



木もれびの森の植物

今回は木もれびの森に生育するラン科の植物を掲載します。今まで森で見かけたラン科の植物では、シュンラン・キンラン・ギンランなどの花しか見なかったような気がします。知識が乏しかったせいですか、最近は皆さんの探求心が強く森でいろいろなラン科の植物が見つかりました。またこれからも見つかるかもと期待しています。書き出してみたらキンラン・ギンラン・ササバギンラン・アルビノキンラン・タシロラン・オニノヤガラ・クロヤツシロラン・マヤラン・シュンラン・エビネ・サイハイラン・ネジバナなど沢山ありました。

キンラン、ギンランは菌類を介して樹木から養分を得ているそうです。この花は「菌根菌」と呼ばれる菌類と共生する特殊な生育形態にあり、特に菌に対する依存度が強く、この「外生菌根菌」は林下等の特殊な土壌にのみ生息し、この花を採取して移植しても家庭で育てる事は不可能なのです。

今年はキンランが多く生育したような気がしました、こんなにあるのになぜ希少植物なのでしょう？こもれびの森で見る限りでは絶滅危惧種なんて意外です。キンラン・ギンラン類は都道府県により絶滅危惧種に指定されている所もあるそうです。(田崎)



アルビノキンラン



キンラン



ササバギンラン



ギンラン

- アルビノキンラン：葉緑素(色素)を持たない突然変異ですか？今年も同じ所に生えました。物が当たっていたのか腰が折れて貧弱です。現在は枯れてしまいました。
- キンラン(金襴)：ラン科・多年草・丈 30～70 cm・花は黄色で完全に開かず半開き中に赤褐色の隆起があります。
- ササバギンラン(笹葉銀蘭)：ラン科・丈 30～50 cm・花は白色です、葉は花より高く伸びて笹に似ています。
- ギンラン(銀蘭)：ラン科・多年草・丈 10～30 cm・花は白色で開花しても全開せず半開で終わります、葉は花より低く付きます。 **ラン科の花は全て左右対称です**

木もれびの森の薬用植物 (8)

サンショウ(ミカン科サンショウ属)

サンショウ(山椒)は日本に自生する雌雄異株の樹木で、その実は香辛料、若葉は吸い物に浮かべるなど、和風料理に使われています。葉には油点があり、その中にリモネンなどの精油成分を含むミカン科の特徴を示しています。料理に添える時は、一度葉をたたくと、油点が壊れて中の精油

成分が出てくるため、香り付けができます。熟した果実を粉末にしたのが粉山椒で、果皮は七味唐辛子の香料の一つです。「山椒は小粒でもピリリと辛い」ということわざがありますが、某落語家に言わせると、「ピリリ」ではなく「シリリ」だそうで、その理由は、ピリリとはその時だけ辛いことで、シリリとは辛さがずっと残ることをいい、山椒の辛さは後者だからだそうです。



生薬の「山椒」はサンショウの果皮を乾燥させたものですが、薬効は日本産が一番よいそうで、和歌山県、香川県産のものが使われています。使用頻度上位にランクされる漢方薬「大建中湯」は、外科で多く使われています。外科で漢方？と思われるかもしれませんが、大建中湯は手術後のイレウス(腸管麻痺)によく効くそうです。大建中湯は山椒、人参(食用の人参ではありません)、乾姜(ショウガ)の三つの生薬を使った単純な処方です。人参は高価なものですが、他はありふれた食材です。なぜこの組み合わせで薬効を示すのか、漢方の妙味といえます。(川村)

一泊研修の思い出

我が「こもれび」では平成 16 年から毎年夏に一泊研修を行っていますが、この研修、思い出すとなぜか雨にたたられることの多いこと。第 1 回の「都民の森で体験活動と、きりんかんで木工製作」に出かけたところ、台風の接近で午後から雨ということで、きりんかんで木工製作だけを行い翌日は雨の中、小宮公園で藍染の体験だけで帰着、翌年の「こどもの国で研修」は二日も好天に恵まれたものの平成 16 年の「しのはらの里」は予定していたキャンプファイアが雨のためできず、平成 18 年の「魚止めの森と青根原青少年の家」も雨の中でキャンプファイアを強行。

平成 23 年の「都民の森と御岳山宿坊宿泊」も二日目は朝のうち小雨のため予定通りの行動ができず、平成 26 年の「富士五湖周辺」も初日は小雨、平成 28 年は宿泊をやめたものの、江ノ島で雨の中のバーベキュー。

古い写真を見ると様々な思い出がよみがえります、今年の計画はまだわかりませんが、天候に恵まれることを祈るばかりです。(沼澤)



第 1 回のおきる野市の「きりんかん」で参加者全員集合