め

●緑色は別名

《目次》 1
メギ 2
メキシコヒマワリ 3
メキシコマンネングサ 4
メグスリノキ 5
メコノプシス・カンブリカ 6
メコノプシス・グランディス 7
メコノプシス・ナパウレンシス 8
メタカラコウ 9
メタセコイア 10
メドーセージ 11
メドハギ 12
メナモミ 13
メハジキ 14
メヒシバ 15
メマツヨイグサ 16
メランポジウム 17

【花期 4～5月】落葉低木

メギ　萼片6個、花弁6個、雄しべ6個、葯は弁開【18】　2002.6.4戸隠

花　萼片6個は花弁より大きく、僅かに紅色を帯びる【4】　2002.6.4戸隠

紅葉　-.11.5戸隠

果実　2001.10.14戸隠

メギ　目木　別名コトリトマラズ・ヨロイドオシ〈メギ科メギ属〉

山地や野原に生え、よく分枝、高さ2m位になる。枝は褐色、稜と刺がある。葉は新枝に互生、短枝で束生、倒卵形、長さ2～3cm、全縁、先は尖らず、基部は細くなって短い柄となる。葉が出る頃に短枝から短い総状花序を垂らし、淡黄色の花を2～4個下垂、径約6mm。果実は液果、楕円形、長さ7～10mm。【4】【18】【37】

■名は、木を煎じて洗眼薬に使うから。【18】
■雄しべ6個は、さわると急に内側に曲がる特性がある、雌しべは1個。【4】
■同属のヒロハヘビノボラズは葉の長さ3～10cm、ふちには刺毛状の鋸歯。【4】

花撮影月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
メギ		●	●	◐								

【花期 7～10月】

メキシコヒマワリ　ニトベギク属【58】　2018.10.8信濃

メキシコヒマワリ メキシコ向日葵　別名チトニア〈キク科チトニア属〉

メキシコから中央アメリカが原産。日本では春蒔きの一年草。茎は直立。高さ1～3m。葉は長卵形、長さ7～25cm、濃い緑色、3浅裂、ふちに鋸歯。頭花は長めの花茎の先につく、径5～10cm、朱色または黄色。。【18】【58】【77】【114】

■名は、メキシコ原産で、花がヒマワリのようなので。【114】
■チトニアの名前はギリシア神話に出てくる若者ティトヌスに因む。【77】
■園芸品種のトーチは高さが1～1.5m程の矮性種。種も広く出回る。【77】
■古代アステカ帝国の国花だったといわれている。【77】
■種は冠毛が硬く尖った芒(のぎ)に変化しており、刺さると痛い。【77】

花撮影月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
メキシオシマワリ								●				

【花期 3～5月】

メキシコマンネングサ　葉は多肉質【84】　2015.7.18小諸

メキシコマンネングサ 墨西哥万年草 〈ベンケイソウ科マンネングサ属〉

メキシコの名はあるが、原産地は不明。道端などに生え、グランドカバー・鉢植えにも利用される常緑多年草。匍匐性がある。高さ10～20cm。葉は線状楕円形、長さ1.3～2cm、鮮緑色、光沢がある、花茎の葉は互生、花のつかない茎では4～5個輪生。花は径7～10mm、花弁は黄色、先は鋭く尖る。【58】【72】【84】

■葉っぱをちぎって地面に蒔いておくだけで、どんどん殖える。【84】

花撮影月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
メキシコマンネングサ				●								

【花期 5月】落葉高木

冬芽　2003.1.8長野

実　あまり開かない【3】2003.1.8長野

メグスリノキ　雌花　【37】は白色花と記すが、この株の花は黄緑色　2011.5.4長野

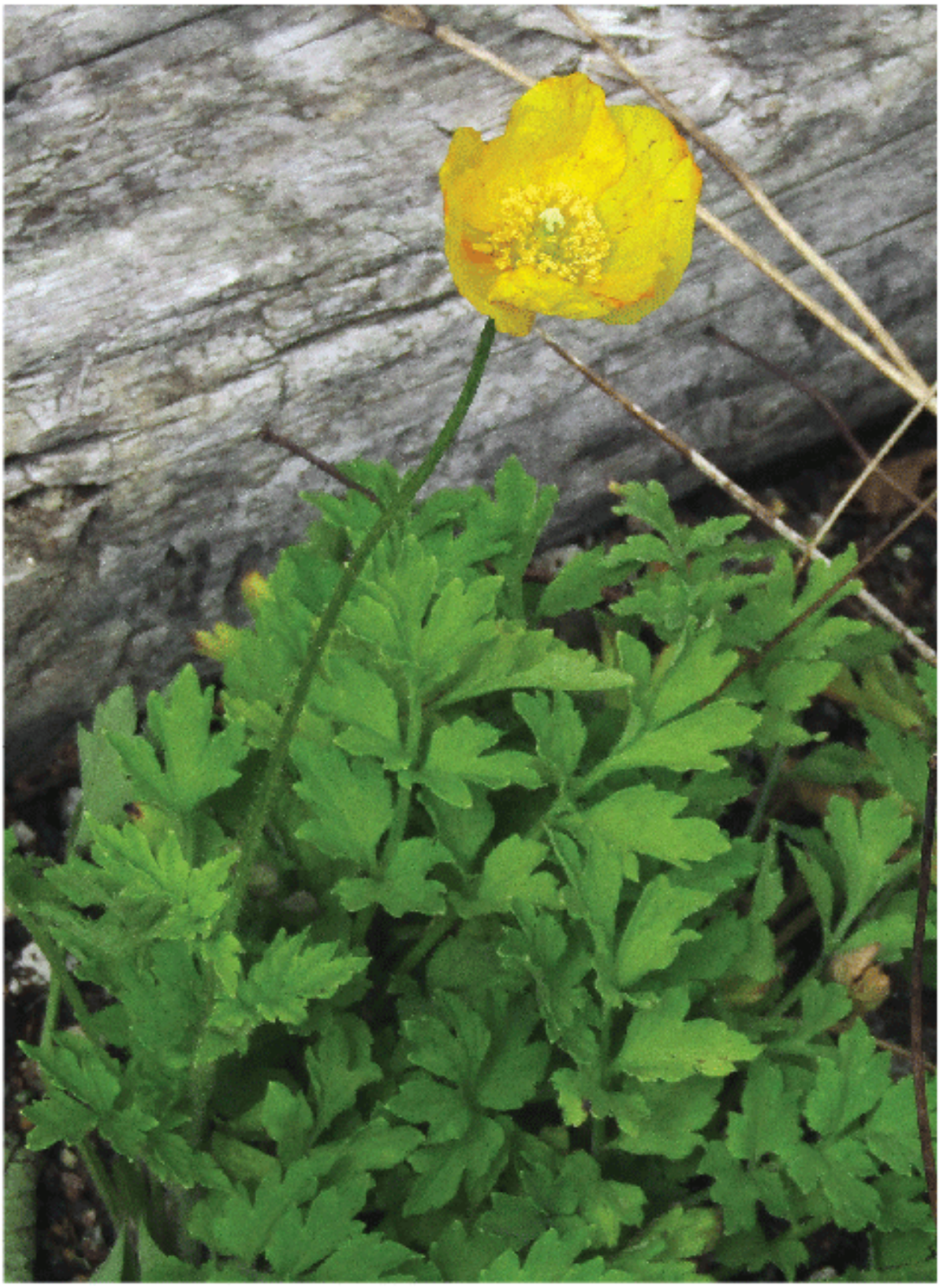
メグスリノキ 目薬の木 チョウジャノキ〈カエデ科カエデ属〉

山地に生え、高さ10mほどになる。若枝、葉裏、花序に粗毛を密生。樹皮は灰色を帯びる。葉は対生、3出複葉、小葉は楕円形、長さ5～12cm、ふちに鈍い波形の鋸歯。雌雄異株。花は葉と同時に枝先の葉腋に2～3個つく、白色、萼片5個、花弁5個、雄しべ10～20個。果実は翼果、長さ4～5cm、弧状。【4】【18】【37】【58】

■名は、民間薬として樹皮を煎じ目薬として用いたことから。【18】
■紅葉も美しい。【48】

花撮影月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
メグスリノキ												

【花期 6〜8月】



メコノプシス・カンブリカ　　2017.9.21白馬五竜高山植物園

メコノプシス・カンブリカ ―― 〈ケシ科メコノプシス属〉

ヨーロッパ産の多年草。原産地以外にも広く帰化し、高地の湿り気のある礫地や日陰の土手などに生える。高さ30〜45cm。葉は羽状複葉。花は黄色またはオレンジ色。【58】【66】【86】

■学名Meconopsis cambrica。【58】
■比較的耐暑性があり、こぼれダネでもよく増えるので栽培が難しくなく、特に夏に冷涼地域では一面になり見事。【86】

花撮影月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
メコノプシス・カンブリカ						●	●					

【花期 6～8月】

青いケシ　メコノプシス･グランディス

2013.7.26白馬五竜高山植物園

ヒマラヤの青いケシ 〈ケシ科メコノプシス属〉

ヒマラヤの高山で見られる1年草もしくは多年草。メコノプシス・グランディスはブータンの国花。メコノプシス・ベトニキフォリアはグランディスより小振りで、花が多く咲くのが特徴。「天上の妖精」とも呼ばれる。【58】【66】【ウィキペディア】

花撮影月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
ヒマラヤの青いケシ				●	●	●						

【花期 7～8月】

メコノプシス・ナウレンシス　　2013.7.26白馬五竜高山植物園

メコノプシス・ナパウレンシス ―― 〈ケシ科メコノプシス属〉

ネパールから中国の西南部の標高3000～4500mの高山帯に分布する多年草。高さ1～2m。花の数が多く、時には数10にもなる、花色は紅色、紫色、黄色、稀に白色。【58】【66】

■学名Meconopsis napaulensis。【58】

花撮影月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
メコノプシス・ナパウレンシス					●							

【花期 6～9月】

メタカラコウ　1998.7.14鬼無里　2014.7.3大町

花　下から咲き上がる【7】　2003.7.25戸隠

根生葉　2003.7.25戸隠

綿毛　2018.11.3信濃

メタカラコウ　雌宝香〈キク科メタカラコウ属〉

山地の湿地に生える多年草。茎は直立、高さ60～100cm。根生葉は長柄、三角状心形、先は鋭く尖る、ふちに鋸歯、茎葉は3個、上部のものは小さく、葉柄の基部は葉鞘になっている。茎頂に総状花序をつけ、黄色い頭花を密につける、舌状花は1～3個、花冠の長さ20～25mm、中心に管状花が6～7個。【3】【7】【18】【42】

■名は、タカラ香の意。タカラ香は龍脳香(りゅうのうこう)のことであると言い、この類の根が龍脳香のよいにおいがするから。雌はオタカラコウ(雄宝香)よりも形がやや小さく、やさしい作りであると見て。【2】

花撮影月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
メタカラコウ				●	●●●	●●●	●					

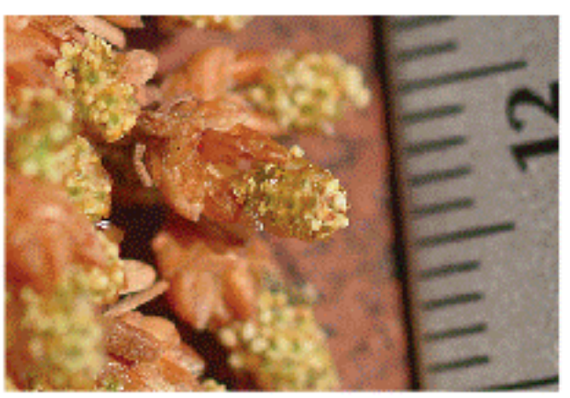
【花期 2～3月】落葉高木

メタセコイア　樹形は円錐形【5】

葉　2列対生【37】　2004.5.19白馬

雄花序（蕾）　2012.11.3小布施

実　2004.5.19白馬



雄花　1目盛1mm　2003.3.30長野

実・種子　1目盛1mm　2002.12.18長野

メタセコイア Metasequoia 別名アケボノスギ〈スギ科メタセコイア属〉

化石はアジア地域に広く産出し、原生種は1945年中国四川省で発見された。1949年渡来、公園などに植えられる。幹は直立、高さ25～30m。樹皮は赤褐色、縦に裂ける。葉は対生、線形。雌雄同株。雄花序は長く下垂、雌花は単生。果実は球果、角状球形か短円柱形、種子は倒卵形、短い翼がある。【4】【5】【18】【37】【58】

■名は、属名の呼び名、ギリシア語metaとセコイア属。【18】
■別名アケボノスギは、英名 Dawn redwood の直訳。【58】
●発見・渡来年に異説あり。ここでは記載多数の年度としたが、各自ご確認を。

花撮影月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
メタセコイア	○								○		○	

【花期 夏～秋】常緑小低木

メドセージ　　2004.9.7群馬・松井田

メドーセージ ―― 〈シソ科アキギリ属〉

ブラジル及びパラグアイ、アルゼンチン北部原産。高さ1.5mほどになり、暖地では越冬できる。茎の先に穂状花序をつける。萼片は黒色。花冠は濃い青紫色。【58】

■園芸上、流通している名前。学名はSalvia guaranitica。【58】

花撮影月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
メドーセージ						●	●					

【花期 8～10月】

メドハギ　花は葉の間に咲く【25】　2002.9.9長野

花　雄しべ10個、内9個は基部で合着する【42】　2002.8.24長野

葉　2002.8.24長野

果実　内に1種子【5】　2002.10.14大町

メドハギ　蓍萩・目処萩〈マメ科ハギ属〉

日当たりのよい草地や荒れ地などに生える多年草。茎は直立、高さ60～100cm、よく枝分かれし、半ば低木状となる。葉は羽状複葉、密に互生、小葉は線形、長さ10～25mm、幅2～4mm、先は円く、基部は楔形に細まる、両面に短毛。葉腋に蝶形花を2～4個つける、長さ6～7mm、黄白色、旗弁に紅紫色の斑がある。果実は豆果、扁平な卵形、閉鎖花の豆果は円形。【4】【5】【18】【32】【42】

■名は、莢（めどぎ）萩の略。中国の蓍になぞらえて茎を占いの筮竹の代用にしたとか。【18】

花撮影月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
メドハギ						●	●					

【花期 9〜10月】

茎　開出毛が密生【42】2003.10.8諏訪

花は径約2cm【64】　2014.10.1白馬

メナモミ　葉には翼のある長い葉柄がある【64】　2013.9.18白馬

メナモミ 豨薟〈キク科メナモミ属〉

荒れ地や道端などに生える1年草。茎は直立、高さ60〜120cm、やや長い毛を密生。葉は対生、有柄、葉身は卵形〜卵状三角形、長さ7〜18cm、3脈が目立つ、先は尖る。両面とくに下面に軟毛が多い。枝先に頭花を散房状。花柄にも腺がある。総苞片5個、平開、粘液腺があり、べたつく、舌状花の花冠は4mm内外。果実はそう果、長さ3mm内外、冠毛はない。【3】【18】【32】【42】

■ナモミはナズミの意で、種子がくっつくことをいう。【18】

花撮影月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
メナモミ							●	●				

【花期 7～9月】

メハジキ　2002.8.21軽井沢町植物園

花　2002.10.25長野

葉　2002.10.25長野

実　分果【42】　2002.10.25長野

種子　1目盛り1mm　2002.10.25長野

メハジキ　目弾き　〈シソ科メハジキ属〉

道端や荒れ地に生える2年草。高さ50～150cm。茎は直立、四角柱、白い短毛を密生、疎らに分枝。根生葉は花時には枯れる、下部の茎葉には長柄、葉身は3深裂、裂片はさらに羽状に分裂、上部の葉は次第に小形になり、披針形～線形。上部の葉腋に唇形花が数個ずつ段状につく、花冠は長さ1～1.3cm。【3】【18】【32】【42】【58】

■名は、昔の子どもたちが茎を短く切り、瞼の間に挟んで、目弾き遊びをしたことによる。【32】■乾燥して産前産後に用いたことから、ヤクモソウ(益母草)とも呼ぶ。【3】■根生葉(円形、掌状3～7裂)と茎葉では大きく形が異なる。【58】

花撮影月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
メハジキ						●	●	●				

【花期 7～11月】

花序　2014.7.30長野

若い小穂　毛が見える 2002.9.10長野

メヒシバ　茎の下部　特に下部の葉鞘は白長毛が多い【59】　2002.9.10長野

メヒシバ　雌日芝〈イネ科メヒシバ属〉

畑地や道端に普通に生える1年草。茎は節から根を出しながら這い回り、枝は立つ。高さ30～70cm。葉は線状披針形、長さ8～20cm、幅5～15mm、裏面の中脈には白長毛が多い、葉鞘も普通白長毛が生えるが、上部では少ない。花序は1～3cmの中軸をもち、細い枝を2～8個分ける、枝には長さ3mmほどの小穂が2列に並んでつく。小穂は披針形、黄緑色、先は尖る。【18】【32】【58】【59】

■名は、オヒシバ(雄日芝)よりも柔らかく細い茎と穂によるもの。【10】

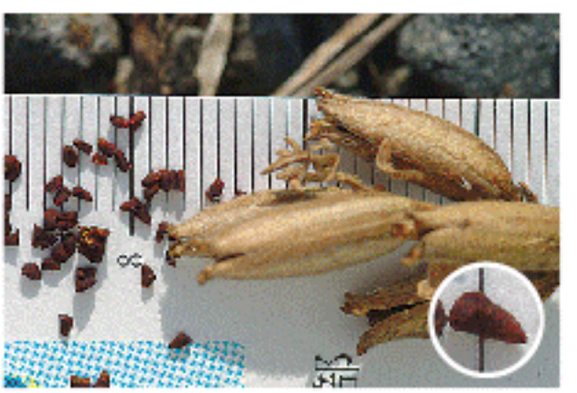
花撮影月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
メヒシバ						●	●					

【花期 7～10月】

メマツヨイグサ　明治後期に渡来したといわれる【3】　2003.9.16白馬

花　黄色【42】　2002.9.26長野

茎葉　無柄【3】　2003.8.21上高地



種子　さく果　1目盛1mm

メマツヨイグサ　雌待宵草〈アカバナ科マツヨイグサ属〉

北アメリカ原産の2年草。道端や荒れ地に普通。茎は直立、全体に上向きの毛。高さ30～150cm。根生葉は倒披針形、ふちに不揃いの鋸歯。茎葉は細長い楕円形、ふちに不揃いの鋸歯。花は径1.5～4cm、萼片4個、淡緑色、花弁4個、先端は凹む、雄しべ8個、柱頭4裂。果実はさく果、長楕円形、長さ2～3cm。【3】【32】【42】

■花弁の間にすきまのあるタイプをアレチマツヨイグサ、ないものをメマツヨイグサと区別することもあるが、現在はこれらを含め広い意味でメマツヨイグサとして扱っている。【3】■近年オオマツヨイグサとの雑種らしいものもふえている。【32】

花撮影月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
メマツヨイグサ					●	●	●	●	●			

【花期 5〜11月】

メランポジウム　　2015.6.20須坂

メランポジウム ―― 〈キク科メランポジウム属〉

北・中央アメリカ原産。耐暑性が非常に強く、夏も休むことなく開花し続ける一年草。根元からよく分枝、丸くまとまる。高さ20〜40cm。葉は対生、披針形〜長楕円形、長さ5〜7cm、黄緑色、ふちに浅い鋸歯、波打つ。花は頭花、径2〜3cm、舌状花は12個程、花色は黄色、レモン色など。園芸品種多数。【58】【80】【83】【84】

■学名はMelampodium paludosum。【58】
■セルフクリーニングの性質があり、花がらが目立ちにくいのも特長。【58】
■小さいヒマワリを花束にしたような感じ。【84】

花撮影月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
メランポジウム			●	●								