

2022年4月8日淀川河川敷で食した野草、N02

タンポポ（蒲公英）キク科タンポポ属*花期＝カンサイは4～5月・セイヨウ年

名前の由来・和楽器の鼓タンポポの総苞を割くと鼓が由来になったと言う説、タンポポの総苞を割くとクルント反り返る、その姿が鼓に似ていることで「鼓草」と呼ばれる様になり、鼓を叩いた時の「タンタン、ボンボン」の音から名がついた、等、諸説あります。欧米ではタンポポの綿毛を一吹きで飛ばすと恋が叶う、と言われ恋占いに使われてきたことから付けられた花言葉私を探して、私を見つめて、・種類北半球に約2千種、日本に10種、日本では地方名がついたのが多い、カンサイ・トウカイ・カントウ・エゾ、北海道では赤花系のコウリントンポがある、九州ではシロバナタンポポ、セイヨウタンポポは花卉が多く通年花を咲かせ自家受粉して種子を飛ばしている、総苞が反り返る、カンサイタンポポの総苞反り返らない、花卉少ない、タンポポの花卉は舌状花と言い、一枚の花卉が一個の花であるので花卉の数だけ種子が出来る、**薬効**＝根は糖尿病の治療に・利尿効果、便秘、食欲増進、整腸、強壮、肝臓の治療に食中毒の予防、貧血の予防、等、食用として、根は乾燥させてコーヒーに、葉はサラダ、花は天ぷら、等に。葉の先端苦み強いので切る



ノイバラ（野茨）バラ科バラ属：別名・ノバラ（野薔薇）*花期＝4～5月

名前の由来、とげの多い木であることから、元々、有棘の低木類のバラを茨（いばら）と呼んでいて、野生にあるから「野」付いてのいばらとなつた。沖縄を除く日本全土に分布、上部なので栽培種のバラの接ぎ木」として使われる、花は一重咲で良い香りがするので香水に使われる。**万葉集**にも「うまら」と呼ばれており「道の辺のうまらの末（うれ）に這（は）ほ豆のからまる君を離れていかむ」解説は水本さんにお任せする**薬効**・利尿、便秘、腎臓や脚気、皮膚細胞の活性効果、消炎、など、赤い熟す前の実を乾燥して煎じて服用***花言葉**、上品な美しさ・素朴な可愛らしさ・才能・詩



ナヨクサフジ（弱草藤）マメ科ソラマメ属*花期＝4～8月

ヨーロッパ原産の一年草、飼料や土壌肥沃（根に空気中の窒素を固定）として渡来、**薬効**についての情報はない、多食は避ける、栽培して白色と紫色のコントラストの美しさを愛でるには良い。偶数羽状複葉、花は筒状花、***花言葉**、世渡り上手



ヤブガラシ（藪辛子・藪枯し）ブドウ科ヤブガラシ属*別名・貧乏葛・貧乏蔦

名前の由来、蔓性の多年草、藪を覆いつくして樹木に太陽光を遮り光合成できなくして枯らしてしまうので別名の貧乏は貧乏していると庭の手入れもせずヤブガラシに覆い尽くされて枯れて、荒れた庭になるので、種子を作る二倍体と作らない三倍体の2種類ある、二倍体の種類は西日本に多く、三倍体は関東以北に多い三倍体のものは種子を作るエネルギーを使わない分植物が大きくなる傾向がある。**三倍体とは**＝基本的に通常であれば雌雄からもらった二つの染色体を持つ生物であるはずが、何らかの変異で3つの染色体を持つて島蔦状態をいう、種子が出来ないのは3と言う数字は減数分裂が出来ないから。自然に起こる場合もあるが人為的にする場合もある、<例>種なしスイカ。種なしブドウ等、**薬効**、漢方では根をウレンボウと称して、利尿、解毒、鎮痛剤として。***花言葉**・積極のある・不倫*花期



幸福スギナ・ツクシ（杉菜・土筆）トクサ科トクサ属

名前の由来・杉の葉に似ているから「杉菜」（すぎは）が転じてスギナになった、ツクシはスギナにくっついてるので「付く子」（つくし）袴の所で継いでいる様に見えるから「継ぐ子」等の説がある、スギナ茶の薬効が素晴らしい、良く洗い乾燥する、指でバラバラになる程度、ハサミで細かく裁断してフライパンで焦げないように炒って完成、煮だして一日一回飲む。**薬効**、①サポニン、苦みやエグミの元、コレステロールを下げ過酸化脂質の生成を抑制する効果、②ケイ素・毛や皮膚、骨、関節、血管、歯、爪に含まれ生命維持に不可欠なもの、その他、カルシウム・マグネシウム・ナトリウム等、生命維持に必須の栄養が多く含まれている。***ツクシの花言葉**・向上心・意外・驚き

すぎな・天ぷら



ヨモギ（蓬）キク科ヨモギ属：花言葉＝幸福・平和・平穏・決して離さない、等

名前の由来①良く繁殖して四方に広がるので「四方草」と書いてヨモギ②良く燃えるので「善燃草」と書いてヨモギ③春に良く萌える草から「善萌草」とかいてヨモギと読ませた、等諸説ヨモギ独特の匂いはシオネールという成分で葉に多くの精油を含んでいる、リノール酸、ビタミンA1,B1, B 2等8種類含んでいる、**主な薬効**、発汗作用、解熱、止血、薬湯として、喉の痛みアイヌの人々は風邪や肺炎の際、ヨモギを煮てその蒸気を吸引して治した。別の機会に詳しく。



