野山の花

― 身近な山野草の食効・薬効 ―

城西大学薬学部　白瀧 義明（*SHIRATAKI Yoshiaki*）

オケラ *Atractylodes japonica* Koidzumi ex Kitamura（キク科 Compositae）

秋も深まり、夜中に虫の音が聞こえる頃、奥武蔵の山々を歩くと、日当たりの良い林の中に白い花を咲かせたオケラを見かけます。オケラは本州、四国、九州、朝鮮半島および中国東北部に分布し、枝の頂きに白色、稀に紅色の頭花をつける草丈 30 ～ 60㎝の雌雄異株の多年草で、葉は互生、長い柄があり、羽裂または楕円形をしています。根茎は長くて硬い円柱形を呈し、晩秋に掘り取り、乾かしたものを白朮（ビャクジュツ）と言い、健胃、整腸、利尿、鎮痛の目的で胃腸病、神経痛、動悸、息切れなどに用いられます。

オケラは万葉集にも記載があり、語源は古名“うけら”が訛ったものとされていますが、“うけら”の語源は不明です。古来、根茎には邪気を払う効力があるとされ、年越しの夜に悪気や疫病を払う行事であった追儺（ついな）に供える餅に入れたり、根茎を燻した煙は湿気を取り、カビを防ぐとして倉庫などで利用され、蚊などを防ぐのにも使われました。また、今も行われている八坂神社（京都）の「おけら参り」や、正月元旦に一年の無病息災を祈って一家で飲む「屠蘇散」の主薬でもあります。

一般に、オケラ属植物の根茎は「朮」と呼ばれ、日本薬局方では、オケラとオオバナオケラ *A. macrocephala* の根茎を「白朮」、ホソバオケラ *A. lancea* を「蒼朮」としています。白朮の主要成分は精油（1.5 ～ 3%）の一種であるセスキテルペノイドの atractylon、蒼朮はセスキテルペノイドの hinesol とβ -eudesmol やポリエン系化合物の atractylodin で、両者は含有成分に違いがあり、臭いについても香りの強さや辛さが若干、異なっています。面白いことに蒼朮は、保存中にこれらの結晶が析出し、表面にカビが生えたように見えたため廃棄されたことがあったそうです。これらの精油には中枢抑制、軽度の血圧下降、末梢血管の拡張作用などが報告されています。「白朮」の表面は灰褐色ですが、「蒼朮」は暗褐色なので、蒼朮の「蒼」は根茎の色ではなく、葉の色からきていると考えられます。「蒼」の字は深い緑を意味することが多く、青～緑の色を微妙に表現するのに良く使われます。

「白朮」の基原植物の一種であるオオバナオケラは中国華中原産、頭花がオケラより大きく、花冠は濃赤紫色です。また、「蒼朮」の基原植物であるホソバオケラは中国長江流域原産、茎葉に葉柄がなく、頭花はオケラより小さく、江戸時代、日本に導入後、佐渡島で栽培されたため別名をサドオケラと言われます（佐渡おけさではありません）。また、オケラについては、春に出る白い綿毛をつけた若芽は山菜としても有名で、「山でうまいはオケラにトトキ、里でうまいはウリ、ナスビ、嫁に食わすもおしゅうござる。」と詠われます。山菜についての余談ですが、ヒデコ（シオデ）やアイコ（ミヤマイラクサ）といった可愛らしい名前の山菜もあります。

写真１　オケラ（花）

写真２　オオバナオケラ（花）

写真３　ホソバオケラ（花）

写真４　ビャクジュツ（白朮）

写真５　ソウジュツ（蒼朮）

写真６　八坂神社（京都）

写真７　おけら参りの説明立札（八坂神社）

写真８　おけら参り（吉兆縄）

写真９　屠蘇散