

2018.1
(公社)富山県薬剤師会
広報誌

とみ やく 富 薬

1 号

第40巻
No.342



ナツメ *Zizyphus jujuba* Mill. var. *inermis* Rehd. (クロウメモドキ科 *Rhamnaceae*)

生 薬 タイソウ（大棗） 熟して暗紅色になった果実を取り、数日陽乾した後蒸して再び陽乾する。色が紅く、肉厚で、充実し、核が小さく、味の甘いものが良品。

成 分 糖類：glucose, fructose、多糖類：arabinose, pectin、有機酸：malic acid, tartaric acid、トリテルペノイド：oleanolic acid, ursolic acid、サポニン：zizyphusaponin I, II, III等。

効 能 緩和、強壮、鎮静、鎮痙、利尿薬としてかぜ薬、鎮静鎮痙薬、健胃消化薬、止瀉整腸薬、精神神経用薬とみなされる漢方処方に配合される。生食用、薬用酒としても用いられる。

生薬 ナツメ

元富山県薬事研究所
薬用植物指導センター

村上守一氏 写真撮影

〇〇表紙について〇〇



「あの子はたあれ たれでしょね なんなんなつめの
花の下 お人形さんと 遊んでる……」と懐かしい童
謡に歌われているナツメの花は意外と知られていないよ
うです。なぜかナツメと聞いて頭に浮かぶ光景は赤い果
実がたわわに実る様子と甘酸っぱいリンゴのような香り
だけです。この歌が作詞・作曲された昭和16年頃には全
国各地で庭先などに普通に植栽されていた果樹で、昭和
30年代頃まではよく見かけることができ、樹によじ登っ
て口にしたものです。現在では稀に生食されることもあ
りますが、飛騨地方料理の甘露煮としてお正月などのお
節料理に添えられている程度になり、あまり馴染みがな
くなったことも原因していると思われます。

花は淡緑色で葉の色に近く、葉腋に付着するように径5mmほどの小花を咲かせるた
め、目立たないことが見逃す原因ではないかとも考えられます。落葉性の小高木で10m
ほどになります。陸佃(1042-1102)の埤雅(北宋)に「大なるを棗といい、小なる
を棘という。棘は酸棗である。棗は性のたかいものだから束を重ね、棘は性の低いも
のだから束を並べたのだ」とあり、どちらも束(とげ)のある樹で、低木の棘(サネ
ブトナツメ *Z. jujuba* var. *spinosa*) と比べて棗は樹高が高いことを挙げています。葉
は互生し、卵形から長卵形で2-4cm、質は薄いが硬く、光沢があり、明瞭な3脈が
あります。秋に楕円形で熟すと暗紅色の核果を実らせませす。

中国から日本に、仏教伝来と同じ頃に渡来したものと考えられています。飛鳥時代
前期の上之宮遺跡は聖徳太子が585年から605年まで過ごした居所と推定されていま
すが、ここから果実の核が出土したことから、かなり早い時代に導入され利用されてい
たことが伺えます。『万葉集』(6世紀後半から7世紀後半)や『古今和歌集』(905)
に詠われ、『本草和名』(918)に「大棗 和名於保奈都女」「生棗 和名奈末奈都女」、
『和名抄』(931-937)には「棗 和名奈豆女」「酸棗一名柎棗 柎和名佐禰布止」と、
『延喜式』(927)の典薬寮の諸国進年料雑薬、信濃国に「大棗大一斛」、美作国に「乾
棗一斗五升」と書かれています。

江戸時代に入ると『大和本草』(1709)に詳しく記載され、「棗 夏芽を生す。故に
ナツメと云う」とあり、初夏によく新芽を出す特性から「夏芽」と呼ばれたと語
源を述べています。『本草綱目啓蒙』(1803)には中国で栽培されている多くの品種に
ついて記され、また「其木外白く内赤くして堅し、故に唐山にては板木にもちゆ」と
あり、木材としての利用価値もあったようです。しかし、果実の生産は明治以降の漢
方薬の衰退などから栽培は廃れ、わずかな地域で生食用や甘露煮用に生産されるだけ
になりました。

中国では『詩経』(BC9世紀-BC7世紀)の国風・邶風・凱風に「そよ吹く風は南
より ふいて棗の芽は育つ 棗の若芽わかくして 母の苦勞ぞ限りなき」と詠われ、身
近にあった果樹であったことが分かります。薬用としても重視され、『神農本草経』や
『名医別録』(502-536)に効能が記されています。郭璞注『爾雅』(西晋265-316)
には十の品種が掲載され、元(1271-1368)時代の『打棗譜』には73品種の名前が記
載され、現在中国には300とも400品種ともいわれる多くの品種があります。現在栽培
されている品種の一例を挙げると、「金糸棗」果重6-8g、糖度34-39%と糖度の高
いものや「晋棗」果重34-60g、糖度25-30%と大きな果実の物など様々です。中国で
は五臓(心・肝・脾・肺・腎)を養う果物として五果(桃・杏・棗・栗・李)を珍重
し、現在でも生食や薬膳料理、薬用酒、お菓子と色々な方法で口にしている習慣がありま
す。(村上守一 記)