



## 見頃の薬用植物

### ■ ホウノキ

*Magnolia obovata*

生薬名：厚朴  
薬用部位：樹皮  
薬効：鎮痛、鎮静薬



新緑の頃、大きな純白の花を咲かせる。葉は大きく、火に強いので、食べ物を載せたり包んだりする材料として用いられる。乾燥した葉に味噌や具材をのせた飛騨高山の田舎料理・朴葉味噌が有名。

### ■ アマドコロ

*Polygonatum officinale*

生薬名：玉竹  
薬用部位：根茎  
薬効：滋養、強壮薬



角ばった茎が特徴。混同されるナルコユリは茎が円柱状。若芽を天ぷらやおひたしにしたり、生の根茎は焼酎に漬けて薬用酒にも用いられる。

### ■ シラン

*Bletilla striata*

生薬名：白芨  
(ビャクキョウ)  
薬用部位：塊茎  
薬効：収斂止血薬



粘液質が多く皮膚や粘膜を保護する作用があり、胃潰瘍による出血などに用いられる。工芸品の糊料にも用いられる。

### ■ カミツレ/カモミール

*Matricaria chamomilla*

薬用部位：花



古代エジプト・ローマ時代より“聖なる薬草”としてマラリヤ熱、風邪、不眠症など種々の病気に処方されてきた。茶や浴剤として鎮静、消炎、解毒を目的に用いられる。