

2023.9
(公社)富山県薬剤師会
広報誌

とよ や 富 薬

9号

第45巻
No.410



シソ *Perilla frutescens* Britto var. *acuta* Kudo (シソ科 *Labiatae*)

生 薬 ソヨウ（蘇葉） 6月頃から開花期直前の8月頃までに葉を採取し、半日ほど陽乾したあと日陰で乾燥する。香が強いものが良品。

成 分 精油：perillaldehyde, limonene, pinene, octanol 等、アントシアン配糖体：shisonin、フラボン類：apigenin, luteolin、その他：caffeic acid, rosmarinic acid 等。

効 能 香蘇散、神秘湯、半夏厚朴湯等の漢方処方配合される。芳香性健胃薬としても用いられる。



生薬 ソヨウ（蘇葉）

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



中国中・南部からヒマラヤが原産と言われ、縄文草・前期（12000－5000年前）の鳥浜貝塚から同属のエゴマ（*var. japonica*）の種子と同時にシソの種子が確認され、古くから渡来していたと考えられます。一年草で、茎は四角形で直立し高さ1m程になります。葉は対生、長い柄があり、広卵形で先端は尖り、基部は広くさび型、縁には鋸歯があって質は薄く柔軟、両面紫紅色で特異な芳香があります。品種によっては葉が縮れるものも、緑色のものなど色々あります。花期は晩夏のころで、花序は総状花序、淡紫色の唇形花を多数密に付けます。秋期に分果が成熟し、中に3－4個の灰褐色から黒褐色の種子を持ちます。種子は硬実で、9月から翌年の3月頃まで休眠し、乾燥させると容易に吸水せず、発芽率が極度に低下するので湿度を保ちつつ低温で保存します。自然に脱落した種子は土中で越冬し、翌年自然に発芽します。有効発芽年数は2年ですが、播種時期を考えると実質は1年です。

『本草綱目』（1578）に「蘇は性が舒暢（のびる）で、気を行らし、血を和するものだから蘇（よみがえる）というのだ。紫蘇とは白蘇と区別するための称呼である。蘇なる植物は荳（エゴマ）の類だが、味は更に辛く、桂のようだ。故に『爾雅』（BC 200頃）には之を桂荳と謂う」とその効能と紫色の葉から名づけられたことが記されています。陶弘景（456－536）も「蘇は葉の裏が紫色で気が甚だ香しい。裏が紫でなく香しくなくして荳に似たものは野蘇と名ける。薬用には堪えない」とエゴマとの違いを明らかにしています。

国内での栽培は恐らく平安時代に始まったものと思われます。『薬経太素』（790）に「紫蘇 温味辛。裏面ともに紫色成を用いる。枝茎を去り、日に干し、もみ研て用う。下気、開胃、治脹、消痰、大腸を利する」とあり、葉を薬として用いたことが分かります。また、種子も『延喜式』（927）の「典薬寮の諸国進年料雑薬」に「伊勢国一升、尾張国五升、讃岐国五升」とあり、計一斗一升の紫蘇子が献納されています。紫蘇子は薬として使われるだけでなく、食用または灯油としても重要で、種子から搾った「紫蘇油」は明るさが強く、エゴマから搾った「荳油」より優れていたため大いに栽培されました。『本朝食鑑』（1692）には詳しく「所々多く有り。或は人家、田圃に之を栽ゆ。二、三月種を下す。又、宿子地に在りて自ら生るもまたあり。其の莖方に、其の葉円にしてしかも尖り、四囲鋸歯あり。肥地の者は面背皆紫なり。瘠地の者は面青、背紫。其の面背ともに青白き者は白蘇なり。七、八月に細紫花を開き、穂を成す。房を作りて荳荳穂の如し。九月半枯れる時子を収む。子細にして芥子の如く。色黄赤或は謂う此も亦可。油を採るは荳油の如く。紫蘇葉羹と為すは可。これを以て魚肉毒を去る」と播種から葉の状態、種子の採取、油を搾るまで詳細に記されています。

昔から紫蘇を使った食品といえば「梅干し」があります。平安時代中期、村上天皇（在位946－967）が疫病にかかったとき、梅干しと昆布を入れたお茶を飲んで回復されたと伝えられています。この梅干しは単なる梅の塩漬けで保存食として利用されていたようです。江戸時代はじめの『農業全書』（1697）に「又熟しては塩に漬け、数日の後取上げ、日に干晒し梅干となすべし。又白梅を紫蘇葉にて包み、つぼに入れ置きたるは取分きよし」と紫蘇の葉を使うことがはっきりと書かれています。京都の三大漬物の一つ柴漬は茄子、胡瓜、青唐辛子、紫蘇などを塩漬けにし、乳酸発酵させたもので、平家滅亡後に大原に隠棲した建礼門院（1155－1214）に里人が差し入れた漬物を気に入ったところから命名されたと言い伝えられています。（村上守一 記）