



2020. 5. 24 五色台少年自然センターで撮影

## ガマズミ

(スイカズラ科ガマズミ属)

日本から中国の山地に生え、2～4mの高さに成長します。5～6月に小さな白い花をたくさん咲かせ、独特の香りがします。可愛い花がまとまって咲くことから、「結合」や「愛は強し」などの花言葉を持ちます。

秋になると、赤く甘酸っぱい実をつけます。生で食べることもでき、ポリフェノールやビタミンCが豊富なために美肌効果や健康によいとされています。