

# 四季彩便り

2010・晩春

発行人 光が丘 堂子裕子  
サニエ 漢方四季彩見酒  
(092)927-2693



## 春近し

♪ 春は名のみの風寒さや  
谷の鶯は歌は思えど……♪

と、思わず口ずさみたくなるような風の冷たさが身にしみる余寒の候。

なごり雪、菜種梅雨、春雷、春の嵐、そして花冷えと、数々の「試練」を経てようやく陽光あふれる春の訪れ。

桜の開花に喜びもひとしおの感があります。花々が開花の時を迎え、木々は芽吹き、生き物たちは繁殖の準備を始めます。

やがて新しい生命が次々と誕生してくるでしょう。

春は揺籃の季節。陽気が盛んになるにつれ、私たち人間も、環境の変化に伴って、めまい・ふらつきなど、心身のバランスが不安定になりやすい時季でもあります。

精神の安定を図るには、胸いっぱい深く吸い込んだ空気を細くゆつくり吐く丹田呼吸たんでんしきゅう(気功の呼吸法)と、夜は早めに休み、睡眠を充分とることを心がけましょう。



## 伝統薬探訪

はらはら薬

### 翁丸

(おきながん)



「この薬を飲むようになって気持ちが悪く着き、イライラしなくなった」

「子どもが、試験間近になるとお腹を壊していたのが、これを飲みだしてから良くなった」

「この薬を飲むと気持ちがいい」……など

翁丸はお腹の薬でありながら、ストレスや鬱に効くとの声をよく耳にします。

過去にもご紹介したことのあるこの伝統薬は、和歌山・紀ノ川沿いの町で、三百年以上も前から今も変わらず製造されています。

創業はさらに古く、およそ千二百年前ともいわれ、国内でつくられた最初の漢方処方であったのかも知れません。

この薬のもつ苦味は、高ぶった精神を鎮める働きを、そして独特の香りは気(エネルギー)のめぐりを良くする働きをします。

進級・進学・就職・引越など、一年中でもっとも変化の多いこの時季に、翁丸はまさにうってつけの薬といえるでしょう。

体にやさしく、しかも効き目が良いからこそ、これほど永く服み継がれてきたのです。



## 折々の薬草

オオイヌノフグリ (生薬名 賢子草)



道ばたや草地のどこにでも普通に見られるこの草は、もともとユーラシア・アフリカが原産で、日本には明治時代に渡来したのだそうです。

昔、田んぼのあぜ道で、るり色の愛らしい花がそこかしこに咲いているのを見つけると、ああ春が来たんだなあと思ふ心にも実感したものです。

摘み取ってみると意外にも花は一輪しかついておらず、花束にしようと何本も摘むけれど、花だけがポロリと落ちてしまつてがっかりしたのも、今では懐かしい思い出です。

可憐な花なのに、その名は気の毒な気がしますが、果実の形に由来しているのだとか。

薬用には全草を腰の痛みやリウマチの疼痛、小児の陰部の腫れに利用すると、中国の薬用辞典に記されています。さあ、この花に会いに野原に出かけてみませんか。

