

ホップ

学名： *Humulus lupulus* L. 科名：アサ科



これはビール造りにはかかせないホップの果穂です。民間薬としても利用されます。ヨーロッパ原産の植物で、北半球の穏やかな気候の地域に自生しています。日本では中部地方を含めそれより北の地方で栽培されるアサ科のつる性の多年草です。

8～9月にホップ果穂を摘み取り、花粉のような黄色い顆粒のホップ腺を採取します。このホップ腺は結晶性苦味成分のルプロンや、ビール独特の香りを生み出す精油のフムレンなどを含み、利尿、健胃、鎮静、睡眠作用を有します。また、過剰なたんぱく質を分離してビールを清澄にしたり、雑菌の繁殖を抑え腐敗を防ぐ働きなどもあるといわれています。

1516年にドイツで制定された「ビール純粹令」で、「ビールは大麥、ホップ、水のみを原料とすべし」と定められました。日本でも酒税法においてビールは「麦芽、ホップおよび水を原料として発酵させたもので、アルコール分が20度未満のもの」と定められ、ホップがビール造りに必要不可欠な存在であることがわかります。

生薬名	ホップ、ホップ腺
薬用部位	果穂、腺体
薬効	鎮静、利尿、睡眠促進、抗酸化作用
用途	消化不良、不眠症、うつ病などに用いられる。



イネ

学名： *Oryza sativa* Linne 科名：イネ科



イネは世界三大穀物のひとつです。縄文時代後期に日本へ渡来し、約3500年の時を経ても主食として日本の食卓を支えています。夏になると天気の良い日の午前中に円錐花序の花を2時間程度咲かせます。今日咲いた花はもう咲かない1日花です。1本の稲穂から約150粒の実が実ります。

日本のお米は世界一だと思いませんか。直接食べられる以外にも様々な形で利用されています。例えば、米ぬかは飼料などの原料として使用される他には活用されず廃棄される環境問題がありました。収穫後の廃棄物削減を目指すSDGsのターゲットを達成するために様々な商品が開発され、米ぬかをクレンジング剤などのヒット商品にして、食品ロス無くす活動がなされています。

一方、イネは日本薬局方に収載されている生薬の基原植物です。錠剤などの固形製剤に成型増量を目的に加えられる添加剤として用いられるほか、滋養薬として漢方薬に配合されています。

SDGs(持続可能な開発目標)とは？

2030年までに持続可能でより良い世界を目指す国際目標のことです。地球上の誰一人として取り残さないことを誓い、17のゴール、169のターゲットから構成され、発展途上国だけでなく、日本でも積極的な取り組みがなされています。

生薬名	膠飴(コウイ)・粳米(コウベイ) 局方生薬 、コメデンプン 局方デンプン
薬用部位	種子、果実、えい果
薬効	滋養、鎮痛、止瀉作用
用途	賦形剤として用いられるほか、滋養、鎮痛、止瀉薬として漢方処方に配合される。大建中湯(ダイケンチュウトウ)など

ミシマサイコ

学名： *Bupleurum falcatum* L. 科名：セリ科



ミシマサイコは、初めて見聞きした方がほとんどではないでしょうか。東アジアの温帯に生育していますが、環境省レッドリスト2020で絶滅危惧Ⅱ類（絶滅の危険が増大している種）に指定されています。そのため、現在は野生品として採取することが難しくなっています。名前の由来は、江戸時代に静岡県三島産の柴胡（サイコ）が良品であると有名だったことから、三島柴胡と名付けられました。

日当たりの良い草原に野生し、草丈は約40〜70cmの多年草です。8〜10月になると、黄色い花火のようなセリ科特有の小花を咲かせます。また、黄色い根は、解熱作用などをもつ成分「サポニン」を含みます。水と一緒に激しく振り混ぜると、「サポニン」特有の持続性の細かい泡が見られます。

柴胡は小柴胡湯や桂枝湯など多くの漢方処方に配合され、様々な病気に効果があるため、重用されている生薬です。ただし、柴胡を含む漢方薬はまれに間質性肺炎を引き起こすことがあります。発熱、咳、呼吸困難などが現れた場合は、すぐに服用を中止しお近くの薬剤師にお知らせください。

生薬名	柴胡（サイコ）	局方生薬
薬用部位	根	
薬効	解熱、鎮痛、抗炎症作用	
用途	解熱鎮痛薬、消炎薬として用いられる。 小柴胡湯（ショウサイコトウ）、桂枝湯（ケイシトウ）、 補中益気湯（ホチュウエツキトウ）など	