

サンショウ

学名： *Zanthoxylum piperitum* De Candolle 科名：ミカン科



この植物は山椒（サンショウ）です。代表的な和の香辛料の1つで、うなぎの蒲焼きや焼き鳥にかけたり、七味唐辛子の原料になり、和食では幅広く利用されています。また、無病息災を願うお正月の縁起物、お屠蘇の風味づけにも使われています。

山椒は古くから香辛料として用いられ、かつては椒（ハジカミ）と呼ばれていました。香辛料としての用途は様々あります。春に芽吹く若葉は「木の芽」、4～5月の期間限定で上品な味わいが楽しめる「花山椒」、兵庫県のご当地料理の有馬煮に使われる「実山椒」、うなぎの蒲焼きにかける「粉山椒」などがあります。

薬用としても利用され、成熟した果皮がサンショウと呼ばれる生薬になります。代表的な香辛料でありながら日本薬局方に収載されている重要な生薬です。健胃、整腸作用や駆風（腹部のガスを除く）作用があり、芳香性辛味健胃薬として用いられます。胃腸系を温め、機能を促進する目的で漢方薬に配合されています。特に大建中湯は術後イレウス（手術後の腸閉塞）などの様々な胃腸障害に用いられる代表的な漢方薬です。

生薬名	山椒（サンショウ）	局方生薬
薬用部位	成熟した果皮	
薬効	健胃、整腸、駆風、駆虫作用	
用途	鎮痛鎮痙薬、駆虫薬とみなされる漢方薬に配合される。大建中湯（ダイケンチュウトウ）など	



スズラン

学名： *Convallaria majalis* L. var. *keiskei* Makino 科名：ユリ科



スズランは北海道、本州、九州の山地や草原に自生する多年草です。葉は楕円形で毛がなく、裏面は表面より白みを帯びています。花は5〜6月に咲き、白色で鐘形の花が5〜10cmの花茎に数個並んでつきます。かわいらしい花の様子と香りが人々に愛されています。

スズランという名前ですが、花形が鈴の形に似ているためつけられました。スズランというだけあってラン科の仲間だと連想してしまいましたが、ラン科ではなくユリ科の植物です。

可憐な花をつけるスズランですが、見た目に騙されてはいけません。根を含む全ての部分に毒を有する有毒植物です。毒成分はジギタリスに含まれる強心配糖体と類似した構造を有しています。そのため、誤って食べてしまうと幻覚やめまい、激しい嘔吐などを引き起こします。多量に摂取すると心不全の状態になって死亡する可能性があるため、家庭では絶対に使用してはいけません。山菜として食べられるギョウジャニンニクと外見が似ていることもあり、誤食し中毒症状を起こした例もあるため注意が必要です。

生薬名 鈴蘭根（スズランコン）

薬用部位 全草

薬効 強心、利尿作用

用途 強心や利尿作用があるが、毒性が非常に強いので家庭では使用してはいけません。



女性らしさの象徴 フジ

学名： *Wisteria floribunda* (Willd.) DC. 科名： マメ科



公園や庭園などに木陰を作る場所として藤棚を見たことがある人は多いのではないのでしょうか。開花時に薄紫色の花が垂れ下がるように咲いている姿は、振り袖姿の女性を連想させますね。そのような可憐なフジの花は食用にもなりません。若い枝は工芸や製紙に用いられます。フジの幹は右巻きに他のものに巻き付き、長さは10m以上に達します。5〜7月には淡紫色か白色の蝶に似た形の花をつけ、10〜12月には果実が熟して乾燥し、ねじれながら2つに裂け、その勢いで種子を飛ばします。

藤瘤（トウリュウ）と呼ばれるコブは薬用として利用できます。藤瘤を煮詰めた液でうがいをするとうち内炎や扁桃炎に良いとされています。また、粉を脇の下につけるとワキガを防ぐ効果があると言われています。民間で胃癌に用いられますが、効果は個人差があり、また明らかではありません。

毎年4、5月の藤の花が満開になる頃には、全国各地で藤を観賞する催しが開かれるので、足を運んでみてはいかがでしょうか。

生薬名	藤瘤（トウリュウ）
薬用部位	樹皮にできる瘤
薬効	消炎、止瀉作用
用途	口内炎、歯肉炎、扁桃炎、下痢止め

