



早春に白い花が咲く。
葉は三裂し荒い切れ込みがある。

食 ニリンソウ

にりんそう

和名は二輪草。1 株に 2 輪の花がつくので、この名がついたが、1 輪や 3 輪の花がつくものもある。くせのない淡泊な味で、北海道で人気のある山菜。林の中や沢沿いの斜面に群生する。芽出しどき、ニリンソウとトリカブト（猛毒）は葉の形がそっくりで、時に混生するので注意が必要。白いつぼみや花のついたものだけを採取すること。

根は横に走り、まばらにひげ根を出す。



秋に青～紫色の兜状の花が咲く。



いろいろな葉のトリカブトがある

毒 トリカブト

古来から有名な毒草。和名の鳥兜は、花の形が雅楽のときにかぶる冠に似ていることからつけられた。

ニリンソウの生育する環境に好んで生え、しかも葉の形が似ているため、ニリンソウと間違えて中毒した例がある。

根は縦に長くカブのような形をしている。



この他、間違いやすい植物としてヨモギ、シャク、モミジガサ、ゲンノショウコがある。

有毒部位：全草

有毒成分：アコニチン(青酸カリの百倍の毒性がある。)

中毒症状：口のしびれ、呼吸困難、心臓麻痺→死亡

※平成21年4月に札幌市内でトリカブト(毒)とニリンソウの誤食による食中毒が発生した。