

ヤブムラサキ（藪紫） シソ科ムラサキシキブ属 *花期=6~7月

名前の由来= 同属にムラサキシキブと言う種がある、美しい花と美しい紫色の実をつけるので庭等の植えられている、美しい紫色の実を美しい女性、紫式部に例え名付けられた、ヤブムラサキは数に自生するところから藪にある美しい紫式部ということで名付けられた。

宮城県以南~九州の低山や林縁に生える落葉低木（2~3m）葉は尾状に先が尖り鋸歯がある、表裏に軟毛が密生しているので指で葉を挟むとビロードの様な柔らかな感触がある、他の植物にはない独特の感触です。ムラサキシキブに比べ実のつきのが少ない。*花言葉=思いやり



マツカゼソウ（松風草） ミカン科マツカゼソウ属 *花期=8~10月

名前の由来= 丸い小葉（こば）が風に吹かれて揺れる姿に風情があることから名付けられた。ちなみに小葉とは、複数の構成されている小さい葉っぱを言う。

また、この葉が風に揺れる姿を、能楽「松風」の松に見立てたというせつもある。葉は3回3出羽状複葉で柔らかく無毛、葉や花は独特の臭気がある、この臭気は虫や鹿に食べられることを防いでいる。春日山では鹿が食べないので本種のみが群生。ミカン科では本種のみが草本。*花言葉=ゆらめく恋心



アオミズ（青水） イラクサ科ミズ属 *花期=7~10月

名前の由来= 茎がみずみずしく草全体が緑色であるので。

北海道~九州の湿った所に生える、茎は水分が多く淡緑色で無毛、高さ20~30cm、葉は対生菱状広卵形、表面、深緑色、鋭い鋸歯縁、裏面には葉脈に沿って短毛が生えている。今回は周遊コースに1か所のみ10m程度生えていた。アオミズは野草料理としてもクセがなく美味しく食べることが出来ます、葉や茎の柔らかいところを湯がいて、おひたし、和え物、卵と



エゴマ（荳胡麻） シソ科シソ属 *花期=9~10月

名前の由来= 「エ」とは、油を採るところから「え（得）」と味が良い意味で「え（良）」の説がある、前者が有力とされるが、エゴマの油を料理に用いる際は「アメゴマ」や「うまごま」とも呼ばれている、「あめ」や「うま」は「うまい」の意味なので、味が良い意味なので「良」の説が妥当である、「ごま」とは中国では西域の諸国を「胡」と言い「胡瓜（キュウリ）」「胡椒（コショウ）」「胡桃（クルミ）」等、胡から持ち帰ったものには「胡」が冠されて、ゴマの実麻の実に似ていることから、胡から持ち帰った麻に似た植物と言うことで「ゴマ」となった。「エゴマ油」には@リノリン酸、食物繊維鉄分、亜鉛、ビタミンB1など多くの有効成分が含まれている健康食品です、葉にも、ビタミン、β-カロテン、スマリン酸等々多くの栄養が含まれている、韓国料理によく使われている、これらは縄文時代から食べられていたようで遺跡からも発掘されているシソ科ですので茎は四角です、葉を揉むと独特の香りがする、葉は広卵形で先が尖る。エゴマの効能を詳しく知りたい方はインターネットで「エゴマの効能」で検索してください。凄い効能があります。*花言葉はありません。



イチイガシ（一位檜） ブナ科コナラ属 *花期=4~5月

名前の由来= 諸説ある、①神聖な木を意味する「イチイガシ」が転訛した説。

②良く燃える木を意味する「イチビカシ（最火檜）」が変化した説

③本種で公家の笏（しゃく）木製のメモを作ったことによる説、等

関東地方南部、太平洋側~九州の山地に生える、春日山でも巨木が多く見られた

奈良はイチイガシが多いと言われている、高さは30m直径1.5mほどになる、葉は互生倒披針形皮質で上半分に鋭い鋸歯がある、表面は濃緑色で光沢ある、裏面は黄褐色の星状毛が密生、ドングリの殻斗にも星状毛がある、殻斗に毛があるのは本種のみです。



イズセンリョウ（伊豆千両） サクラソウ科イズセンリョウ属

名前の由来= 伊豆半島の伊豆神社に多く、実の形や付き具合が、赤い実の千両に似ていることから、伊豆にある千両となった。鹿の忌避植物なので春日山の原生林の中で群生していた。中国では実を薬剤として使用されている、常緑の低木で高さは1mほど、幹は紫褐色、皮目がある若枝は緑色、葉は互生、長楕円形、表面は光沢があり、裏面主脈が盛り上がりっている花は両性、又は雌雄混株、秋に種子が熟すと白色になる。花言葉はない。

