也因為乾旱導致土壤乾裂，動物死亡。



資料來源

地球圖輯隊

# 肯亞的新希望

環境署署長瓦汗古在聯合國教科文組織(Educational, Scientific and Cultural Organization)的會議上宣布發發現新水源，並表示水源為乾燥的圖爾卡納區以及整個肯亞帶來希望。他也提到水源在未來的1個月內應可以正式開始使用，未來會優先供應水源給圖爾卡納區的人民，圖爾卡納的民眾從以前到現在一直深受水資源缺乏的困擾。目前也在考慮將水源用在灌溉以及供給企業。肯亞近來經濟成長，是東非的金融中心，BBC記者駐肯亞記者南杜(Angela Ng'endo)表示，儘管肯亞的經濟快速成長，圖爾卡納區的居民總是感覺被排擠在社會邊緣。



肯亞除了缺水外，即使有可用水源也大多是被污染的不安全水。根據聯合國的資料統計，1700萬個肯亞人之中有410萬人無法使用安全的水源，超過1/4的人沒有乾淨的水可以喝，新水源的發發現將能大大解決問題。聯合國的非洲水文學者亞曼尼(Abou Amani)力促大家關注水源，同時也呼籲應規劃一個可管理的系統妥善運用水源，避免過度開採水資源。





# 百年來第一次？在肯亞拍到野生黑豹

資料來源：地球圖輯隊

還記得漫威電影《黑豹》嗎？《黑豹》故事設定在一個虛構的非洲王國瓦干達，而最近，有攝影師在「瓦干達」附近拍到真正野生的黑豹！

## 肯亞拍到野生黑豹

最近，《非洲生態學雜誌》(African Journal of Ecology)上一篇文章指出，肯亞的非洲黑豹(African black leopard)過得很好，而且已經有攝影師拍到野生黑豹的身影。負責這篇論文的美國聖地牙哥動物園自然保育學家皮爾福德(Nicholas Pilfold)說：「黑豹可能一直都在肯亞生活，只是(我們)少了高畫質的影像來證明(牠們一直活著)，直到現在。」

## 耗費一年找黑豹

皮爾福德表示，他們的團隊最早在2018年1月拍下黑豹的照片。他們接著花數個月的時間追蹤黑豹的動向，並在當地架設攝影機，希望能拍到更多張黑豹的照片。結果正如同他們所預期的，在這一年的時間裡，他們成功拍下了一系列黑豹的照片和圖像。

## 沒有動物比牠更神秘

來自英國的攝影師布拉德-盧卡斯(Will Burrard-Lucas)就是拍下黑豹照片的其中一人。布拉德-盧卡斯說，他曾經在印度看過一隻黑豹，所以當他得知有人肯亞萊基皮亞(Laikipia)自然保留區目擊黑豹時，便決定前往肯亞，一起尋找黑豹的蹤影。

## 「黑豹」不是一種豹

說起黑豹為什麼是黑色的，就要先知道「黑豹」(black panther)是一種統稱，只要大型貓科動物的毛髮顏色是黑色的，就會被稱為「黑豹」。在非洲和亞洲地區，「黑豹」通常是花豹(leopard)，而拉丁美洲的「黑豹」多半是美洲豹(jaguar)。

## 白化症的相反

皮爾福德解釋道，「黑豹」正好和白化症相反，基因突變(也有人認為這是隱性基因遺傳)造成黑色素過量的黑化現象(melanism)。目前全球有11%的豹都有黑化現象，但多數的「黑豹」都是在東亞出沒，而在馬來半島的某些地區，更有90%以上的豹都是「黑豹」。

## 在熱帶雨林是偽裝

沒有參與這次研究的應用生物學家努德(Vincent Naude)指出，目前大家認為東亞雨林地區的「黑豹」是很好的偽裝，能讓他們在狩獵時佔有優勢。這也是為什麼非洲乾旱的草原上，相對來說很難見到「黑豹」。

## 紅外線拍到花紋

皮爾福德也說，雖然「黑豹」在白天的毛色看起來是黑的，但如果用紅外線攝影機在夜間拍攝牠們時，還是能看見牠們的花紋。

## 2007年拍到另一隻

另外一組人則是在2007年5月在肯亞Ol Ari Nyiro保護區拍到「黑豹」。由於這張照片已經超過10年，皮爾福德認為2007年的照片中黑豹，一定和這次拍到的黑豹是不同隻。皮爾福德說，他希望自己能夠早一點得知還有這張照片，而這正證明了肯亞比他其他非洲地區更容易看到黑豹。

## 瓦干達就在附近

巧合的是，漫威電影《黑豹》(Black Panther)的故事場景設定在一個虛構的非洲王國瓦干達(Wakanda)，而瓦干達的位址就在東非，非常接近這次皮爾福德等人拍到的黑豹的地點——肯亞。

## 色素沉澱不影響生活

努德認為，雖然生活在肯亞熱帶草原的「黑豹」不像雨林地區的「黑豹」有偽裝的效果，但考慮到肯亞花豹的習性是夜間活動，較多的黑色素沉澱應該不會帶來生活上的影響。努德特別點出，在這次皮爾福德等人的研究釋出的系列照片中，其中有一張照片是黑豹母女只有媽媽是「黑豹」，但這並不影響牠們的互動關係。

## 百年來第一次？

由於皮爾福德在論文中指出，他們這次拍下的黑豹照片，是繼1909年在衣索比亞首都阿迪斯阿貝巴(Addis Ababa)附近拍到黑豹之後，百年來最新的影像。隨著這篇論文發表之後，陸續有其他團隊聲稱他們比皮爾福德更早之前就拍到黑豹了。

