

ダイダイ

学名： *Citrus aurantium* L. var. *daidai* Makino 科名：ミカン科



こちらはダイダイの花です。由来は果実が年を越して樹の上に残ることからと言われています。「代々」に通じることから家が代々続く子孫繁栄の意を示し、縁起が良い植物とされています。お正月の飾りに欠かせない植物で、しめ縄や鏡餅を飾る「正月飾り」として用いられています。

ダイダイはインドのヒマラヤ地方が原産で、日本には中国から渡来しました。初夏に花を咲かせ、冬になると果実が熟して黄色くなります。花の精油はネロリと呼ばれ、高級香水の原料になり、爽やかなフローラルな香りが男女問わずに愛されています。

未熟果実と成熟果皮は薬用となり、それぞれ枳実、橙皮と呼ばれています。枳実には健胃作用を目的に大柴胡湯や麻子仁丸などの多くの漢方薬に配合されています。橙皮も同様に健胃作用があります。漢方薬には配合されていますが、主に芳香性苦味健胃薬として種々の胃腸薬に用いられています。

ダイダイの果実



生薬名	橙皮（トウヒ） 局方生薬 枳実（キジツ） 局方生薬
薬用部位	果皮、未熟果実
薬効	健胃、鎮咳、去痰、鎮静、中枢抑制作用など
用途	橙皮は芳香性苦味健胃薬、苦味チンキの原料、枳実は瀉下作用などを目的に漢方薬に配合される。 潤腸湯（ジュンチョウトウ）、大柴胡湯（ダイサイコトウ）、麻子仁丸（マシニンガン）など



インドジャボク

学名：*Rauwolfia serpentina* Benth. 科名：キョウチクトウ科



インドジャボクは熱帯アジアの多湿な森林地帯に分布する常緑小低木です。1年中、淡紅色で内側が白い花を多数つけます。日本では薬草園の温度調節が可能な温室で栽培されています。

学名のセルペンティナはラテン語で蛇、特に毒蛇や大蛇の意味です。根が淡黄褐色で肥厚し、ややねじれて屈曲して蛇のように見えることから、あるいはインドで蛇に咬まれた時の薬として用いたことからインドジャボク（印度蛇木）の名になったと言われています。

インドの伝統医学「アーユルヴェーダ」に伝えられる薬用植物で、古くから蛇やサンリの毒の解毒、解熱に用いられ、老化防止の妙薬としても知られる重要な民間薬でした。含有成分の「レセルピン」は血圧降下薬や中枢抑制薬、「アジマリン」は抗不整脈薬の製造原料になり、インドの民間薬が世界中から注目を浴びる重要な薬用植物となりました。特にレセルピンは、交感神経の機能を阻害する初の薬物で、その作用が現在の高血圧症治療薬の端緒となり、現在でも高血圧症や統合失調症の治療薬として用いられています。

生薬名	ラウオルフィア
薬用部位	根
薬効	血圧降下、鎮静、抗不整脈作用
用途	血圧降下薬などの医薬品製造原料



クマザサ

学名：*Sasa veitchii* (Carr.) Rehd. 科名：イネ科



緑葉の白い隈取に雪化粧、風情を感じる写真ですね。こちらはクマザサと呼ばれる植物です。日本特産で、山野に自生しますが、各地で栽培されています。常緑の笹ですが、冬になると葉の縁が白く隈どることから隈笹（クマザサ）という名がつけました。

皆さんの中にはお正月に召し上がるおせちなどの日本料理でこの葉を目にしたことがある方がいらっしゃるのではないのでしょうか。料理に添えたり、敷いたりする「かいしき」に用いられる代表的な笹です。葉には殺菌効果や食品の腐敗防止効果があるとされ、古来食品の包みとして用いられました。石川県や新潟県の郷土料理である笹寿司はその名残であり、伝統的な知恵が受け継がれています。

クマザサは民間薬としても健胃を目的に胃もたれなどに飲用され、現在では栄養素が豊富な青汁としても飲まれています。また、近年の研究で糖尿病や高血圧、さらにはガンに対しても効果があることが期待されています。東京2020オリンピックに向けて健康増進のためにもクマザサの青汁などの健康食品を試してみたいかがでしょうか。

生薬名 淡竹葉（タンチクヨウ）

薬用部位 葉

薬効 健胃作用

用途 民間薬として健胃、胃もたれに用いられる。



ハラシ

学名：*Aspidistra elatior* Blume 科名：ユリ科



クマザサと似ていますが、こちらはハラシという植物です。クマザサがイネ科であるのに対して、ハラシはユリ科で別々の植物です。クマザサは日本特産ですが、ハラシは中国原産で、古くに中国から渡来したと考えられ、日本では庭園用などに栽培される常緑草です。

ハラシはクマザサと同様に日本料理の飾りに用いられ、特に関西でハラシが使用されていました。クマザサと比べて葉が大きいので、刺身や寿司などの器や飾り包丁を入れて「葉欄切り」などの伝統的な和食に用いられました。現在、寿司の仕切りに使われているハラシは「葉欄切り」が由来だと言われています。

利尿、強心、去痰、強壮などの薬効が知られており、かつて民間で強壮薬として用いられていた記録があります。しかし、現在では強壮を目的としては用いられず、主に利尿薬として用いられています。漢方医学の起源である中国では血（けつ）の機能、すなわち血液が正常に流れ、全身に栄養素を運ぶ働きを促進する薬として打撲傷、閉経、腹痛、頭痛、歯痛、腰痛などに用いられました。

生薬名 蜘蛛抱蛋（チチュホウタン）

薬用部位 根茎

薬効 利尿、強心、去痰、強壮作用

用途 主に利尿薬として用いられる。

