



こもれびの森の樹木（春の情景）

冬の間のコナラ、クヌギ等の落葉樹は灰褐色の骸骨が並んでいるように見えた森に先ずはアブラチャンが黄金色の花をつけ、コブシが葉にさきがけ白い花が咲きます。低木ではウグイスカグラが淡紅色の花を下向きに、ヤマブキが黄金色に咲くと春を実感します。



緑道沿いの十月ザクラが去年の秋から冬の間も咲き続け春になって花の数を増やしています。中央緑地では河津桜が淡紅色の花をつけ春の到来です。

森の春は一斉ではなく 2,3 種類ずつ花をつけるので趣があるように思います。

河津桜が葉桜になるころソメイヨシノ、オオシマザクラが咲き、4 月中、下旬になるとシダレザクラが、森の中ではウワミズザクラが多数の白い花をつけ、クヌギ、コナラが葉の展開と同時に黄褐色の花穂が垂れ下がるようになると森は一年中で最も美しい季節を迎えます。(林)

木もれびの森の薬用植物(13) カキドオシ(シソ科カキドオシ属)



4-5 月頃に花が咲く高さ 5-25 cm の多年草で、花のあと、茎がつる状になり垣根を通り抜けてのびることが「垣通し」の名前の由来です。別名「癩取草」は子供の癩をとる薬にすることから、「連銭草」は葉が銭の形に似ていて茎をくるむように連続していることに由来します。カキドオシは利尿、消炎、小児の癩に使われてきた民間薬で、胆汁分泌促進や血糖降下作用があることから消化器系疾患や糖尿病にもよいとされています。その根拠は、ラットの実験モデルでカキドオシの抽出物が血糖値の上昇を有意に抑制したという論文であり、ヒトの糖尿病治療に有効であると証明されてはいません。日本ではカキドオシ茶は漢方薬局でも市販されていますが、これは食品扱いで漢方薬ではありません。

シソ科植物は芳香を持つものが多く、紫蘇は料理、漢方薬材料として広く使われています。西洋ではハーブとして用いられているシソ科植物も多く、カキドオシ茶は日本のハーブティーの一つと言えます。(川村)