

キンモクセイ

学名： *Osmanthus fragrans* Lour. var. *aurantiacus* Makino 科名：モクセイ科



秋になると道を歩いている時にふと甘い香りがしたことがありますか？それはきっとキンモクセイの香りです。キンモクセイは9月下旬〜10月中旬に橙色の小さな花を咲かせます。橙色の花は緑色の葉とのコントラストも鮮やかで、見た目でも楽しませてくれますが、何よりも印象に残るのはその香りです。キンモクセイはジンチョウゲやクちなシと共に三大香木の一つとされているほどの香りのよい花です。その香りは比較的簡単に作り出すことができたため、トイレの消臭剤など多くの芳香剤に使用されてきました。

キンモクセイは漢字で「金木犀」と書きます。原種のギンモクセイ（下の写真）が白色であるのに対して、橙色の花をつけるので「金色の木犀」ということで名付けられました。「モクセイ」は中国名「木犀」の音読みで、樹皮が動物のサイの皮に似ているからだと言われています。

原産地の中国では観賞用以外でもお茶やお酒、菓子、生薬など、食用や薬用にも使用されています。

ギンモクセイ *Osmanthus fragrans* Lour.



生薬名	桂花（ケイカ）
薬用部位	花（陰干ししたもの）
薬効	胃腸の働きを整える、血行を良くする、鎮静作用
用途	胃炎、低血圧、不眠症

オナモミ

学名： *Xanthium strumarium* L. 科名：キク科



みなさんは、「ひっつき虫」と呼ばれる植物をご存じですか。その植物の名はオナモミといえます。オナモミは果実の周囲にトゲがあり、被服に付着しやすいため「ひっつき虫」と呼ばれています。トゲは動物からの防御のためというより、毛に絡み付いて運んでもらうためのものとされています。雑草の一種で山野の道端や荒地などに自生する一年草の帰化植物で、日本には稲作文化がはいつてきたころにアジア大陸から全国に広まったのではないかと言われています。

成熟した果実を9〜10月頃に摘み取って天日で乾燥させると生薬の蒼耳子（ソウジシ）となります。また、夏の開花期に全草をとり天日干しにしたものを蒼耳（ソウジ）といえます。蒼耳子にはわずかに毒性があるため、個人差はありますが頭痛やめまいが現れてしまうこともあります。そのため、多量に服用することは避けられています。

そして、オナモミの果実から絞った蒼耳油は、必須脂肪酸であるリノール酸が豊富に含有されており、動脈硬化の予防にも役立つとされています。

生薬名 蒼耳子（ソウジシ）、蒼耳（ソウジ）

薬用部位 果実、全草

薬効 解熱、鎮痛、消炎作用

用途 風邪による解熱・鎮痛作用、関節リウマチの鎮痛作用
蒼耳油は動脈硬化の予防に用いられる。



オケラ

学名： *Atractylodes japonica* Koidzumi ex Kitamura 科名：キク科



日本や韓国、中国などの日当りの良い乾いた地に自生するオケラは、秋になるとアザミに似た形状の白い花を咲かせます。生薬として用いられるのは根茎で「白朮（ビャクジュツ）」と言われ、主に水分の代謝異常を改善し、漢方薬には健胃薬や利尿薬などとして配合されています。白朮は特有の香りがありますが、これは「アトラクチロン」などの精油成分を含むためです。

オケラには邪気を払う力があるとされており、古くから神事などに用いられてきました。京都の八坂神社では、大晦日から元旦早朝にかけて白朮祭（ヲケラサイ）と呼ばれるお祭りが行われています。このお祭りで焚かれるかがり火を火縄に移して自宅へ持ち帰り、神棚のろうそくに灯したり、お雑煮を炊く火種にしたりして一年の無病息災を願うそうです。このかがり火には、乾燥させたオケラの根が加えられています。

また、お屠蘇と呼ばれる薬草酒にも、オケラが含まれています。このお酒は一年の邪気を払い健康と長寿を願って古くから元旦に飲まれていました。来年の厄払いに、お屠蘇はいかがでしょうか。

生薬名 白朮（ビャクジュツ）局方生薬

薬用部位 根茎

薬効 健胃、整腸、利尿、鎮静作用

用途 芳香健胃薬、止瀉整腸薬、利尿薬などに用いる。
人参湯（ニンジントウ）、四君子湯（シクンシトウ）、
苓姜朮甘湯（リョウキョウジュツカントウ）など

