

★漢方あれこれ★

◆赤小豆◆ マメ科 アズキ

太田順康

日本人はアズキが大好きだそうです。確かに季節季節でアズキを使った和菓子が登場します。

牡丹餅、草餅、柏餅、おはぎ、等々そういえば牡丹餅とおはぎの違いは？

春のお彼岸に食べるのが牡丹餅、秋のお彼岸がおはぎだそうです。ちょうどそのころに咲く花になぞらえているのだそうです。

鏡開きにはお普哉、お祝い事にはお赤飯と日本人の生活には欠かせないものになっています。

我が家でも孫娘の大人になった時や、高校の合格祝いにお赤飯が出て、男の孫がなんで今日はお赤飯と不思議がっていました。

アズキは古くから栽培されていたようで、滋賀県の粟津湖底遺跡（紀元前4,000）静岡の登呂遺跡（弥生時代紀元1世紀頃）からも出土しています。

また中国の最古の本草所「神農本草経」にも記載されています。曰く「水腫を下し、癰腫を排す」とあります。湿熱と云われる、湿気と熱が下半身籠って起きる脚気などの浮腫や黄疸に使われる薬方に配合されています。癰腫（化膿性炎症・おでき）には粉末をお餅などで練って貼付します。熱を冷ます働きがあります。

当帰末と合わせた赤小豆当帰散は下血（痔出血、子宮出血など）や狐惑病（精神疾患、狐憑き）に応用されています。この時の小豆は水に浸して発芽したものを乾燥して粉末にしています。

二日酔いで嘔気のある時は味付けをしないで煮たアズキを食べると良いそうです。また獣肉の中毒にも効くと云われています。

粉末を水で飲むと犬・猫・鼠に噛まれて熱が出た時に効果があるようです。

私は子供の時に野鼠にちよっかいをだして噛まれて消毒を怠ったため黄疸を起こし高熱を出して3日ばかり苦しんだ経験がありますが、此のことを知らずにいたので解熱剤を服用してやっとの思いで治してもらいました。アズキをやれば早かったかもしれません。

白癩（しろなまず）やそばかすには花の汁を塗ると良いと云われますが、数カ月もかかるので花が散ってしまうので無理

在禪洞

すやか教室 山歩き

曜日と時間：毎週金曜日 10:30～

★雨のときは、中止します。

★お茶など飲み物を持参しましょう。

<6月の予定>

7日(金) 14日(金) 21日(金) 28日(金)

気温が上がってきました。木々の緑が覆いかぶさるように広がっています。そんな中、先週は、フクロウのヒナが、と言っても大きいですが、巣箱で孵って木にとまっているのに会いました。ふわふわの毛に包まれています。松尾池周辺に集まるカメラマンたちも、何とかカメラに収めようと張り切っていました。鶯など小鳥たちの鳴き声も多くなっています。

お知らせ

§ 漢方相談日

担当：太田順康：日本漢方交流会認定漢方終身師範、
岐阜県漢方研究会会長、
岐阜薬科大学「漢方学」講師

今月の漢方相談日は、下記です。

10日(月) 17日(月) 24日(月)

§ 6月の休診日

なし

かも。炒ったアズキの粉と米糠を混ぜたものを塗っても良いようです。

味を付けないアズキ粥は腎炎、ネフローゼの浮腫に効果があります。

炒らずに生のまま粉にしたものは食中毒で吐きそうになるが吐けなくて苦しい時に飲むと吐いてすっきりするそうです。

やはりアズキは「ぜんざい」か「お汁粉」で飲むのがいいですね。

ところで皆さんは粒あん派、こしあん派どちらですか？
(つづく)