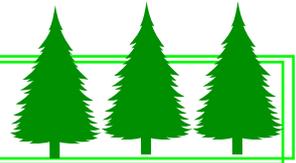




# みつぎ便り



第193号 10月号 令和4年10月1日発行 [http://itbs-ecopo.jp/environsurvey\\_report](http://itbs-ecopo.jp/environsurvey_report)

板橋区役所南部土木サービスセンターの花づくりグループとエコポリスセンターのかんきょう観察員地域自主活動グループに所属しているボランティア団体「見次の会」です

## ジノンジョ (自然薯)

自然薯といえばとろろご飯。すり鉢で擦って出汁を加え麦飯にかけてたら、たまらない美味しき。滋養のあるパワーフードですね。そんな自然薯が見次公園にも生えていました。植えたわけではないので、鳥が種を運んできたのでしょうか。

細いハート型の葉と薄く平たい袋状の種は、そういえばこの辺りでもよく見かける気がします。意外と身近に生えているものですね。葉



の付け根に付く「むかご」からも増えるようです。土に埋めると種芋の

代わりになるそう。種でもむかごでも地中の芋でも、どれでも子孫を残すことが出来るという自然の力は素晴らしい。

むかごはご飯と一緒に炊いたり、素揚げにして塩を振るほかにも、クリームチーズと和えたり、キーマカレーに入れても美味しいです。いろいろアレンジしてみたくります。食欲の秋、体に良い自然の恵みを食卓でも楽しみたいですね。(朋)

## ヤブガラシ (藪枯らし)

公園遊具広場の階段横の斜面に、今ヤブガラシが一面に覆い被さるようになり生い茂っています。ヤブガラシは、別名貧乏葛とも呼ばれて、庭の手入れどころではない貧乏な人の住まいの庭に生い茂るなどの様子からそう呼ばれることがあるようです。駆除するには非常に困難な雑草のようでも、地上部にある草だけを取り除いても、根茎が残ると地下茎が長く横にのびて繁殖し、春から夏にかけて芽を出すため完全に切り除くのは難しいようです。



ブドウの仲間のつる植物で道端や市街地の公園のフェンスなどによく見かける雑草です。つるは二〜三メートル程になり、日光を求めて延びるので色々なものからみつきます。ブドウの房のように複数の花を付け、三〜四程の朱色の花弁に、白い雄しべが立ち上がります。花は半日程で散りますが、蜜が豊富で蜂や蝶がよく集まります。根の部分は利尿・解毒・鎮痛などに薬効のある生薬になるようです。(圭)

※植物の紹介をしていますが、区の条例により、公園内の植物の採取は禁止されております。