

# 四季彩便り

2015・晩春

発行人  
光が丘4-11-2  
漢方四季彩堂  
酒見裕子  
(092)927-2693

## 兆し

このところ、九州歴史資料館周辺をほぼ毎朝散策しています。

まだまだ風が冷たく頬に当たる日や、冷たい雨に見舞われる日もあります。見上げれば木々の芽吹き、足もとには春の野草たちが開花の準備、鳥たちは巣作りで大忙し、うぐいすの声もちらほら。そんな万物の動きに触れながら、すれ違う人たちとご挨拶。

ときには立ち止まって言葉を交わし、ほんわり温かな、まさに春の気分です。日を過ごすことができます。

二月下旬に訪れた太宰府天満宮の梅は見ごろを迎えていました。

中国医学では春は成長の季節とされ、陽気がだんだん盛んになり、夏の成熟へと向かっていくのです。

ひと雨ごとに季節が進み、やがて本格的な春の到来。その兆しはすでに私たちの周りで見えています。

桜の開花、楽しみです。



## 四季の話題

菜の花畠に 入日薄れ

見わたす山の端 霞ふかし

春風そよふく 空を見れば

夕月かかりて にほひ淡し



大正時代に作られたという小学唱歌「朧月夜」。

遠い昔の故郷の光景が鮮やかに蘇り、懐かしい気分になります。

春の風物詩だった菜の花畑もおぼろ月も春霞も今は目にするのがなくなりましたね。

pm2.5：なんと無機質な言葉。

花粉症やアレルギー性鼻炎だけでなく、気管支炎や肺炎を引き起こす危険性が指摘されています。

お花見どころか、外出を控えるよう警報が出され、洗濯物や布団も外に干すのがためらわれる時代になろうとは誰が予測したでしょう。

地球規模で自然を破壊してきたツケが回ってきたのだと反省しなければなりません。

私たちは今のところ、このpm2.5から逃げることはできないので、肺に到達する量をいかに減らせるかが身を守るカギになります。

つまり、鼻や気道の粘膜を丈夫にして粘膜表面の潤いを充分保つようになれば、吸い込んだ空気中の不純物や雑菌などを粘膜上の粘液がスムーズに吸着し洗い流すことができると考えられます。

**八仙丸**(はっせんがん 麦味地黄丸)は気道粘膜や皮膚に潤いを与え、瑞々しい身体を保つお手伝いをする漢方薬です。



## 折々の薬草



「ツクシ誰の子 スギナの子」と歌われるスギナはトクサ科のシダ植物。早春の野にはもうツクシが林立していて、まだ風は冷たいものの、春が近いことを教えてくれます。

ツクシの胞子を拡大してみるとまるで宝石を思わせる緑色の小さな球に細い糸のような脚が四本ついていて、水滴で濡らすと脚はくるんと一瞬にして球を巻くように縮まり、乾いてくるとまた脚を四方に開いて今にも飛び立とうと風を待っています。そのような植物というより動物に近い印象です。

スギナの祖先は古生代石炭紀、樹高が三十メートルほどもあり大森林を築いていたと考えられています。それが三億年の時を経て、石炭として現代に生きる私たちに資源の恵みをもたらしているのです。

食べるのはツクシですが、薬用にはスギナを利用します。生薬名は問荊(もんけい)。利尿作用に優れ、解熱や咳止めにも用います。

根は地中深くに網の目のように張り巡らされるので、根絶するのは容易なことではありません。原爆を投下され焼け野原になった広島で、真っ先に緑を取り戻したのがスギナだったのだとか。

ただひとり杉菜の節をつぐことの

あそびをぞする河のほとりに

若山牧水

