

R&D Agency for Curative Natural Products

認定特定非営利活動法人

天然薬用資源開発機構ニュース

自然流の健康造りへの情報誌

Vol. **74**

2020 夏季号



発行所: 認定特定非営利活動法人 天然薬用資源開発機構 編集: 認定特定非営利活動法人 天然薬用資源開発機構事務局
〒602-8136 京都市上京区榎木町通黒門東入中御門横町 574 番地1ファルマフードビル
TEL:075-803-1653 FAX:075-803-1654 E-mail:npo@tenshikai.or.jp URL:http://www.tenshikai.or.jp

Contents

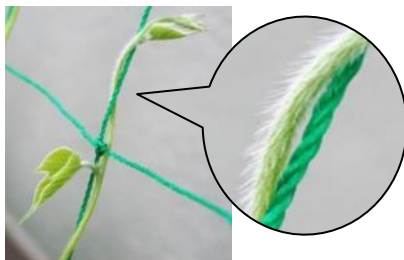
- | | |
|------------------------|----------------------------|
| 1.〈シリーズ〉身近な薬草「アサガオ」 | 5. ミャンマー便りに代えて |
| 2. 新型コロナウイルスの感染から逃れる為に | 「新型コロナウイルス感染症流行で思う事」 |
| 3. 花脊だより | 6. 2020 年 3 月 4 月 5 月の活動報告 |
| 4. 漢方褒貶「望診・問診の重要性」 | 7. 2020 年 7 月 8 月 9 月の行事予定 |

シリーズ 身近な薬草 「アサガオ」

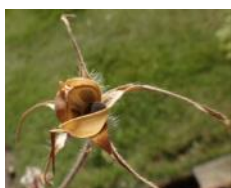
- 【学 名】 *Ipomoea nil* (*Pharbitis nil*)
- 【分 類】 ヒルガオ科 サツマイモ属 (アサガオ属)
- 【生 薬 名】 ケンゴシ/ケゴシ (牽牛子)
- 【薬用部位】 種子
- 【薬 効】 瀉下、利尿



アサガオはつる性の一年生草本で、奈良～平安時代に中国から薬用植物として渡来してきたと言われています。薬用植物として渡来してきた頃はノアサガオ（多年生）に似た小さな花であったようですが、江戸時代に観賞用としての栽培がさかんになり、様々な園芸品種が生み出されました。短日植物であり、一日の日照時間が一定時間以下になると花芽が形成され、開花が促進されます。真夏から秋にかけて漏斗状の花を咲かせ、その色・サイズ共に多岐にわたります。また葉も一つの主片と二つの翼片（側片）を持つ



三尖葉の並葉を基本として、多くの変形が確認されています。つるを伸ばし、支柱となるものに巻き付いて（左巻き）成長します。茎には多くの細毛があり、この細毛によって支柱にしっかりと巻き付くことが出来ます。（別種のセイヨウアサガオにはこの細毛がありません。）果実は蒴果で三室に分かれており、2個ずつ種子を有します。



「アサガオ」という呼び方は古く万葉の時代からありますが、その時には朝に咲く美しい花をすべて「アサガオ」としていたようです。（キキョウやムクゲなどもアサガオと呼ばれていました。）現在、アサガオ（朝顔）と我々が呼んでいる花は渡来当初は計仁吳氏（ケニゴシ）と呼

ばれ、平安初期には阿佐加保（アサカホ）となり、中期以降にはこの花のみがアサガオと称される様になりました。中国名は「牽牛」で、10月頃の花が終わった時期に種子を取り、天日乾燥させたものが生薬「牽牛子」となります。この「牽牛」の由来にはアサガオの花（あるいは種）を牛車で売り歩いたからという

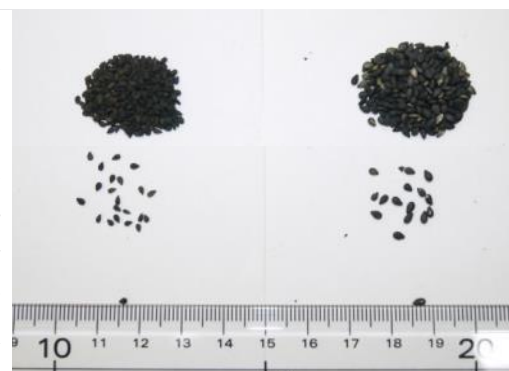
説や牛と取引されるほど高価であったからという説などがあります。

「牽牛子」はその種皮の色で「黒丑(コチウ)・黒牽牛子」、「白丑(ハチウ)・白牽牛子」に分けられますが、薬効は同じです。第十七改正日本薬局方に収載の生薬でもあります。

主な成分のひとつに、樹脂配糖体のファルビチン(pharbitin)があり、このファルビチンが強い瀉下作用をもたらします。(ファルビチンはアサガオの種子から発見されたため、アサガオ属を意味する Pharbitis から名付けられました。) ファルビチンは水溶性ではない為、通常は粉末で用います。瀉下剤として用いられますが峻下剤に分類され、作用が強いため素人の安易な服用は厳禁です。妊娠中の方や子供には特に注意が必要です。

食物繊維の摂取を増加させるのと胡麻(特にミャンマー産の特種な黒胡麻、右の画像にある様に小粒です)の粉末などの補給は胃腸機能の低下による便秘の解消には有用です。市販のセンナや大黃配合の緩下剤に依存しない様にすることが習慣性便秘にならないポイントです。

ミャンマー産の特種な黒胡麻



一般的な日本の黒胡麻

新型コロナウイルスの感染から逃れる為に

理事長／医学博士 山原 條二

感染症はほとんど征服したかのように最近まで思われていましたが、今回のウイルス感染症では先進国と自負しているアメリカ合衆国で10万人近くが死亡するという事態となってしまいました。トランプ大統領の「消毒薬を注射したらウイルスを遣っ付ける事が出来るのではないか」というレベルには開いた口が塞がらんとはこのことかと思いました。通常の抗生物質は細菌や一部の黴には有効ですが、ウイルスには全く無効です。

セミナー受講の皆さんはよくご存じの事と思いますが、風邪で処方されている医薬品の内容は解熱鎮痛剤や鎮咳剤、さらには抗生剤や胃腸薬といったインフルエンザウイルスを処分することの出来ない医薬品類のみです。風邪に関係するウイルス感染の歴史と、どのようにしてヒトはウイルス感染から身を守る免疫系を持ち、防護しているのか、またウイルスがどのように細胞の中で増殖して体外へ排除されない様にしているのかを知ると、免疫系が正常に作動する様に日頃から元気な細胞が元気な体の組織を造っている事を良く理解し実行しておく必要性が見えてくると思います。

近年の風邪感染症の歴史

1918年(大正7年)から1919年にかけて世界中で大流行した有名な“スペイン風邪”は6億人が感染し、2500万人～5000万人が亡くなりました。日本でも2400万人が感染し、39万人が死亡したと言われています。今ではH1N1型のインフルエンザウイルスが原因とされていますが、その後、40年間、時々流行を繰り返し、今にきています。記憶されている方もあるかもしれません1957年

～1958 年（昭和 32～33 年）に“アジア風邪”H2N2 型がやはり今回と同様に中国発で流行し、世界で約 7 万人が亡くなり、日本では 65 万人が感染し、5700 人が死亡しました。これは 11 年続き、やはり時々流行しました。1968 年（昭和 43 年）にはほとんどの方がご存知かと思います“香港風邪”H3N2 型が発生し、世界で約 400 万人、日本で 1000 人が亡くなりました。この H3N2 型も 35 年間、時々流行しました。第 4 回目は 1977 年（昭和 52 年）に広がった H1N1 型の復活の“ソ連風邪”で約 2000 万人が亡くなったと言われています。鳥やブタ由来の高病原性ウイルスの流行も記憶に新しいところです。

ヒトはどの様にしてウイルスに感染した細胞を排除しているのか

風邪をひいてサイトカインと言われるインターロイキン 1(IL-1)などの免疫系が活性化、誘導されて発熱した時、前述のいわゆる風邪薬を服用し続けると逆にいつまでも体調が回復しない経験をされている方も多いと思います。

発熱を合図としてウイルスに感染した細胞共々、細胞が自らを死なせてしまいます。これを“アポトーシス(apoptosis)”と言います。これはウイルスに感染した細胞を排除し、それ以上、他の細胞に広がらない様にヒトの体の免疫系が行なっています。この時は炎症など発生せず、すぐにマクロファージなど喰食細胞によって処理されます。一方、怪我や火傷など物理的、化学的に細胞が損傷を受け、患部が腫れたり、熱を持ったり、痛みが出たり、いわゆる炎症の生じる細胞の処理法をする場合もありますが、この時は“ネクロシス(necrosis)”と言います。

もう少し詳細に“アポトーシス”を説明します。アポトーシスはミトコンドリア内にある蛋白質分解酵素の一種であるカスパーゼ(caspase)によって引き起こされます。通常は不活性なカスパーゼが活性化され、何種類もの細胞の蛋白質を分解、切断して細胞死を誘導するのが特徴です。一方、ウイルスの方はより多くのウイルスを増殖しようと宿主の細胞を利用しますが、その前に寄生した細胞がカスパーゼによってアポトーシスを誘発して亡くなってしまうと増殖が停止してしまいます。アポトーシスが生じない様にウイルスが進化させた戦略の一つにこのカスパーゼの阻害があります。

ウイルスに感染した細胞は医薬品による解熱やウイルスの戦略などによってアポトーシス除去されないと増殖が加速され、宿主の風邪の症状が酷くなり重体化されてしまうわけです。通常のインフルエンザウイルスは鼻や喉の粘膜に侵入して増殖しますが、今回のウイルスは肺の細胞に行き、肺炎を誘発するのも特長です。肺の機能低下は酸素不足の原因となります。ミトコンドリアでは有酸素でエネルギーであるアデノシン三リン酸(adenosine triphosphate, ATP)を合成しています。供給エネルギーの不足は体力の低下を招き、病気がますます重くなってしまいます。新型コロナウイルスに感染しても全てのヒトが重症化するわけではありません。ミトコンドリアが元気である為には糞に懲りて膾を吹く様な事の無い様に日頃から少し汗をかく位の適度な運動、そして元気な細胞を造ってくれるバランスの取れた食事によって元気なミトコンドリア数を増やしておくことが必須です。

花脊だより

せいの としお
清野 利夫

新型コロナウイルスによる影響は、人間と社会に衝撃的な脅威を与えています。この困難な時代は、どこへ向っているのかはわかりませんが、急激に世界が変わろうとしている事だけはこんな私でも肌身に感じます。

日本での史上最悪の感染症は、奈良時代の基本史料「続日本紀」によると、天平文化と呼ばれる貴族を中心とした仏教文化が花開いた奈良時代。天平9（737）年に大流行した天然痘では人口の約3割が命を落としたとされています。奈良時代前半の全国の総人口は約450万人。正倉院文書に残る諸国の正税帳（財政報告書）から死亡者の比率が推計できるといい、全国で100万~150万人が死亡したとされています。ウイルスへの知識はなく、医療体制も脆弱な時代。当時の人々は、疫病を疫病神や鬼神の仕業と考え鎮めようとしたのです。そうです鬼の仕業にってしまったのです。得体の知れないもの・理解できないものを「鬼」とすることで人は心を安定させていたのです。また「鬼」が近づかないように護摩供修（護摩木、五穀、ニンニク等を炎に投げ祈禱する）が盛んに行われていました。異臭が魔物を追い払うという考えは、西洋のドラキュラとニンニクの関係にも知られるように、世界中で見られるポピュラーなまじないです。

私たちの付属試験農園では密かに昨年の9月9日に「ニンニク」を植え付けました。ニンニクは冬の間に雪の下で糖度を蓄え、春の雪解けと共に糖度の高く風味豊かなニンニクとなります。つまり美味しいニンニクには花背のような厳しい寒さが重要であり、必要不可欠なのです。そのニンニクが9ヶ月もの長い時をかけ、やっと本年6月6日に収穫することが出来ました。当然、有機・無農薬である特製堆肥「来復」で育てたニンニクです。香りがよくプリプリに仕上がっています。ニンニクと生姜はどんな調査でも健康増進や癌予防の食材に選ばれている野菜であり薬用植物です。

また畑で仮植えしていたミズメザクラ等を秋の★「植樹大作戦」の為に林道沿いに移動させました。地元の^{そまびと}杣人（きこりのこと）によると昔彼らは、木の伐採に疲れると「ミズメザクラの樹皮を肩に貼っておったもんじゃ」と話していました。以前自然観察会で理事長がミズメザクラには貼付薬の主成分として使われる非ステロイド性抗炎症剤である「サルチル酸メチル」が大量に入っていると教えてもらっていたので納得です。実際ミズメザクラの葉を嗅いでもらうと、ほとんどの人が「湿布のにおいだ」といいます。

ミズメザクラ等の移動は成功裏に終わり元気に育っています。しかし移動には木が大変重く感じ苦労しました。



なんとミズメザクラはサクラという名前がついていますがカバノキ科の木なのです。カバは重いのです。

ミズメザクラの語源は幹に傷をつけると水の様な油性の樹液が出てくるので水を生むからミズメとなりました。サクラは樹皮が桜とよく似ている事に由来します。材は木目がたいへん美しく優良材ですが京都だけでなく全国的に不足しています。50年も経過したらと楽しみとしています。

今回収穫したニンニクは、天然薬用資源開発機構ニュースをご覧の皆様には特別価格で販売いたします。食用にも鬼を追い払う為に使用してもかまいません。数に限りがあり早い段階での売り切れが予想されますのでご注意ください。

★「植樹大作戦」とは本年の秋11月頃に京都市森林組合と共同で、林道の左右にある植樹予定地に約1,000本の杉を植樹。その後杉と杉の間にミズメザクラ等を植え育てていく作戦です。今後この大作戦に参加いただける隊員を募集します（1本植えるだけでも構いません）。よろしくお願いいたします。

園長代理・せ一の。

漢方療法シリーズ

ほうへん

漢方褒貶(11)

—望診・問診の重要性—

主訴が生理不順、便秘、疣瘡、吹き出物の成人女性で、婦人科・内科・皮膚科と受診していても、あまり変化が無いので来られました。血液検査のデータはそれほど異常がありません。食事内容は少々偏っていました。やはり野菜や芋類、海藻、果実など食物繊維やポリフェノールの様に栄養価とは関係のない食事が元気な腸内微生物を増殖させ、元気な細胞を造ることで組織が出来ている事など食養生の重要性を認知してもらうのに少々時間がかかる患者でした。

望診や問診は血液検査のデータ以上に処方の決定に重要です。患者自身に来ていただかないと適確な処方決められないのはこの点にあります。ヒトの体の部位毎の病変による科別診療は西洋医学の大きな特長でもあり、欠陥でもあります。血液検査などのデータを見て、過去に出した医薬品のデータをパソコンで見て、本人の顔や皮膚の色、艶、元気さを見ない。

漢方療法はそれとは異なるやり方です。「寒・熱・虚・実・表・裏・陰・陽」を考え、「汗 和 下 消 吐 清 温 補」の8法で治す組合せを考えます。長い間の生活習慣で体の恒常性のバランスが崩れた状態になってしまったのを補正すると、一つの処方ですべてが元の元気な状態に帰ってきます。

上記の患者には“潤腸湯”を煎じ薬で出しました。



新型コロナウイルス感染症流行で思う事

理事長 山原 條二

航空路・陸路も閉鎖され、まだ航空路は閉鎖のままです。ミャンマーではそれほど新型コロナウイルス感染症は広がっていませんが、他国からの持ち込みを警戒しないと医療の体制が大変脆弱で手の打つ術が無いというところでしょうか。最近、工場も国の検査に合格した消毒処理済のところからぼちぼちやっているようです。（写真はミャンマーで生薬の日本への輸出を手伝ってもらっている会社の消毒風景です。）米の輸出国ではありますが、食料不足を心配して、米から製造している消毒用アルコールを含め輸出を禁止しているという事も伝わって来ました。



中国が今回も発生源であることは間違いありません。秋も早い時期から患者があったのでしょうか。中国の終息振りを見るとそんな感じがします。農産品はじめ、日用雑貨や電子部品、さらにインバウンドとやらで来日する観光客まで中国に大きく依存していた事が改めてよく分かった出来事でもあります。ほぼ100%海外に依存する石油エネルギーについても多数の産油国から入ってくるのでまず起こらないとは思いますが、何らかの不都合がある場合を考え、やはり依存しない方向も留意しておく必要がありそうです。食料の自給率がたった35%などという様な先進国はありません。

「春望」という杜甫の律詩に“国破山河在，城春草木深”というものがあります。こんな状況にならない様に、またなっても右往左往しなくてもよい位の心の準備が必要だと今回考えさせられましたがいかがでしょうか。花脊の試験農園では本年も自然に近い、環境に負荷をかけない農産品や薬草の栽培試験を続行中です。ぜひお越しく下さい。7月頃からは皆様の参加も再開できるかと思います。

また、昨年9月の整備時に植付けた100%有機、無農薬栽培のニンニクの収穫・販売も行う予定でいます。



2020年5月29日撮影の
ニンニク畑です。
葉先が黄味掛かってきました。
こうなると収穫間近です！



有機・無農薬栽培 花脊「ニンニク」販売のお知らせ♪

花脊の付属試験農園にて**有機・無農薬**で育てられたニンニクがついに登場です。

大サイズ 1 個 : 100 円

中サイズ 2 個 : 100 円

小サイズ 4 個 : 100 円

バ ラ 15 片 : 100 円



(いずれも税込・送料別)



大きさの参考例です。
天産物ですので、サイ
ズは多少前後します。
また、数に限りがあり
ます。
ご了承ください。

購入お申込み・お問い合わせは事務局まで！

2020年3月・4月・5月の活動報告

京都薬草の森公園

4月5日(日) 山開き

待ちに待った山開きの日、会員の方、一般の方にご参加の申し込みをいただいておりますが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、スタッフ中心で実施しました。

ジャガイモの植付、草引きなどを行いました。お昼には、花脊の整備でお世話になっている会員の山田勉さんが釣って来られた「アマゴ」、そして、自然の恵みたっぷり栄養満点レシピのご飯をいただきました！



5月2日(土) 春の植樹祭

この日も前月に引き続き、スタッフ中心で整備を行いました。ナスやシシトウ、ピーマンなどの野菜の植付、秋に収穫の金時ショウガや里芋、チョロギの植付を行いました！豊かな実りの季節には皆様と一緒に収穫できるのを楽しみにしております。

春の植樹祭ということで、山桜などの植樹も無事に終わりました。花脊の百本桜、千本桜を目指して、一步一步進んでいます。また災害に負けない山造りの一環として、様々な木を植樹し、雑木林を育成中です。皆様、ぜひとも山に見にいらしてください。

自然観察会では、満開のウスギヨウラク、ナガバモミジイチゴ、ツツジなど、春～初夏の花々に出会いました。



白いかわいいナガバモミジイチゴの花。もう少しすると、実も食べ頃です。

お昼はもちろん山や畑の恵みをいただきました！

普段はなかなか見かけることのないウスギヨウラク（薄黄瓔珞）。薬草の森公園内では可憐に咲き誇っていました。



5月28日(木) 第18期定期社員総会が開催されました

第1号議案 第18期 事業報告書承認の件
第2号議案 第18期 収支計算書承認の件
第3号議案 第18期 会計監査報告

第4号議案 第19期 事業計画承認の件
第5号議案 第19期 収支予算書承認の件

行事予定変更のお知らせ

此度の新型コロナウイルス感染症流行に関連しまして、予定しておりました国内研修旅行(2020年10月)、海外研修旅行(2021年1月)、新薬膳教室(2021年2月)の本年度の開催は控えさせていただきます。参加を予定されていた皆様にはご迷惑をお掛けしますが、ご理解ご協力をよろしくお願い申し上げます。

以上、承認されました。

2020年7月・8月・9月のこれからの行事予定

◆ 京都薬草の森公園 (事前にお電話にてご連絡ください)

整備 7月5日 (日) 畑や山での作業・自然観察会
8月1日 (土) 畑や山での作業・自然観察会
9月6日 (日) 畑や山での作業・自然観察会



◆ 自然療法セミナー (事前にお電話にてご予約ください)

午後2時 ~ 4時 於:事務局3Fセミナー室

土曜コース:7月11日・9月12日 ※例年通り **8月の土曜コースは休講**となります。

木曜コース:7月30日・8月27日・9月24日

(7月は第4週目が祝日の為、**第5週目に変更**)

◎受講料:正会員 **2,500円** / 学生 1,000円 / 一般 3,000円

★新型コロナウイルス感染拡大防止のため、参加者数制限の上でセミナーを開催いたします。
参加ご希望の方は必ず事前にご連絡をお願いいたします。

毎月第2月曜日は「理事長の**相談の日**(無料)です」
会員の方、一般の方、どなたでもご相談いただけます。お気軽にお越しください。
(お電話にて事前にご予約をお願いします。)

日程: 7月13日 8月17日 (第三週目に変更) 9月14日

—事務局だより—

梅雨シーズンの到来です。全国の会員の皆様、日頃よりご支援くださる皆様、いかがお過ごしでしょうか。

花脊でもうれしい恵みの雨の季節を経て、植付したお野菜や植樹した樹木が大きく大きく育つ事と思います。7月にはようやく皆様にも整備にご参加いただけます。

この夏は「新しい生活様式」の実践で例年よりも凌ぎ難い夏となるかもしれません。無理をなさらず、特製のニンニクでパワーをつけて「食養生」を中心に健康なからだと環境を整えてつつがなくお過ごしください。

車で事務局へお越しの皆様は西隣の駐車場№1~5と事務局前スペースをご利用ください。
セミナー等で駐車場をご利用の方は台数に限りがありますので、あらかじめご連絡ください。