

ホソバアカバナ (ヤナギアカバナ) *Epilobium palustre* L.

アカバナ科

特徴

草丈20~80cmの多年草。葉は対生し、長さ2~9cm、幅5~15mmで細く、線状披針形から長楕円状披針形で、葉の縁は全縁です。茎や葉には短毛が多く、全草白色に近いです。地中に糸状の走出枝があります。花期は8~9月。

生育環境

チゴザサ・アゼスゲ・ヤチカワズスゲなどが生育する中間湿原に生育します。

国や県の分布

北海道・本州(中部地方)に分布。県内では中部・東部の湿原にまれに分布します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



シラキ *Sapium japonicum* (Siebold et Zucc.) Pax et K. Hoffm.

トウダイグサ科

特徴

樹高5m程度の落葉広葉樹。葉の形や大きさはカキに似ていますが、葉裏が白く、枝や葉を傷つけると白い汁が出るのが特徴です。花は枝の先に総状につき、上部が雄花、基部が雌花になります。花弁がないので疎らな穂のように見えます。花期は6月。

生育環境

沢筋など溪谷沿いの広葉樹林の中に生育します。

国や県の分布

本州・四国・九州・沖縄に分布。県内では中部から南部にかけて分布します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



オオヤマカタバミ *Oxalis obtusilobata* Maxim.

カタバミ科

特徴

草丈10~20cmの多年草。花茎が伸びて花が開く頃、ようやく根生葉が伸び始めます。根生葉が展開する頃には花は終わります。小葉は倒三角形で、縁に褐色の毛があり、長さ2~3.5cm、幅3~5cmです。さく果は長さ2cmに達し、各室に4~5個の種子があります。花期は4~5月。

生育環境

薄日のさしこむ落葉樹林下で腐植土の堆積する立地に生育します。

国や県の分布

本州中部・九州に分布。県内では中部・東部の山地林内に生育します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



**ハクサンフウロ** *Geranium yesoense* Franch. et Sav. var. *nipponicum* Nakai **フウロソウ科**

**特徴**

草丈30~50cmの多年草。茎や葉に伏毛ふくもうがあります。葉は5裂し、裂片はさらに深裂します。茎の先に、直径3cmの花を1~2個つけます。小花柄は果期には水平以下に下がります。花期は7~8月。

**生育環境**

北アルプスなどの亜高山~高山帯に多く見られる植物の一つで、日当たりの良い草原に生育します。

**国や県の分布**

本州中部以北の亜高山帯や高山帯に広く分布。県内でも広い範囲で見ることができます。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



**アサマフウロ** *Geranium soboliferum* Komar. var. *hakusanense* (Matsum.) Kitag. **フウロソウ科**

**特徴**

草丈50~80cmの多年草。茎葉は対生し、茎や葉には圧着する細毛あつかうがあります。托葉は合生し、小花柄は果期に直立します。似た種類にハクサンフウロやタチフウロがありますが、茎や葉には開出か下向きの粗い毛あらがあって区別できます。花の色も微妙に違い、生育地も異なります。花期は8~9月。

**生育環境**

やや乾いた湿地や水路沿いの湿潤地に群生します。

**国や県の分布**

本州中部に分布する日本固有種。県内では軽井沢から野辺山、諏訪地区に生育します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



**センブリ** *Swertia japonica* (Schult.) Makino (ムラサキセンブリ *S. pseudochinensis* H. Hara を含む) **リンドウ科**

**特徴**

草丈20~25cmの一年草。葉は対生で、長さ1~4cm、幅2~5mmの線形。日本の代表的な薬草の一つで、胃腸薬として知られています。茎や葉などのどこを噛んでも非常に苦いのが特徴で、湯の中で1000回振って苦みを出してもまだ苦いということから「千振り」の名がつけました。花期は9~10月。

**生育環境**

山の赤土がむき出しになるような日当たりの良い草地に生育します。下草が多くなって暗くなってきた場所ではあまり見られません。

**国や県の分布**

北海道・本州・四国・九州に分布。県内ではほぼ全域に分布します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD

● はムラサキセンブリの評価



植物

エゾリンドウ *Gentiana triflora* Pall. var. *japonica* (Kusn.) H. Hara

リンドウ科

特徴

草丈60~80cmの多年草。太い根茎があり、茎は直立し、全体的にはやや白みがかかり、花は葉腋に数段つきます。似た植物にリンドウがありますが茎は紅みを帯び、葉や萼片の縁は波状の微歯はあっても、突起毛がないところで区別できます。オヤマリンドウにも似ますが、花が頂生し、花冠は長さ3~5cm、裂片が斜開から平開するところで区別できます。花期は8~10月。

生育環境

湿性の草原でチゴザサ・アゼスグの生育する中間湿原に生育します。

国や県の分布

北海道・本州（中部以北）に分布。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



スズサイコ *Cynanchum paniculatum* (Bunge) Kitag.

ガガイモ科

特徴

草丈40cm~1mの多年草。茎は硬くて細く、葉は対生し、長さ6~13cm、幅4~15mmで、先は尖りやや厚くなっています。茎の上方の花序に直径1~2cmの黄褐色の花をまばらにつけます。花は早朝に開き、日が当たると閉じます。つぼみが鈴に似ていて、全体がセリ科のミシマサイコに似ていることから名がつけました。花期は7~8月。

生育環境

日当たりの良いやや乾燥した草地に生育します。

国や県の分布

北海道・本州・四国・九州に分布。県内では全県に見られるものの、個体数は多くありません。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



ミツガシワ *Menyanthes trifoliata* L.

ミツガシワ科

特徴

草丈30~60cmの多年草。葉が開くより前に太い根茎より花茎を出し開花します。葉は3出複葉、小葉は卵状楕円形ないし菱状楕円形で大きく広がります。花は短花柱花と長花柱花があり、花冠の裂片の内面に長い毛があります。花期は5~6月。

生育環境

水の停滞する湿地や池塘周辺から水中に太い根を張り群生します。

国や県の分布

北海道・本州・九州に分布。北半球に広く分布します。県内では中部・南部の山地湿原に生育します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



## カイジンドウ *Ajuga ciliata* Bunge var. *villosior* A. Gray ex Nakai

シソ科

### 特徴

草丈30~40cmの多年草。茎は直立し、葉は数対あり、下部のものは小さく匙形。中部の葉は卵形から広卵形で長さ3~8cm、基部は5~10mmの有翼の柄となります。全体に多細胞の白毛が多くあります。一見ウツボグサに似ていますが、葉に歯牙があることで区別できます。花期は6~7月。

### 生育環境

標高1,000m付近の山地の林縁や草地に生育します。

### 国や県の分布

北海道・本州・九州に分布する日本固有種。県内では中部・東部の山地に生育しますが、個体数は減少しているようです。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



## ジュウニヒトエ *Ajuga nipponensis* Makino

シソ科

### 特徴

草丈15~25cmの多年草。茎は数個束生して斜上または直立し、葉は2~3対で長さ5~10cm、長楕円状匙形で、少数の波状の歯牙があり、全体に密に白色の多細胞の縮毛があります。基部はくさび形に細くなって有翼の柄となります。花期は5~6月。

### 生育環境

山地帯の斜面や砂地に生育します。

### 国や県の分布

本州・四国に分布。県内では全域に生育します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



## キソキバナアキギリ *Salvia nipponica* Miq. var. *kisoensis* K. Imai

シソ科

### 特徴

草丈20~40cmの多年草。茎はほとんど分枝しません。似た植物に山地帯の林床に生育するキバナアキギリがありますが、茎が枝分かれをし、花期は8~9月で遅く、花も大きく、茎に数段つける点で区別できます。花期は6月。

### 生育環境

沢沿いの湿り気のある林床に生育します。

### 国や県の分布

本州（長野県・岐阜県）に分布する日本固有種です。県内では木曾上松以南の木曾谷に分布の中心があります。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



植物

ジャコウソウ *Chelonopsis moschata* Miq.

シソ科

特徴

草丈60~100cmの大形の多年草。茎は直立斜上し、ほとんど分枝せず、葉は膜質で長さ10~20cm、幅3~10cmで、上面に斜上する毛があります。下面の脈上は開出毛がまばらに生え、基部は耳状心形となり、長さ5~12mmの葉柄となります。花期は9~10月。

生育環境

山地帯のやや湿り気のある林床に生育します。

国や県の分布

北海道・本州・四国・九州に分布する日本固有種。県内では全域に生育しますが個体数は少ないようです。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



ヤマトラノオ *Veronica rotunda* Nakai var. *subintegra* (Nakai) T. Yamaz.

ゴマノハグサ科

特徴

草丈40~80cmの多年草。茎は直立し、上向きにまがる短毛があります。葉は対生し、基部が細まり、柄はなく長さ5~10cm、幅1.5~2.5cm、不揃いの鋭鋸歯があり、疎らに細毛があります。似た種類にヒメトラノオがあり、葉の先が尾状に伸び、短い葉柄がある点で区別できます。花期は8~9月。

生育環境

日当たりの良い草原に生育しますが、まれです。

国や県の分布

本州・四国・九州に分布。県内では東部・南部・中部の一部に生育します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



オオナンバンギセル *Aeginetia sinensis* Beck

ハマウツボ科

特徴

一年生の寄生植物。カリヤス・ヒメノガリヤスなどに寄生し、花柄を20~30cm伸ばし独特の花をつけます。似た植物にナンバンギセルがありますが、花冠は4~4.5cmで、花冠裂片の縁には細かい切れ込みがあるなどの違いがあります。花期は7~9月。

生育環境

茅場といわれる草刈り場や、道路端のイネ科やカヤツリグサ科の根に寄生しますが、まれな植物です。

国や県の分布

本州・四国・九州・琉球に分布。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



**オカウツボ** *Orobanche coerulescens* Stephan f. *nipponica* (Makino) Kitam.

ハマウツボ科

**特徴**

草丈10~25cmの一年草。オトコヨモギの根に寄生します。太い茎の上部に総状に花をつけます。寄生植物のため葉緑素を持ちません。似た種類のハマウツボはカワラヨモギの根に寄生し、全体に毛が多いです。花期は5~6月。

**生育環境**

オトコヨモギが生えるような日当たりの良い草地に生育します。

**国や県の分布**

北海道・本州・四国・九州・沖縄の海岸や河原に分布。県内では全県の河原や原野にまれに分布します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



**ケヤマウツボ** *Lathraea japonica* Miq. var. *miqueliana* (Franch. et Sav.) Ohwi

ハマウツボ科

**特徴**

草丈10~30cmの多年草。ブナ科やカバノキ科などの樹木の根に寄生しています。太い花茎に総状の花をつけます。葉緑素を持たないため、自分で光合成をすることができません。花期は5~6月。

**生育環境**

やや湿った林で寄生する木が生えて、林床が開けた場所に生育します。花が終わるとすぐに枯れてしまうので、なかなか見つけることができません。

**国や県の分布**

本州・四国・九州に分布する日本固有種。県内では全県に分布しますが、まれです。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



**ヒメタヌキモ** *Utricularia multispinosa* (Miki) Miki

タヌキモ科

**特徴**

浅い池沼に生育する多年草。茎は水中の泥の上を這い15~30cmに達し、ところどころに地中葉を出し、葉は3~4回分枝し、裂片は全縁で少数の捕虫のうをつけます。花をつけることはまれです。似た種類にタヌキモ・コタヌキモ・ヤチコタヌキモなどがありますが捕虫のうのつき方、花の大きさや色で区別できます。花期は8~9月。

**生育環境**

常に浅い地表水の見られる泥土上に生育します。

**国や県の分布**

北海道・本州に分布。県内では全県の池沼に生育しますが、生育地点は少ないようです。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



植物

キキョウ *Platycodon grandiflorum* (Jacq.) A. DC.

キキョウ科

特徴

草丈0.5~1mの多年草。太い黄白色の根茎があり、古来咳止めなどの薬用として利用されてきました。葉は互生し、長さ4~7cmで、縁に鋭い鋸歯があります。茎の先に直径4~5cmの釣鐘型の花をつけます。塩尻市の市花になっています。花期は7~9月。

生育環境

日当たりの良い草地に生育します。

国や県の分布

北海道・本州・四国・九州に分布。県内でも全県の草地に見られます。

塩尻市	EX EW CR+EN <b>VU</b> NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN <b>VU</b> NT DD



バアソブ *Codonopsis ussuriensis* (Rupr. et Maxim.) Hemsl.

キキョウ科

特徴

つる性の多年草。全体に白い毛があり、つるは細くやわらかで、切ると乳白色の液が出ます。葉は2.5~5cmの卵形~卵楕円形で、特に裏面に白い毛が多く見られます。長さ2~2.5cmの球形に近い釣鐘型の花をつけます。花の内側には濃い紫の斑点があり、これを老婆の顔のそばかすにたとえて名づけられています。花期は7~8月。

生育環境

山地の林縁や原野などに生育します。

国や県の分布

北海道・本州・四国・九州に分布。県内でも全県に分布しますが、個体数は多くありません。

塩尻市	EX EW CR+EN <b>VU</b> NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



ツルアリドオシ *Mitchella undulata* Siebold et Zucc.

アカネ科

特徴

草丈10~40cmの常緑の多年草。茎は地上を這い、節々から根を出します。葉は対生し、深緑色で厚く、無毛で長さ1~1.5cm、ふちはやや波を打ちます。枝先に普通2個の花を付けます。果実は球形で直径8mm程度で、赤く熟します。花期は7~8月。

生育環境

標高1,000m前後の山地の林床に生育しています。

国や県の分布

北海道・本州・四国・九州に分布。県内では北部・中部・南部に分布しています。

塩尻市	EX EW CR+EN VU <b>NT</b> DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



ヤブデマリ *Viburnum plicatum* Thunb. ex Murray var. *tomentosum* (Thunb. ex Murray) Miq.

スイカズラ科

特徴

樹高2~6mになる落葉低木または小高木。葉は長さ5~12cm、幅3.5~7cmで、葉脈は裏面に突出します。枝先に散房花序をつけ、外側に5弁で不整形の飾り花、内側に平頂の集合花があります。花期は5~6月。

生育環境

丘陵地・山地の沢沿い・凹地・土壌の湿ったところに生育します。

国や県の分布

本州・四国・九州に分布。!

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



イボタヒョウタンボク *Lonicera demissa* Rehder

スイカズラ科

特徴

樹高1~4mになる落葉低木。葉は長さ1.5~5cm、幅8~20mmで軟毛があり、イボタの葉に似ています。果実の径は4~8mmの球状で、2個の果実が寄せ合ってヒョウタン状になり、秋になって熟すと赤色になる液果をつけます。花期は5~7月。

生育環境

深山の比較的明るい適潤な森林、林縁部に生育します。

国や県の分布

分布域は比較的狭く、本州中部の長野県から山梨県を中心に分布します。県内では全県に分布します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



オミナエシ *Patrinia scabiosifolia* Fisch. ex Trevir.

オミナエシ科

特徴

草丈0.6~1mの多年草。秋の七草のひとつとしてよく知られています。茎の上部はよく分枝し、黄色の花を散房状に多数つけます。葉は対生し、羽状に裂けます。果実は、長さ3~4mmの長い楕円形でやや平たくなっていますが、オトコエシのような翼はありません。花期は8~10月。

生育環境

日当たりの良い山野の草地に生えます。

国や県の分布

北海道・本州・四国・九州に分布。県内では全県に分布します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD





ヒトツバヨモギ *Artemisia monophylla* Kitam.

キク科

特徴

草丈50~120cmの多年草。葉の長さは6.5~14cm、裏面は白色で、縁に鋸歯がありますが、切れ込みがないので他のヨモギ類と区別できます。花は茎の先端に穂状につきます。花期は8~10月。

生育環境

積雪の多い亜高山の草地に生育します。

国や県の分布

本州の日本海側の亜高山に分布。県内では北部の山岳のところどころに生育します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



カワラハハコ *Anaphalis margaritacea* (L.) Benth. et Hook. fil. ssp. *yedoensis* (Franch. et Sav.) Kitam.

キク科

特徴

草丈30~50cmの多年草。茎は根元でよく分枝し、こんもりとした丸い株を作ります。地下茎をのばして増えるので、群生することが多いです。葉は、長さ3~6cm、幅1~2mの細長い線形で、縁は裏面に巻き、裏面には白い綿毛が密生しています。枝先に繖苞の長さ5mm程度の球形の小さな花を多数つけます。花期は8~10月。

生育環境

石のごろごろしているような河原に群生します。

国や県の分布

北海道・本州・四国・九州に分布。県内でも全県の主な河川で見ることができます。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



コウリンカ *Senecio flammeus* Turcz. ex DC. ssp. *glabrifolius* (Cufod.) Kitam.

キク科

特徴

草丈50~60cmの多年草。根生葉は匙形で、茎につく葉は互生し、広倒被針形で長さ10~16cm、基部では茎を抱いています。頭花は、3~4cm、6~13個が付き、繖苞は黒紫色です。花期は7~9月。

生育環境

日当たりの良い山地草原に生育します。

国や県の分布

本州に分布。県内では木曾南部と下伊那南部を除いて、全県の高原に見られます。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



ヒメヒゴタイ *Saussurea pulchella* (Fisch.) Fisch.

キク科

## 特徴

草丈30~150cmの多年草。茎は直立し、上部でよく分枝し、多数の頭花をつけます。葉は長さ12~18cmで下部のものは深く羽裂または全縁で、両面に細毛があつて、下面には更に腺点があります。総苞片の先は膜質で淡紅色の付属体があります。花期は8~10月。

## 生育環境

日当たりの良い山の乾燥草原や山地の路傍に生育します。

## 国や県の分布

北海道・本州・四国・九州に分布。県内では中部・東部・南部に生育します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD

アサマヒゴタイ *Saussurea nipponica* Miq. ssp. *savatieri* (Franch.) Kitam.

キク科

## 特徴

草丈50~100cmの多年草。茎は直立し広い翼があり、葉は互生し長い葉柄があります。頭花は紅紫色で2~20個、多い時は40個程度つけます。総苞は高さ10~15mm、片は5列、先は尾状に伸びてそりかえります。花期は8~10月。

## 生育環境

落葉広葉樹林の林床、林縁、道路端、沢筋など広い範囲に生育します。

## 国や県の分布

本州（関東・中部地方東北部）に分布する日本固有種。県内では中部・南部に分布の中心があり、接する東部や北部にも生育します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD

セイタカトウヒレン *Saussurea tanakae* Franch. et Sav. ex Maxim.

キク科

## 特徴

草丈70~100cmの多年草。茎には広い翼がつきます。茎葉は有柄で、葉身は心形または広卵形で長さ8~15cm、先は短く鋭尖となり、縁には不規則な歯牙があります。頭花は径15mm、総苞は黒紫色で絹毛があります。花期は8~10月。

## 生育環境

日当たりの良い林内、林縁、草原、岩場に生育します。

## 国や県の分布

本州（群馬県・長野県・静岡県・岡山県）に分布。県内では中部・東部・南部の一部に生育します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



セイタカタンポポ *Taraxacum elatum* Kitam.

キク科

特徴

花茎を10~20cm伸ばす多年草。カンサイタンポポとシナノタンポポの中間型ですが、独立した種として認められています。総苞は長さ14~20mmで、外片は内片の1/2程度で、先端の小角突起はあまり目立ちません。このタンポポは普通いうニホンタンポポの一種です。花期は4~5月。

生育環境

人との関わりで、人家周辺の道路端や丈の低い草地に生育します。

国や県の分布

本州（千葉県以西、中部地方南部から和歌山県潮岬）に分布。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



タカサゴソウ *Ixeris chinensis* (Thunb. et Murray) Nakai ssp. *strigosa* (H. Lév. et Vaniot) Kitam.

キク科

特徴

草丈40cm程度の多年草。根生葉は長さ8~20cmで縁は全縁から羽状に裂けるものまでさまざまです。頭花は直径2cm、冠毛が白色になることが特徴です。大陸遺存植物の一つです。花期は6月。

生育環境

日当たりの良い乾いた草地を好み、場所によっては道端にも生育します。

国や県の分布

本州から九州に分布。県内では全県に分布しますが、生育地が人里に近い場合、土地の開発などで絶滅の危険が高まっています。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



イトモ *Potamogeton pusillus* L.

ヒルムシロ科

特徴

小形の沈水植物。貧弱な地下茎が横走し、ひと節ごとに水中茎が伸びます。水中茎の断面は楕円形。葉は無柄、線形で鋭尖頭、全縁で長さ2~6cm、幅0.7~1.5mm、1~3脈があります。秋になると枝の先端に長さ1.5~2.5cmの芽がつき、水底に沈んで越冬します。花期は6~8月。

生育環境

湖沼、溜池、水路に生育します。

国や県の分布

北海道・本州・九州に分布。県内では北部に多く、中部はまれに生育しています。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



ヤナギモ *Potamogeton oxyphyllus* Miq.

ヒルムシロ科

特徴

常緑の沈水植物。水中茎の断面は楕円形。葉は無柄、線形で鋭尖頭、長さ5~12cmで幅2~5mm、全縁で5脈以上あります。花茎は長さ2~5cm、花穂の長さ6~12mm。葉の形、大きさ、葉脈数など変化が多いようです。花期は5~9月。

生育環境

きれいな水の流れる河川、まれに溜池に生育します。

国や県の分布

北海道・本州・四国・九州・琉球（奄美群島）に分布。県内では全県に生育します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



イトトリゲモ *Najas japonica* Nakai

イバラモ科

特徴

沈水性の一年草。茎は細く全長は10~30cm、よく分枝するが茎はよく折れます。葉は五輪性状で細く、糸状で長さ1~2cm、幅0.2mmで葉縁に細鋸歯があります。種子は各節に(1)2個つけます。似た植物にホッスモがありますが葉は三輪性で、種子は1節に1個つけ、葉鞘の先が耳状に突き出ます。花期は6~9月。

生育環境

溜池や水田に生育します。

国や県の分布

北海道（まれ）・本州・四国・九州に分布。県内では中部・南部の水田に生育します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



イヌノヒゲ *Eriocaulon miquelianum* Koern.

ホシクサ科

特徴

無茎で草丈10~15cmの一年草。葉は多数束生し、被針状線形で長さ5~10cm、幅1~5mm、総苞片は被針形で、頭花の2~3倍長い。花苞、萼、花弁の上端だけに2細胞からなる白色短毛がありません。花期は9~10月。

生育環境

ミズゴケ湿原の地表水の見られる立地に群生します。

国や県の分布

本州・四国・九州に分布。県内では中部・南部で生育が確認されています。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



植物

サギスゲ *Eriophorum gracile* Koch

カヤツリグサ科

特徴

草丈30~40cmの多年生抽水植物。根茎は長い匍枝があり、茎は株を作らず、細くやわらかで鈍い3稜があります。花序は単純、小穂は2~3個ついていて、果は狭長楕円形、長さ3~3.5mm、花被片は多数あって、長さ2cm程度に伸びて、小穂は白くなります。花期は4~5月。

生育環境

地表流水が静かに流れる流水域か、浅い池端に群生し、果期には生育地全体が真っ白になります。

国や県の分布

北海道・本州（近畿地方以北）に分布。県内では全県に分布します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



ハクサンスゲ *Carex curta* Gooden.

カヤツリグサ科

特徴

草丈20~50cmの多年草。稈は葉とともに叢生し、白い緑色で、葉の幅は2~4mmです。小穂は5~8個で疎らに穂状をなして楕円形、長さ5~7mm、苞葉ははっきりしません。果胞は短いクチビルがあります。花期は6~7月。

生育環境

湿り気のある草原やミズゴケ湿原に生育します。

国や県の分布

北海道・本州（中部以北の高山）に分布。県内では北部・中部の湿原にまれに見られます。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



ナガエミクリ *Sparganium japonicum* Rothert

ミクリ科

特徴

草丈0.7~1.3mの多年生の抽水~浮葉植物。花序は分枝しません。雌性の頭花は3~7個で、少なくとも下部の1~3個は長さ7~50mmの柄があり、葉腋から出ますが、上部の頭花は無柄です。雄性の頭花は4~9個で雌性の頭花からは離れてつきます。花期は7~9月。

生育環境

湖沼、溜池、河川、水路などに生育します。流水中に沈水状態で生育するのが多く見られます。

国や県の分布

北海道・本州・四国・九州に分布。県内では北部と中部に生育します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



**ゼンテイカ (ニッコウキスゲ)** *Hemerocallis dumortieri* Morren var. *esculenta* (Koidz.) Kitam.

ユリ科

**特徴**

草丈60~70cmの多年草。60~80cmの花茎を伸ばして、数個の花をつけます。花は開花してその日のうちにしぼみます。花期は7月。

**生育環境**

日当たりの良い草原を好み、標高の高い場所に生育します。広い草原では大群落を作ります。

**国や県の分布**

北海道・本州（中部以北）に分布。県内では標高の高い地域では普通に生育しており、霧ヶ峰などの名所も多く知られています。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



**キツネノカミソリ** *Lycoris sanguinea* Maxim.

ユリ科

**特徴**

草丈30~50cmの多年草。春先に20cm程度のスイセンのような細長い葉が出ます。この葉は夏までに枯れてしまいます。夏になると今度は花茎だけが50cm程度まで伸びて、3~5個の花をつけます。花期は8~9月。

**生育環境**

ヒガンバナの仲間ですが、ヒガンバナのように人里近くの土手などに生えることはなく、林縁や明るい落葉広葉樹林に生育します。

**国や県の分布**

本州・四国・九州に分布。県内では集落に近い標高1,000m以下のところに広く分布しています。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD



**ツルボ** *Scilla scilloides* (Lindl.) Druce

ユリ科

**特徴**

草丈20~40cmの多年草。葉は長さ10~25cmの線形で2枚根生し、地下には直径2cm程度の卵形の鱗茎があります。春先に出た葉は初夏に枯れ、夏過ぎになって30~60cmの花茎を伸ばし、総状に多数の花を咲かせます。花期は8~10月。

**生育環境**

日当たりの良い場所を好み、人家近くの道ばたや草むらに生育します。

**国や県の分布**

北海道から沖縄まで全国に分布。県内でも各地に分布します。

塩尻市	EX EW CR+EN VU NT DD
長野県	EX EW CR EN VU NT DD
環境省	EX EW CR EN VU NT DD

