種名	ヒ　メ　ガ　マ Typba angustifolia 				
分類	被子植物単子葉植物網ガマ科	俗称	レンジャク	生活型	多年草、抽水植物
分布	北海道、本州、四国、九州のほか、広くアジア、ヨーロッパに分布する。				
形態	根：根茎が地下の泥中を横に走り、各節から多数のひげ根を束生する。 葉：葉は線形で長さ 1.5～2m、幅6～15 ㎜で後述のガマよりやや細く、質は堅い。 茎：5～6月頃、葉間から高さ2～3m、径4～5㎜の花茎を出す。花茎は1株に1本につき、円柱形で内部は中空。 花：花期は6～8月。花茎の頂上に3段に分かれた雄花群がつき、その下に3～6㎝の間隔をあけて雌花群がつく。雄花群と雌花群の間の裸出部分は雄花が脱落した後もしばらくは緑色をして残存するので、他のガマ類と識別ができる。 雄花群は円柱形で淡緑黄色、長さ 20～30 ㎝で上方がやや細い。花粉は黄色で合着しない。 雌花群の果穂は茶褐色で雌花が密生してビロード状の円柱形となり、長さ6～20 ㎝、径8～15 ㎜で上方がやや太い。 果実：果実は堅果で、9～10 月頃、種子が熟すと、果穂の上方から風によって冠毛がついた種子が遠方に飛散する。				
類似種	コガマはヒメガマに似ているが少し小さく、茎の高さは1～1.5m。葉は細く幅1㎝以下で、雌花群（穂）と雄花群は接してつき、穂の長さも短い。ガマ(P.82)は、茎の高さは 1.5～2mになるが、コガマ同様、雌花群と雄花群の間に裸出した軸がない。				
生息場所	各地の平地にある池沼、河川の水際、特に海岸近くにあるこれらの浅水中い大群生する。水深は 1.5mまで耐えることができる。				
繁殖	種子または根茎（地下茎）で越冬し、繁殖する。花期は6月～8月で、結実して堅果を作る。いわゆるガマの穂は果期の姿である。5～6月頃、根茎の節の部分から剣状葉を出して生長する。				
他生物との関係	魚類の産卵、生息、避難の場となる。				
配慮のポイント	ヒメガマなどの大型抽水植物は、魚類などの産卵や避難場所として利用されている。また、栄養塩類の除去などの水質浄化に役立っている。水域と陸域の連続性の確保は鳥類・昆虫・両生類などの生息の観点からも重要となる。河川改修の実施に当たっては、抽水植物の生育する水際線を極力、保全する必要がある。				
トピック	ガマやヒメガマの花粉は漢方では蒲黄とよばれ、止血剤や利尿剤として利用される。				
その他					
引用文献：『川の生物図鑑』を改変					