



2021. 9. 2 五色台少年自然センターで撮影

## ニラ

(ヒガンバナ科)

古くから野菜として育てられていますが、  
はんしょくりよく  
繁殖力が強く、いたるところで野生化しています。

小さなかわいい花がたくさん咲き、様々な昆虫  
がみつ蜜を吸いに集まります。全体に独特のにおいを  
持ち、葉は栄養価が高く、めんえききのう免疫機能を高めたり、疲  
労回復機能があったりします。よく似たスイセン  
には毒があるため、不用意に口に入れないように  
しましょう。