

# 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)

ナルコユリ *Polygonatum falcatum* A.Gray  
(ユリ科: Liliaceae APG 体系: キジカクシ科  
(クサスギカズラ科): Asparagaceae)

連絡先: 城西大学薬学部生薬学教室  
shiratak@josai.ac.jp

昨年～今年の冬は稀にみる暖冬となり、一足早く、春が訪れました。通常5～6月に咲くナルコユリの花がもう咲き始めました。ナルコユリは本州～九州、東アジアの山野の草地や林縁にはえる多年草で茎は節のある根茎から出て弓なりに伸び、高さ50～80cm、左右2列に披針形で長さ8～13cmの葉を互生し、葉腋に緑白色の筒形で長さ約2cmの花を数個ずつ下垂します。ナルコユリの名は、花が風に揺れるようすを鳴子に見立てたものです。ナルコユリは近縁のアマドコロ *Polygonatum odoratum* に似ていますが茎の断面が丸く、花の基部に短柄があります。近縁種のオオナルコユリ *P. macranthum* は高さ20～130cmと全体がや



写真1 ナルコユリ (花)



写真2 アマドコロ (花)



写真3 ナルコユリ (根茎)



写真4 アマドコロ (根茎)

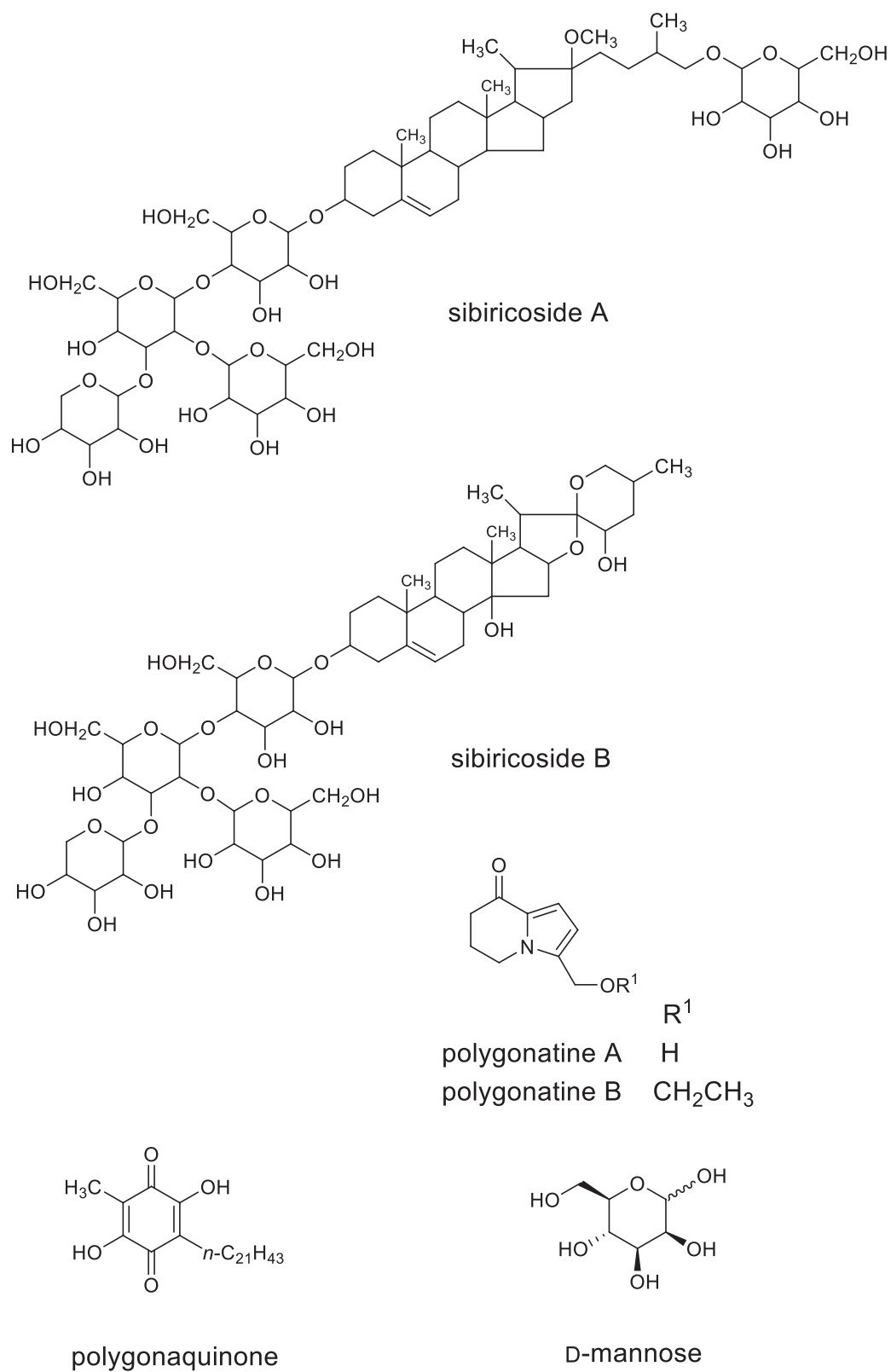


図1 成分の構造式



写真5 ホウチャクソウ (花)



写真6 生薬：オウセイ (黄精) 上, イズイ (菱蕪) 下

や大形で、花は長さ 2.5～3.5cm、雄しべの花糸の下部には細かい突起があります。また、ミヤマナルコユリ *P. lasianthum* は高さ 30～50 cm で葉の幅が広く、卵形で先端はとがり、山地の傾斜地などによく群生します。ホウチャクソウ *Disporum sessile* は、茎が上部で分かれ、花被片が合着しません。ナルコユリの根茎を通例、蒸したものはオウセイ (黄精 *Polygonati Rhizoma*) といい、滋養強壯、抗高血圧、糖尿病の口渴などに用いられてきました。黄精は本来、中国産のカギクルマバナナルコユリ *Polygonatum sibiricum* のことですが、日本では、近縁種のナルコユリが代用として用いられてきました。江戸時代には滋養強壯の民間薬として、もてはやされ、「砂糖漬けの黄精」を売る行商人もいたそうです。俳人の小林一茶も黄精酒 (黄精に砂糖を加え、焼酎につけたもの) を愛飲したといわれ、現在でも、種々の強壯ドリンクに配合されています。黄精の成分としては、ステロイドサポニンの sibiricoside A, B (カギクルマバナナルコユリより)、アルカロイドの polygonatine A, B (カギクルマバナナルコユリより)、polyonaquinone、粘液多糖質の falcatan (D-fructose:D-mannose:D-glucose:D-galacturonic acid=25:10:5:1) などが報告されています。近縁のアマドコロ (甘野老、中国植物名: 玉竹) は別名をキツネノチョウチンやチョウチンバナといい、名の由来は、根茎の見た目が山芋のトコロ (オニドコロ) に似ていて甘みのあることによります。アマドコロの根茎は円柱形で節があり、節間は長く横に伸びて細いひげ根を出します。栽培されることも多く庭先などで葉に斑の入った園芸種を見かけます。草丈は 30～50cm で、茎は地下茎の先端から毎年 1 本の芽を出し、茎には、6 本の稜 (縦筋) があり、触ると少し角張った感じがします。葉は幅の広い長楕円形で左右に互生し、花は、4～5 月頃に咲き、葉の付け根から単一または基部で 2 分した細い花柄に、つぼ型 (鐘形) をした緑白色の花が垂れ下がって開き、先の方は緑がっています。花の長さは約 2cm、6 花被片が合体した筒状となり、茎や根茎には甘みがあり 10cm ほどに伸びた若芽は春の山菜として親しまれ、根茎は晩秋に採取し天ぷらにすると美味しいそうです。根茎にはステロイドサポニンの convallarin (スズラン *Convallaria majalis* に含まれる convallamarin の類似体で構造未定)、粘液質の D-mannose などが含まれ、D-mannose には、胃や腸の粘膜を保護する作用や消炎作用があるほか、分解して体に吸収されると滋養になるといわれています。根茎は、菱蕪 (玉竹) といい、黄精同様、滋養強壯、打ち身、捻挫などに用いられてきました。