

# 春の七草がゆを**楽**しまおう

## 2.4<sub>±</sub>

11:00~14:00

植物館1階 休憩室にて  
七草がゆの振舞いをいたします



### プラントピア

現在の七草がゆは1月に行われていますが、当園では春の野花在芽吹き始める早春、  
旧れきの七草にちなみ2月上旬に、来園されたお客様に七草がゆを振舞います

ナズナ 

アブラナ科  
血圧を安定させ、  
腎臓、肝臓機能を  
整え、便秘にも効  
果があります

ハコベラ 

ナデシコ科  
胃腸の疲れを  
取り、母乳の分  
泌をよくする  
と言われます

セリ 

セリ科  
熱をさまし、  
貧血や更年  
期の障害を  
和らげます

ホトケノザ 

キク科  
高血圧を予防  
し、胃腸の働き  
を整えると言  
われます

ゴギョウ 

キク科  
咳や喉の痛  
みを和らげ  
ると言われ  
ます

スズナ・スズシロ 

アブラナ科  
葉にはビタミンA・C、カルシウ  
ムを多く含み、吹き出物を予防  
し体の抵抗力をつけ病気にかか  
りにくくすると言われます