

# 堂谷津の里 自然だより

# 2023年 5月

2023. 5. 15

新緑がまばゆい季節、オオヨシキリの元気な声に初夏の訪れを感じます。ハルジオン、コウゾリナなどの雑草の花、ウツギ、エゴノキなどの木の花が咲いて心がわくわくします。オタマジャクシ、メダカ、チョウやトンボ・・・初夏の里山はリフレッシュに最適です。



クサナギオゴケ



ハンショウツル

木漏れ日の  
雑木林の  
中で



ナルコユリ



ヤマツナミソウ



フタリシズカ



ワニグチソウ



ワガ 刈り・ミヤマルの交雑種? ミヤマナルコ



明るい林の  
縁や草原  
で



ウマノアシガタ



ニガナ



コメツブツメクサ



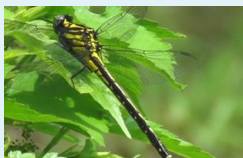
コウゾリナ



ドクダミ



シオヤトンボ



ヤマサナエ



ニホンカワトンボ

**チョウもトンボも春を満喫!**



モンシロチョウ



ツマグロヒョウモン



レンゲ・ハルジオン、花を摘んで遊ぶ

＜季節メモ＞ ドクダミ

梅雨の頃、次々に花を咲かせ群生、一面白い花畑のようなドクダミ。その清楚な美しい姿とは裏腹に全草に独特のニオイ成分を含んでいるため、少し傷ついただけで悪臭を放ちます。

嫌われ者のドクダミですが最大の特徴は、薬草としての存在。利尿、抗菌、解毒などの作用が強く、多くの効果があるとの例えで、別名十薬（じゅうやく）といひます。

乾燥させた葉を煎じ飲用、乾燥させることで臭気は和らぎます。花や葉を瓶に詰め果実酒などを入れて3か月、虫よけ、かゆみ止め、保湿剤となるドクダミチンキの完成です。蚊との戦いの季節、手作りスプレーはいかかですか。

写真・編集：晝間