



# 里山で野草をみつけようー観察ビンゴに挑戦ー

里山では、季節によってさまざまな植物を見ることができます。特に、田んぼなど日当たりの良い場所では、早春から秋にかけて常に植物が生育し、時には大きな集団をつくります。

## この活動のねらい

四季を通して身近な野草を観察し、野草の名前や特徴を知りながら里山の自然を楽しみ、里山に生育する多様な野草に気づく。

## 事前準備・準備するもの

- ・野草用の図鑑 ・カメラ ・スケッチブック ・筆記用具 ・バインダー ・ビンゴカード
- ・野草用の図鑑を使って、身近な野草の名前や特徴を調べておく。
- ・事前に下見を行い、安全に、できるだけ多くの野草が観察できるコースを選定する。

## 里山でビンゴをしよう

- 1 季節や観察時期に合わせて、観察ビンゴカードをつくる。
- 2 里山を歩いて野草を見つけ、観察ビンゴカードにチェックする。
- 3 里山でみられた野草を「在来種」や「外来種」に分ける。

## 観察ビンゴカードの参考例

### 春の野草初級編

セイヨウタンポポ	ナズナ	キュウリグサ	ヒメオドリコソウ
タネツケバナ	オランダミミナグサ	ノボロギク	ホトケノザ
ヤハズエンドウ	オニノゲシ	ハルジオン	ハハコグサ
セイヨウアブラナ	スギナ	ハコベ	オオイヌノフグリ

※春の野草初級編では、参加者が下のよう  
な春に多く見られる野草を組み合わせ  
てビンゴカードをつくります。

- ・セイヨウタンポポ
- ・ヒメオドリコソウ
- ・オオイヌノフグリ
- ・セイヨウアブラナ
- ・ハルジオン
- ・オニノゲシ
- ・オランダミミナグサ
- ・ノボロギク
- ・ナズナ
- ・キュウリグサ
- ・タネツケバナ
- ・ホトケノザ
- ・ヤハズエンドウ
- ・ハハコグサ
- ・スギナ
- ・ハコベ

※組み合わせを工夫すると、「在来種のみ」  
または「外来種のみ」のビンゴになります!!











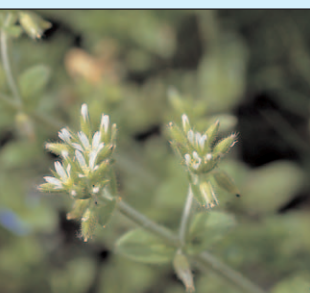

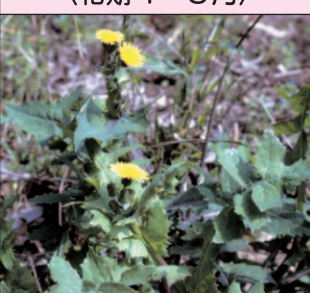

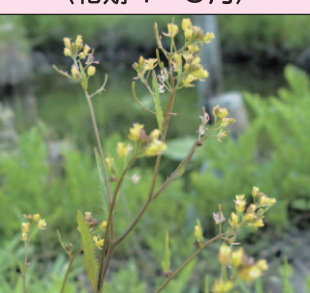
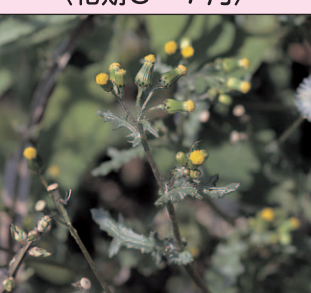
※ P9～11にある野草リストを参考にして、ビンゴカードをつくりましょう。  
※観察ビンゴカードの組み合わせ例は、茨城県自然博物館ホームページで紹介しています。  
(ホームページアドレス <http://www.nat.pref.ibaraki.jp/>)

## まとめ

- ・見つけた野草を記録し、観察した場所にはどのような種類が多いかまとめましょう。一年を通して観察し、季節ごとの野草の移り変わりをまとめることも大切です。
- ・「在来種」や「外来種」の分布から、里山の環境を考えましょう。

















## 身近に見られる野草リスト

里山で見られそうな野草を紹介します。ここでは、もともと日本に生育していたものを **在来種**、明治時代以降に何らかの理由で日本に入ってきたと思われるものを **外来種** として表します。

早春から夏にかけて見られる野草			
			
セイヨウタンポポ 〈花期3～9月〉	カントウタンポポ 〈花期3～5月〉	オオイヌノフグリ 〈花期3～5月〉	ホトケノザ 〈花期3～6月〉
			
ナズナ(春の七草) 〈花期3～6月〉	キュウリグサ 〈花期3～5月〉	タチツボスミレ 〈花期4～5月〉	タネツケバナ 〈花期4～6月〉
			
ヒメオドリコソウ 〈花期4～5月〉	スズメノエンドウ 〈花期4～6月〉	オランダミミナグサ 〈花期4～5月〉	ハルジオン 〈花期5～7月〉
			
ノゲシ 〈花期4～7月〉	オノノゲシ 〈花期4～10月〉	イヌガラシ 〈花期4～9月〉	ノボロギク 〈花期通年〉
ノミノツツリ 花期3～6月	カラシナ 花期4～5月	タチイヌノフグリ 花期4～6月	ヘビイチゴ 花期4～6月
オニタビラコ 花期5～10月	ミミナグサ 花期4～6月	ノミノフスマ 花期4～10月	カキネガラシ 花期4～6月
カタバミ 花期5～7月	ニワゼキショウ 花期5～6月	ノヂシャ 花期5～6月	スイバ 花期5～8月
ヘラオオハコ 花期6～8月	ギンギン 花期6～8月	ヒルガオ 花期6～8月	ツユクサ 花期6～9月



山菜や食用として利用されることが多い野草

			
ワラビ 若芽を利用 〈利用期3～4月〉	ゼンマイ 若芽を利用 〈利用期3～4月〉	フキ <small>つぼみ</small> 蕾のフキノトウを利用 〈花期3～5月〉	ツクシ(スギナ) 胞子茎のツクシを利用 〈利用期3～4月〉
			
セイヨウアブラナ 花、葉、茎を利用 〈花期3～5月〉	コオニタビラコ(春の七草) 若葉を利用 〈花期3～5月七草のホトケノザ〉	ノビル 地下茎を利用 〈花期5～6月〉	オランダガラシ 全草を利用 〈花期4～6月別名クレソン〉
			
カラスノエンドウ 全草を利用 〈花期3～6月 <sup>翌年ハス</sup> 〉	オオバコ 葉、種子を利用 〈花期4～9月〉	ハコベ (春の七草) 若い茎葉を利用 〈花期3～9月〉	ハハコグサ (春の七草) 若葉を利用 〈花期4～6月七草のゴギョウ〉
			
ヨモギ 若葉を利用 〈花期9～10月〉	ドクダミ 全草を利用 〈花期6～7月〉	セリ(春の七草) 若葉を利用 〈花期7～8月〉	ウド 若芽を利用 〈花期8～9月〉

ワサビ	全草、地下茎を利用、花期3～5月	※食用として利用される野草は他にもありますが、ここでは主なものについて紹介しています。
ノブキ	若い葉茎を利用、花期4～5月	
シロツメクサ	若葉を利用、花期5～8月	
ミツバ	葉茎を利用、花期6～7月	
ツリガネニンジン	若葉を利用、花期8～10月	



初夏から秋にかけて見られる野草

			
ススキ 〈花期8月～10月〉	オギ 〈花期9～10月〉	クズ 〈花期7～9月〉	ヒメジョオン 〈花期6～10月〉
			
ヨウシュヤマゴボウ 〈花期6～9月〉	ハキダメギク 〈花期6～11月〉	イヌタデ 〈花期6～10月〉	オニドコロ 〈花期7～8月〉
			
ヤマノイモ 〈花期7～8月〉	ヌスビトハギ 〈花期7～9月〉	ヤブカラシ 〈花期6～8月〉	ヘクソカズラ 〈花期8～9月別名ヤイトバナ〉
			
ミズヒキ 〈花期8～10月〉	アキノエノコログサ 〈花期8～11月別名ネコジャラシ〉	アメリカセンダングサ 〈花期9～10月〉	セイタカアワダチソウ 〈花期10～11月〉

カヤツリグサ	花期8～10月	オオアレチノギク	花期7～10月	メヒシバ	花期7～11月
ガマ	花期6～8月	オオブタクサ	花期8～9月	スズメウリ	花期8～9月
ゲンノショウコ	花期7～10月	カラスウリ	花期8～9月	ヒメムカシヨモギ	花期8～10月
カナムグラ	花期8～10月	ワレモコウ	花期8～10月	イノコズチ	花期8～9月
オオオナモミ	花期8～11月	ヨシ	花期8～10月	キクイモ	花期9～10月

参考となる本

『山溪ハンディ図鑑 野に咲く花』（山と溪谷社），『菅生沼周辺の野草』（茨城県自然博物館）