

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)

ニワトコ *Sambucus rasemosa* L. subsp. *sieboldiana* (Miq.) H. Hara
(*Sambucus sieboldiana* (Miq.) Blume ex Graebn.)
(スイカズラ科 Caprifoliaceae)

春～初夏，そよ風に吹かれながら山道を歩いていると，枝先に白くふんわりした感じの花をびっしり付けたニワトコ（接骨木）に出会うことがあります。ニワトコは本州，四国，九州から朝鮮南部，中国に分布し，湿気があって日当たりのよい山野の林縁によく見られる落葉小高木です。樹皮には厚いコルク質が発達し，葉は長さ8～30cmの奇数羽状複葉で，小葉は2～4対あり，長さ3～10cmの長楕円形から広被針形で縁には鋸歯があります。花は3～5月頃，長さ3～10cmの円錐花序に咲き，核果は6～8月に熟し，丸い赤色の多汁質の中には3個の種子が入っています。ニワトコは漢字で「接骨木」と書きますが，その昔，骨折した時には，ニワトコの枝を黒焼きにし，うどん粉と食酢を入れて練ったものを患部に厚く塗り，副木をあてて固定して治療したことから折れた骨を接ぐ薬草という意味で，接骨木（せつこつぼく）という漢名がついたとされています。半開きの花を干したものは，「接骨木花」といい，発汗，利尿薬とされています。また，若葉は山菜として食用にすることもありますが，体質や量によっては下痢や嘔吐を起



写真1 ニワトコ（早春の蕾）



写真2 ニワトコ（花）



写真3 ニワトコ（果実）

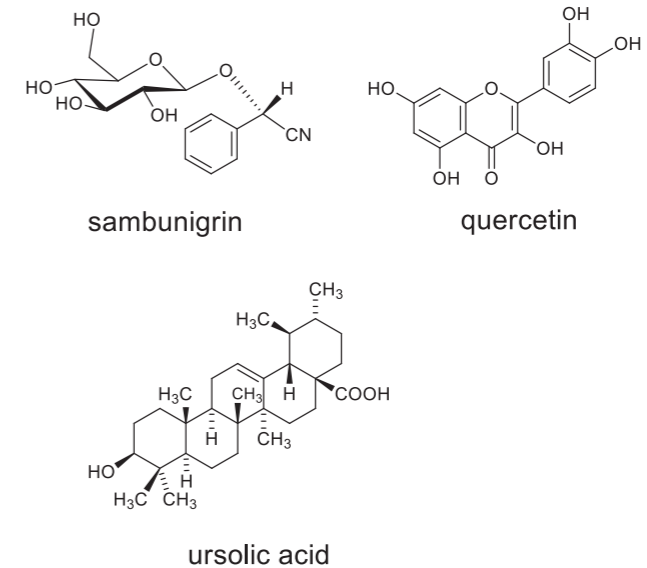


図1 成分の構造式

こす中毒例が報告され，要注意です。民間では茎，葉，花は鎮痛，消炎，利尿薬として打撲傷，水腫，腎炎などに使用されます。成分としては青酸配糖体の sambunigrin，フラボノドの quercetin，トリテルペンの ursolic acid，硝酸カリウムなどが報告されています。

木部の髄は植物実験の際，顕微鏡観察用の薄い切片を作るときに材料をはさんで切るのに使われます。打ち身，打撲には，接骨木の粉末，黄柏（キハダの樹皮）の粉末を同量混ぜ，水で練り合わせて，患部に塗布すると良く，神経痛，リウマチなどには，乾燥した枝葉，花 300g 程度を，布の袋に入れて鍋で煮出してから，そのまま風呂に入れて入浴すると良いそうです。また，秋に果実を採取し，ホワイトリカーに浸け，3ヶ月後に材料を抜き取り，布で濾したものは淡い橙紅色で酸味があり，ニワトコ酒として飲まれます。ニワトコの名前の由来は，庭床（ニワトコ）からといわれ，古い時代には幹を薄く削って削花（けずりばな）を作り，祭儀に供えたといわれます。現代でも削花は小正月に飾る風習のある地域があるそうです。また，家を新築するときには庭先に祭壇（床）を作り削花を飾り，神事を行ったともいいます。小鳥の病気にはニワトコの枝葉を煎じた汁を小鳥に飲ませると病気が治り，小鳥の止まり木にはニワトコの枝を使うと小鳥が病気にならないともいいます。同属のセイヨウニワトコ *Sambucus nigra* L. はヨーロッパ，西アジア，北アフリカに自生し，エルダー elder といい，葉，花，茎はハーブティー（発汗，利尿，香料）として利用されています。なお，ニワトコ属は，新しい APG 植物分類体系^{注1)}ではレンプクソウ科 Adoxaceae に移されています。

注1) APG 植物分類体系：1998年，APG (Angiosperm Phylogeny Group; M.W. Chase ら) によって発表された葉緑体 DNA や核 DNA の遺伝子情報に基づいた新しい分類体系。2003年に改訂版“APG II”が，2009年には“APG III”が出されている。