

# 「薬草の森」通信 第4号

平成19年12月22日



12月21日の朝の様子

## ○冬になりました。

遅い紅葉も終わり、木々が葉を落とした直後の、11月22日に初めての雪が積もりました。

薬草も冬枯れとなり「薬草の森」は、すっかり冬の装いとなりました。

「薬草の森」での作業も冬作業となり、枯れた薬草を刈り払い植栽圃場に敷き詰めました。

敷き詰めた薬草がマルチの役割をして、来春に芽出しする薬草の生育補助となってくれることでしょう。

また、落ちた種が来年発芽をして元気に育つことを願っています。

間もなく本格的な冬が訪れて「薬草の森」は一面の雪に覆われ銀世界となることでしょう。

## ○トピックス

### ・クサギで草木染め体験(薬草の広場に関連記事)

11月4日に「薬草の森」のクサギの果実を活用して「クサギで草木染め」体験を開催しました。

綿で染めると水色になるのが魅力的でした。

今後は、クサギを増やすよう取り組んでいきたいと考えています。

クサギ以外にも草木染めに利用できる薬草が多数あります。

機会があれば他の薬草を活用した草木染め体験を開催したいと考えています。



クサギの果実で染めたバンダナ

### ・下呂市農林水産業祭

11月10日と11日に開催された下呂市農林水産業祭で(社)岐阜県薬剤師会下呂支部の方々が11日に健康茶や生薬といった薬に関する展示をする一角で「薬草の森」の紹介をしていただきました。

「薬草の森」からはドクダミ、ゲンノショウコ、カキドオシ、オオバコといった健康茶の材料となる薬草の実物を提供したのと、「薬草の森」通信1~3号の配布、南飛騨らしい薬草の紹介ということでキハダとアマドコロを紹介する資料の配布を行いました。

キハダやアマドコロを紹介した資料は情報カードとして来春「薬草の森」で展示します。



キハダの情報カード

## ○薬草の広場

### ＜臭木染め＞

金子 美和子

11月4日、臭木を使った染色体験が行われた。

臭木の実の濃い蒼色と、深い紅の萼とのコントラストは、自然の巧まざる妙をまざまざと感じさせて、一時見とれてしまうほど美しい。

参加者はその実を萼から千切り取り、その実で大判のハンカチを染める。

実の量は基本的には染める布と同量必要ということだけど、今回は、取れただけの実を使う事にした。染布の浸かるほどの水を加えて、煮出して行った。温度が上がるにつれて、湯の色が蒼くなり沸騰するころには鍋底が見えない程濃い色となる。

ここで一つ注意。鍋はステンレス、またはホーローを使う事。30分ほど煮出したら布で濾し、更に実を潰して20分煮出す。また濾して液を合わせて染料の出来上がり。

一方、染める布は、輪ゴムを使って好きな様に絞り模様を作って準備完了。染め布を一度湯に浸してから染液の鍋に入れて40分煮染をする。鍋に布を入れたその時、布は一瞬にして水色に染まり、一同大感激(と私は感じた)。煮ているうちに色も濃くなり40分後に取り出し、水洗いしてよく水気をきり。輪ゴムをはずす。予定通りの模様になったかどうかは別にして、その表情から多分大満足だった(と私は思った)。

気がついた事2つ。1つは、蒼い色から青い色に染まった。残った液は緑だった。と言うことは、綿に対応する染料となるのは青色の色素だけということ。ちなみに青い色を出せる植物は、この臭木と藍の2つだけと言われている。

もう1つは草木染は楽しいということ。物を作り出す事は総じて楽しいけれど、草木染は予測出来ない部分が多いだけ、仕がった時の喜びが大きい。時には失敗も有るけれど、染めたすぐ後に次は何で染めたい、どう模様を付けたいという意見が出るのは、楽しさが大きかったせいだ(と私はおもう)。ともあれ、今回すばらしい秋空のように澄んだ水色を生んでくれた臭木に、感謝。



クサギの果実

### ＜クマツヅラ科 クサギ属 クサギ＞

#### 南ひだ健康道場 河原 誠二

荒地や、伐採跡地に生育する低木性の木本(樹木)です。南ひだ健康道場のある下呂市では、林道の法面や伐採して間もないスギ・ヒノキの新植地等明るい場所で見られます。

名の由来は枝、葉が臭いこと由来し、「臭い木」が転訛してクサギと名がついたと言われています。

臭い木というのが名の由来ですが花は、とても良い香りがします。

「薬草の森」では8月中旬頃に開花し、花の盛りの頃は植栽圃場の周辺に良い香りが漂います。臨濟宗妙心寺派の正眼寺では修行の一環として若葉を食べる等食としての利用もあります。

薬用は、葉や枝を乾燥させたものを生薬として用い、高血圧症や動脈硬化やリウマチ等に効果があります。



クサギの花

## ＜先人の知恵と文化に学ぼう＞

奥村 勝

冬の寒さから解き放たれる2月の終わり頃になると、愛らしく可憐な「オウレン」の花が、ひんやりとした山裾の林の中で一斉に咲きます。

田中先生の話によれば、「オウレン」は各地で薬用としての栽培が盛んに行われ、その名残として神社の境内、里山や人工林の中に今でも残っていると聞きました。

それ以来、森林整備、ハイキング、トレッキング、巨樹巨木及び神社巡り等、出掛ける毎に、「オウレン」栽培の痕跡に興味をもって見えています。

明らかに種を蒔き、栽培されていたと思われる所。昔栽培をした後に放置されたと思われる所を含め、様々な形でその存在を見ましたが、杉林の中が多いように思いました。

又「オウレン」にはいくつかの種類があると聞きました。

「キクバオウレン」「セリバオウレン」「コセリバオウレン」「バイカオウレン」等の種類があり、「丹波オウレン」「越前オウレン」等、産地による区分けは別として、私が見たのはその殆どが「セリバオウレン」と言われる種類のようでした。

他の種類では御岳の探勝路で6月に見た、地表一面に咲く「バイカオウレン」群落で、栽培ではなく明らかに自然そのもので、地表に咲く可憐な「梅の花」の絨毯でした。

植物の名前には学術的な分類や名前(サルトリイバラ)に他に、地域によって呼ばれる名前(ガンド、カメノハ等)があり、その名前に由来を聞くのも面白く思います。

人々の暮らしの中から生まれた名前に出逢う時、先人の思いとその感性が想像され、当時の豊かな人間性を空想し、ほのぼのと温かく感じられ楽しくなります。

南飛騨健康増進センターの「薬草の森」ではボランティアの人達の助けを借りて栽培されている400余種の薬草を見ることが出来ます。

又、広大な敷地内のいくつかの「自然散策路」コースを巡れば、四季折々の自然の中で自生する薬草が其処此処にあり、新しい発見に出逢う事が出来ます。

科学が発展した現代社会でも、まだまだ先人から学ぶ知恵と文化は数多くあります。

特に地域にある民間薬医療は、長い間の経験で定着された健康維持と予防医療で、後生に大切に伝承したいものです。

2007-10-31



セリバオウレン



バイカオウレン

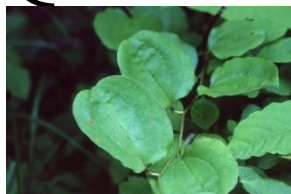
### ＜黄連(おうれん)＞

セリバオウレン、キクバオウレン、バイカオウレン等のオウレンの仲間の根茎が生薬となり黄連(おうれん)といえます。

実際に生薬として用いられるのは根茎の大きいセリバオウレンやキクバオウレンです。

主な薬効は内用として苦味健胃薬、外用としては結膜炎といった炎症を抑える眼薬としての効果があります。

「薬草の森」にはセリバオウレン、コセリバオウレン、バイカオウレンが植栽されていて3月上旬から中旬の早春に花が咲きます。



### ＜ユリ科 サルトリイバラ＞

ユリ科 サルトリイバラ

生薬名 山帰来(さんきらい)

薬用部位 根茎

薬効 解毒、解熱、浮腫等

\* 山帰来頭の饅頭を包んでいる葉はサルトリイバラの葉

## ＜アマドコロの薬用の歴史 in飛騨＞

南ひだ健康道場 河原 誠二

アマドコロの根茎を、下呂市内では健康食として特産品として売りだしているのを知っている方は多いのではないのでしょうか。

薬用法は根茎を乾燥したものを用い、生薬名を萎蕤(いずい)または玉竹(ぎょくちく)といい精力減退や老化防止に効果があると言われています。

最近ではネズミによる投与試験で皮膚の老化防止が認められ、人の皮膚の老化防止にも効果があるかもしれないという研究成果が報告されています。

健康食材や薬用方法は様々な事例として紹介されていますのでここでは視点を変えて飛騨地方でのアマドコロの薬用の歴史について紹介します。

飛騨地方のアマドコロの薬用の記述は江戸時代である西暦1745年に編纂された飛騨國の風土記である「飛州誌」にみる事ができます。

飛州誌には20種の薬草が紹介されていて、その中の一つに「萎蕤ヤマトコロ」があります。

萎蕤(いずい)とはアマドコロの現在の生薬名であることから飛州誌での萎蕤(いずい)はアマドコロではないか考えています。

しかし、飛州誌が編纂された西暦1745年より遡ること36年前の西暦1709年に黒田藩の貝原益軒が書いた日本初の本格的な本草書である「大和本草」では黄精のことをアマドコロとしています。

また大和本草の中では「黄精ト萎蕤ト相似タリ・・・」と書いてあることから、黄精(おうせい)と萎蕤(いずい)は違うことになります。

大和本草の記述から考えると飛州誌での萎蕤はアマドコロではないことになってしまいます。

飛州誌が編纂されてから時を経て127年後の西暦1872年(明治6年)に編纂された斐太後風土記で飛騨國産薬品が紹介されている中で、「萎蕤アマドコロ」と「黄精」が記載されています。

現在の生薬名では黄精(おうせい)はナルコユリであることから斐太後風土記での黄精はナルコユリで、萎蕤(いずい)はアマドコロ

であると考えられる事ができます。飛州誌での萎蕤(いずい)もアマドコロである可能性が高まります。

飛州誌と斐太後風土記では薬品として紹介されていますが薬効や薬用方法についての記載がないことから、何の薬であ

ったかは解りませんが、2つの古書からアマドコロは飛騨地方で薬用されていたことが解ります。



アマドコロ

## ○お知らせ

岐阜薬科大学 田中俊弘教授の「薬草の森」講演会

### ○テーマ「南飛騨の薬草文化」

・平成20年1月20日(日) 午後1時30分～3時00分

参加料 無料

・定員150名(要予約)

・場所 南ひだ健康道場 健康学習センター

南飛騨の身近な薬草について解りやすく講演していただきます。

### ○「薬草の森」通信バックナンバー

南ひだ健康道場のホームページよりダウンロードしていただくか、お問い合わせください。

発行元 南ひだ健康道場

(岐阜県健康福祉部健康福祉政策課下呂市駐在)

電話 0576-55-0010 FAX 0576-55-0444

ホームページ

<http://www.pref.gifu.lg.jp/pref/doujiyou/>

ブログ <http://blog.goo.ne.jp/minami-hida-hpc/>