



みのり

2023年
No.382



特定非営利活動法人 支え合う会 みのり
理事長 吉川 ひとみ
〒206-0802 東京都稲城市東長沼 1270-4

TEL 042-378-8757 (月～金 10時～18時) FAX 042-379-1234
☒ <http://blog.canpan.info/sasaeaukai/>
☒ minor1973@energy.ocn.ne.jp

＼秋の野草紹介／



ヤマハギ

秋の七草の一つ



キキョウ

秋の七草の一つ



オミナエシ

秋の七草の一つ



カワラナデシコ

秋の七草の一つ



ナンバンギセル

主にススキに寄生する一年草の寄生植物。草姿は、パイプを立てたような形をしています。(花卉の先端、赤紫色)

つる植物で根が薬用ニンジンのようなのでついた名。別名:ジイソブ(花の内側紫色)



ヤマジノホトギス

ちよっと珍しい野草



ヒョドリジョウゴ

実



ツリガネニンジン

釣鐘型の花と、漢方薬の朝鮮人参の太い根に似ているところから名付けられたと言われています。(薄紫色)



ツルニンジン



実

ヘクソカズラ

悪臭と可愛い花とのギャップから。秋に熟す黄褐色の小さな実は乾燥させると無臭になり、リースの花材としての人気が高まっています。(白色、中央部紅紫)

稲城市全域食事支援 配食サービス

～自宅まであたたかい家庭の味をお届けします～

1食 620円(味噌汁付)

季節の野菜や旬の食材を生かし、栄養バランスのとれた手作りの夕食を作っています。月1回からご利用できます。

詳しくは、☎042-378-8757 ☎042-379-1234

9月も熱中症に気をつけましょう！

- ・こまめに水分と塩分補給
- ・暑さを避けよう
- ・温度を管理しよう
- ・服装を工夫しよう

