

城西大学薬学部 白瀧 義明 (SHIRATAKI Yoshiaki)

タラノキ *Aralia elata* (Miq.) Seem. (ウコギ科 Araliaceae)

連絡先：城西大学薬学部
shiratak@josai.ac.jp

梅雨明け間近，真夏の暑い太陽がジリジリと照り付ける頃，空に向かって勢いよく葉を広げている木があります。タラノキ（^{そうぼく}榎木）はタランボ，オニノカナボウ，タラッペなどともよばれ，特に春先は山菜として親しまれ，新芽は「たらのめ（榎芽）」といい，てんぷら等にして食されます。タラノキは北海道，本州，四国，九州，沖縄のほか，朝鮮半島，中国，千島列島，サハリンなど，東アジア地域の山野に広く分布する落葉低木で樹木が伐採された跡地や林道脇の日当たりのよい場所によく見られます。成長は早く，1年で20～60 cmも伸び，5年で3 m位に達します。幹はあまり枝分かれせず，まっすぐに立ち，樹皮には幹から垂直に伸びる多くの棘^{とげ}があります。葉は互生で幹の先端にだけ集中し，葉身は奇数2～3回羽状複葉，高さ50～100 cm，全体に草質でつやはありません。葉柄は長さ15～30 cmで基部がふくらみ，小葉は卵形から楕円



写真1 タラノキ（花1）



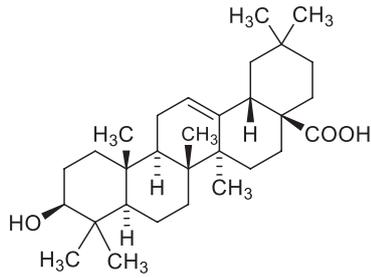
写真2 タラノキ（花2）



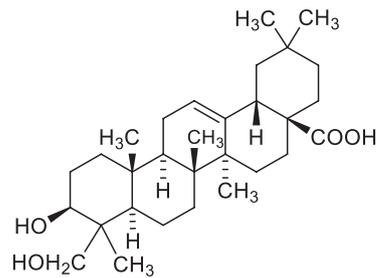
写真3 タラノキ（果実）



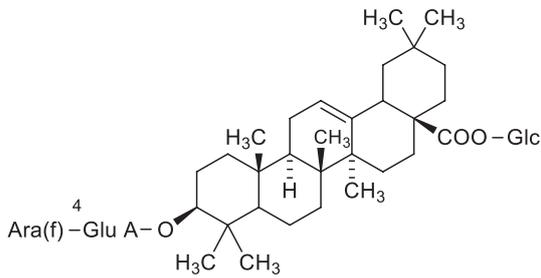
写真4 タラノキ（芽）



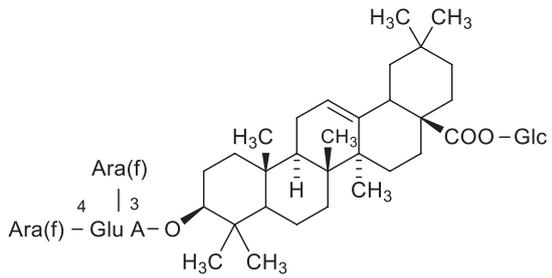
oleanolic acid
CAS No. 508-02-1



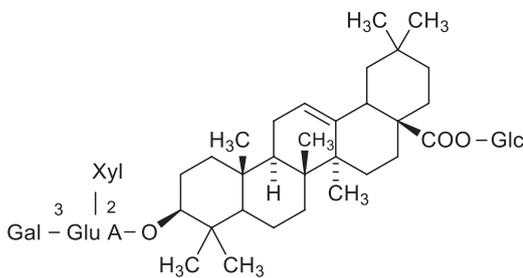
hederagenin
CAS No. 465-99-6



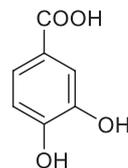
araloside A (=chikusetsusaponin IV)
CAS No. 7518-22-1



araloside B
CAS No. 7518-23-2

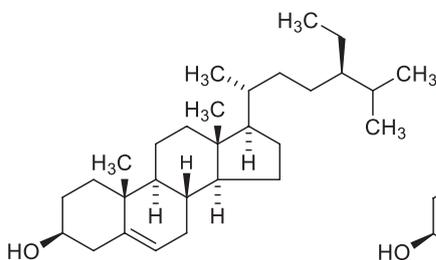


elatoside A
CAS No. 155836-04-7

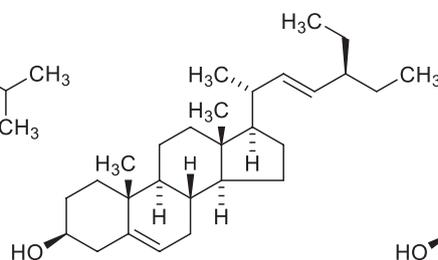


protocatechuic acid
CAS No. 99-50-3

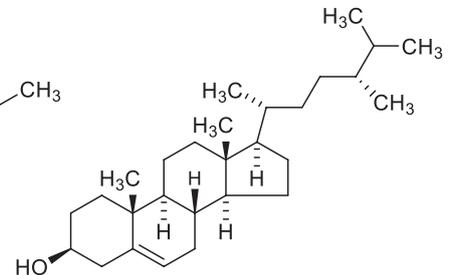
Glc : glucopyranose
Glu A : glucuronic acid
Ara(f) : arabinofuranose
Gal : galactopyranose
Xyl : xylopyranose



β -sitosterol
CAS No. 83-46-5



stigmasterol
CAS No. 83-48-7



campesterol
CAS No. 474-62-4

図1 成分の構造式



写真5 タラノキ (樹皮)



写真6 タラの芽 (天ぷら)



写真7 生薬 タラコンピ 櫛根皮 (左), 棘 (中央), 樹皮 (右)



写真8 生薬 タラコンピ 櫛根皮 (刻み)

形で長さ5～12 cm, 葉の裏は白色で葉縁に鋸歯があります。葉の出始めは全体に毛が多いのですが, 次第に少なくなり夏頃には柄と葉脈上に粗い毛が残るだけになります。夏, 茎頂に小さな散形花序が多数集まった30～50 cmほどの複円すい状花序をつけ, 多数の小さな白い花を咲かせます。花卉は5枚, 先がとがり, やや丸みをおびた三角形をしており, 雄しべは5本で突き出ています。自家受粉を防ぐため, 雄しべが先に熟して落ちた後, 5個の雌しべが熟し, 秋に黒色で球状の液果となります。分類上は幹に棘が少なく葉の裏に毛が多くて白くないものをメダラ var. *subinermis* (= var. *canescens*) といい, 栽培されるものはむしろこちらの方が普通です。

タラの芽の採取方法は, 新芽の根元でむしり取ります。時期は桜 (ソメイヨシノ) の8分咲きの頃 (関東の平地では3月中旬) がちょうどよく, 採取は先端から上に向けた1番の芽と2番程度とするのがよいでしょう。側芽まで取ってしまうとその枝は枯れてしまいます。調理方法は, 若芽をてんぷらにするのが一般的で, 口いっぱい広がる独特の風味は何とも言えません。また, 単にゆがいておひたしやゴマ和え, 油炒めも結構いけます。

生薬としては, 6～8月に根皮, 樹皮を採取し, 水洗後, 刻んで日干しにします。タラノキの根の皮をタラコンピ (タラ根皮, *Arariae Radicis Cortex*) といい, 成分としては, タラコンピからトリテルペンの oleanolic acid をアグリコンとするサポニンの aralosite A (=chikusetsusaponin IV), B, elatoside A, フェノールカルボン酸の protocatechuic acid, 植物ステロールの β -sitosterol, stigmasterol, campesterol また, 葉からはトリテルペンの hederagenin などが報告されています。根皮は, 民間で糖尿病, 腎臓病, 胃潰瘍に用いられ, 棘の部分は高血圧症によいそうです。