

# ガマ

*Typha latifolia*

ガマ科



ガマ

## 名前の由来

ガマの名前の由来には様々な説があり、「浦」をマガマと言ひ、はじめのマを略して「ガマ」となったという説や、朝鮮語のカム(材料の意味)に由来するという説、日本語のルーツにあたるアルタイ語の葦(あし)を意味するカマが、日本語ではカマと呼ばれるようになったという説などがある。漢字名：蒲

## 形態的特徴

根は池底、上部は水面より上に立ち上がる抽水植物。水中から全体が直立し、高さ1.5~2mになる。根は円柱状で太く、泥の中を横走する。根の節から多数のひげ根を出す。葉は緑白色で厚みがあり、幅1~2cm、長さ100~200cm。葉の内部はスポンジのような構造で、つまむとふわふわした感じがする。いわゆる“ガマの穂”はガマの雌花のあつまりで、長さ7.5~20cmの棒状、つぼみ時には淡い緑色をして

いるが、花を経て果実が熟すにつれ濃い茶色になる。果時には棒の直径が2~3cmになる。果実には綿毛をつけた種子がぎっしり詰まっており、熟すと綿状に分解して、風に乗って飛んでいく。雄花は雌花のすぐ上に接してつき、長さ5.5~13cmで雌花群よりやや崩れたような棒状、花時には黄色味がかった緑色で、大量の花粉をつける。花が終わると枯れ落ち、果実が熟す頃には花軸を残すのみとなる。

## 類似種と見分け方

花のないときはミクリ属の植物やマコモと似る。見分けるポイントは葉の断面で、ミクリ属の植物は三角形(葉の下

方で顕著)、マコモは薄く平たく中心に筋がある。ガマの葉も平たいが、厚みがあり中心の筋ははっきりしない。



ガマ。丸の中は葉の拡大。葉はやや厚みがある。



類似種のマコモ。葉は平たく中心に筋がある



類似種のミクリ。葉の断面は三角形

## 生活サイクル

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
開花期				■								
結実期						■						

魚類

底生動物

両生類  
爬虫類

トンボ

チョウ

樹木

(在来種) 草花

(外来種) 草花

哺乳類

(水辺) 鳥類

(葦原・樹林) 鳥類  
ワシ・タカ

## 生育環境・分布

湖沼や池、流れの緩い河川、水路などに群生する。

**分布：**国外分布は、北半球、オーストラリア、ポリネシア。

国内分布は、北海道から九州。

道内分布は、全道。

十勝地方では、全域の湖沼や池、流れの緩い河川、水路などに生育している。水深20～50cm程度の水域に生育していることが多い。



ガマは、池沼の水際で生育し、時には大群落を形成することもある

## 生活史

**開花時期：**7～8月

**開花までの年数：**不明だが、十勝川下流域に人為的に造られた池では、出現（発芽）して2年目に花がみられた。た

だし、出現した個体が種子由来か根茎由来かは不明。

**寿命：**多年草

## 他生物との関わり

エゾシカが生息している地区では、ガマを食べることがある。

ルリボシヤンマ属のトンボやオツネトンボは、ガマなどの抽水植物の植物体組織内に卵を産みこむとともに、羽化する場所としても利用する。



エゾシカに食べられたガマ



オオルリボシヤンマの産卵

## 興味深い話

■昔からガマは利用価値が高く、特に花粉や全草は漢方薬として今でも用いられている。花粉の漢方名は蒲黄（ほおう）で、傷口ややけどに散布して用いられる。また、ガマの全草は、香蒲（こうほ）とって利尿薬として用いられる。日本の民間薬でも花粉を止血に使用したり、全草を煎じた汁を服用して利尿薬として使われてきた。

■「古事記」の中の“因幡の白兔”の中でも、ガマの蒲黄は白兔の傷を治すのに登場している。

■雄花の全盛期には花をちょっとゆするだけで花粉がたくさん落ちる。

■ガマの穂は成熟すると綿毛となり、これを布団の中に詰めて使われていた。また布団は蒲団ともいい、この字はガマの漢字名の蒲から来ている。

■成熟したガマの穂を爪を立てるような感じで強くつまむと、ぎゅぎゅ詰まった綿毛が次から次へと勢よくほぐれ、飛び立っていく。条件がよければまるで手品のように一瞬でプワッとガマの穂がほぐれる。

■十勝地方などのアイヌ語では「シキナ（=本当の草）」と

いう。

■アイヌの人達は、秋に茎葉を採集して乾燥させ、これでキナ（ごぞ）を織った。



ガマの穂。茶色の円柱状のものが雌花、その上に突き出ているのが枯れた雄花



成熟したガマ。綿毛

## 配慮事項

ガマが生育するためには水深20～50cm程度、泥底の環境が必要である。

ガマの生育する水際は水域と陸域をつなぐ場所であり、鳥類・昆虫類・両生類などの生息にとって重要である。

魚類

底生動物

両生類  
爬虫類

トンボ

チョウ

樹木

(在来種) 草花

(外来種) 草花

哺乳類

(水辺) 鳥類

(草原・樹林) 鳥類  
ワシ・タカ

### 参考文献

「日本の野生植物 草本Ⅰ」佐竹義輔・大井次三郎 他 平凡社 1982

「日本水草図鑑」角野康郎 文一総合出版1994

「北海道植物図譜」滝田謙譲 自費出版 2001

「野草の名前 夏」高橋勝雄 山と溪谷社 2003

「アイヌ語で自然かんさつ図鑑」帯広百年記念館（編）、内田祐一・池田亨嘉、帯広百年記念館友の会 2004

「原色日本トンボ幼虫・成虫大図鑑」杉村光俊・石田昇三・小島圭三・石田勝義・青木典司 北海道大学図書刊行会 1999

「北海道薬草図鑑 野生編」山岸喬 北海道新聞社 1992

「川の生物図鑑」財団法人リバーフロントセンター編 山海堂

1996