

現の証拠

森野かずみ



夏はゲンノシヨウコ(左)、秋はミコシグサ(右)

夏野菜が最もおいしくなるのは大暑(22日)の頃と言われますが、その頃に郊外の道端などで花を咲かせている草花にゲンノシヨウコがあります。都市化した区内でも気に留めていれば見かける草花で、がく片5個に花弁も5個。おしべは10個で、めしべの先は5裂しています。花色は東日本では白紫、西日本では紅紫が多く、東京辺りでは白紫色の花を見ることが出来ます。

ゲンノシヨウコはドクダミやセンブリなどと共に日本の民間薬の代表で、主な用途は下痢止め。葉の多い夏に、根元から採取し乾燥させたものを煎じて飲むと下痢が止まり、効き目抜群です。すぐに効果が現れるので「現の証拠」の名前がついたそうです。

ゲンノシヨウコには下剤になる成分も入っているため、飲みすぎても便秘にはならないそう。下剤の成分が早く溶け出すのを知っている人は、さつと煎じて冷やして便秘に、よく煎じて温かくして下痢止めに、と使い分けるのだとか。ただし、民間薬は古くから伝わり、生活の中に溶け込んできたもの。その用い方も、体験や経験から言い伝えられてきたものなので、安易に自己流では利用しないでください。

ゲンノシヨウコの別名は、一般的には「ミコシグサ」。夏に見つけたゲンノシヨウコを秋に見ると、種子を飛散させた後で果柄を立てた様が「お神輿」の屋根の飾りに似ているためです。実際に見てみると納得しますので、季節をまたいで気の長い散歩をお続けください。

※ Kacee のホームページでカラー写真をご覧ください。