

薬用植物園かわらばん

皆さ〜んちょっと覗いてみませんか？
草木に囲まれ心も体もリフレッシュ・・・



2018年
12月5日
第56号

チャノキ（ツバキ科）

池の近く、薬木区西で今、白い花が見られます。中国南西部原産の常緑低木で、1191年に僧、栄西が中国から

「茶経」とともに持ち帰りました。

「茶経」は唐の時代に陸羽が著したものです。栄西は後に製茶法や喫茶法等の「喫茶養生記」を著し、これによって急に茶の栽培が盛んになり、喫茶の見習いも広まったとされています。

生薬としては、葉を茶葉（チャヨウ）と称し、川芎茶調散などに配合されます。葉にはカフェイン、カテキン類（タンニンの一種）、テアニン（アミノ酸の一種）を含まれます。玉露は収穫前2週間以上、日光を遮ると、うまみ成分のテアニン含量が上がり、カテキン類が抑えられるといわれます。テアニンは睡眠の質を向上させ、リラックス効果やストレス抑制、PMS改善などに役立ちます。



カワラナデシコ（ナデシコ科）

園第二圃場で、まだ白色や薄紅色の花が見られます。暖かさが続いているせいでしょうか？秋の七草の一つで、ナデシコ、ヤマトナデシコなどと呼ばれ、全国に分布する多年草です。生薬としては、地上部を瞿麦（クバク）、種子を生薬；瞿麦子（クバクシ）といい、民間薬として、むくみ、利尿、膀胱炎、血圧降下、月経不順に用います。中国でも瞿麦が清熱利水、活血化瘀を目的に利用されています。

今、こんな草木が楽しめますよ！！