





前回に引き継いで、民間伝承による民間薬について、葉草と毒草の一部を紹介する。自然の中にはたくさんさんの葉草や毒草、はたまた食べられる草木や木の実はあり、すべて自然からの恵みである。

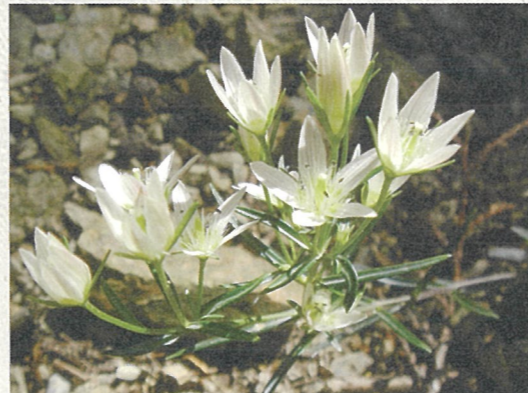
昔から広くおなじみの葉草にドクダミがある。生の草は特有の臭気（ニオイ）があるので、何か毒でもあるのではないのかと毒溜（どくだみ）の名から、ドクダミに変化した。また、十種の薬の効能があることから、十葉と呼んでいる。わしが子どもころに、化膿性のはれものができる、採り立ての新鮮な生の葉を水洗いし、新聞紙に包んで火にあぶり、やわらかくなったら、はれものの上に当てて、絆創膏で止めておくと、膿を吸い出し、はれも引いた。また、5〜6月ごろ花が



▲ ドクダミ  
(白いのは花びらではなく苞葉。その上に花穂を形成する)



▲ ドクダミの花穂  
1本のめしべと3本のおしべからなる小さな花が集まっている。花穂の上の方はおしべが3本だけの花になる。花は有性生殖をせず、卵細胞が受精せずに分裂し、種をつくる（単為生殖）



▲ センブリ (撮影：松本勝典氏)



▲ タラノキの新芽 (タラの芽)

トチバナニンジンのは、葉がトチノキの葉に似ているところから、この名がついたといわれている。人参というのとは地下の根茎が横に長く伸び、竹の地下茎のように、ところどころに節があるというところから、人参の名がついた。この節一つでできるのに、一年かかるといわれる。今までは、わしが掘った中で、10個の節のある



▲ トチバナニンジン

咲いている時期に根ごし（ごと）引いて（抜いて）、陰干しし、乾燥した十葉を煎じて茶代わりに飲むと便通や高血圧予防になる。ただし、1回目でも述べたように、民間薬は続けて飲むことが肝要である。

センブリは聞いただけで、口に苦みを感じさせる薬草である。各地に野生する日本の民間薬の代表格ともいえるべき薬草である。秋に白い花をつける2年草（秋に種を落として、翌年の秋に結実する）の草花である。昔から、腹痛に良く効く薬草である。秋、花の盛りころ、根ごし引いて、陰干しし、煎じて飲む。わしは今でも飲む時がある。「良薬は口に苦し」と言うが、センブリの苦みは格別である。

タラノキは全国各地に見られる落葉低

木で、幹にトゲが多く、つかむと痛くて大変であるが、最近、シカがその痛い幹の皮を剥いで食べている。もしかして、糖尿病を患っているのでは？ ハハハ・・・

わしは糖尿病を患っている患者さんに頼まれて、タラノキを採取したことがある。採取時期は秋で、樹皮を取って、刻んで日干しにする。それを煎じて、1日3回飲むと良い。薬もさることながら、わしには何ととってもタラノキの芽のテンプラで、山菜のテンプラの中でも最高の味がする。わしは子ども時分にはテンプラ油が無かったため、母上が酢味噌和えにして食べらしてくれた。おいしいので食べ過ぎて、朝、目がやねばって（目やにがたまつて）あかんだ（開かなくなった）ことがあった。山でたき火をし

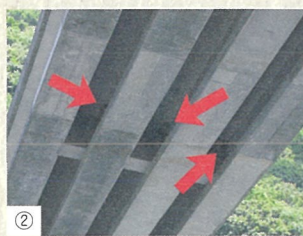
て、焼いて、味噌を付けて食べたこともあった。タラメは何ととっても春の山菜の王者である。

## 吉野川紀の川上へ探検隊

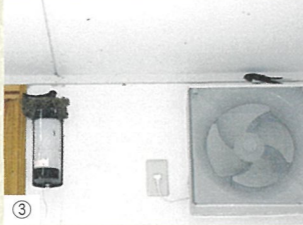
### 野鳥の観察会

2010年（平成22年）は国連の定めた「国際生物多様性年」であり、また毎年5月22日は「国際生物多様性の日」です。2010年のその日に、川上村北和田（白川渡、上多古をめぐり、鳥を中心とする）にいろいろな生き物を観察しました。身近に生き物を知ることが、生物多様性を知る第一歩です。

当日は開会の前から、早速、観察が始まりました。森と水の源流館玄関前（写真①）のデッキで、イソヒヨドリなどを観察。挨拶の後、北和田地区に移動し、観察を行いました。ここでは、イワツバメが橋の下に巣を作っているのが観察（写真②）されたほか、ツバメ、コシアカツバメと3種類のツバメを確認しました。また、トンビが間近で飛翔して



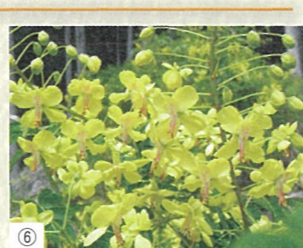
その飛翔の形で同定するポイントなども教えてもらいました。お昼は白川渡キャンプ場へ移動して昼食。その合間に、鳥を離れて、カジカガエルを観察。ちょうど、抱接したカッパル（写真④）が見つかり、みなさん熱心に観察していました。その他、ツチガエルも観察できました。花では、ジャケツイバラ（写真⑥）の黄色い花がよく目立ちました。白川渡キャンプ場の脇には、ダム水没予定地の丹生川上神社上社跡地にあつた社叢林で見られたタブノキ（写真⑦）も生育している。植物好きの人にはタブノキの周りにも集まっています。



午後からは、上多古で観察。沢沿いを歩いていくと、オオノリの鳴き声も聞こえました。多くの種類は見られませんが、カワガラスをじっくり観察したり、見ごろのウツギの花など植物観察をしたりとじっくり自然に親しみました。この日は、約20種の鳥のほか、カジカガエルなど川上村を代表する生き物を観察することができて有意義な一日となりました。

古で観察。沢沿いを歩いていくと、オオノリの鳴き声も聞こえました。多くの種類は見られませんが、カワガラスをじっくり観察したり、見ごろのウツギの花など植物観察をしたりとじっくり自然に親しみました。この日は、約20種の鳥のほか、カジカガエルなど川上村を代表する生き物を観察することができて有意義な一日となりました。

写真の説明・・・  
①始まる前から野鳥の観察は始まっていました  
②北和田橋の下にはイワツバメが営巣していました  
③白川渡キャンプ場の炊事場のこんなところにもツバメが営巣していました  
④カジカガエルが抱接していました。上がオス、下がメスです  
⑤ツチガエルも観察できました  
⑥白川渡キャンプ場で見ごろを迎えていたジャケツイバラ。マメ科の植物は根に共生する根粒菌のはたらきにより荒地でも勢力を拡大できるので、キャンプ場内の造成地のような荒地によく見られました  
⑦白川渡キャンプ場のタブノキ。本種は海岸付近に特に多く、鎮守の森の主役とされている樹木です。川上村でタブノキといえば、大滝ダム水没予定地で、国の天然記念物にも指定されていた、旧丹生川上神社上社のタブノキ林（消滅）が有名でしたが、ここにもひっそりと生育していました



当日は講師として、上山義之さん、松尾弘隆さん（ともに日本野鳥の会奈良支部）に丁寧に教えていただきました。この場をお借りして感謝します。

さて、今年の御船の滝水瀑ツアーは寒波の影響で、朝から雪。参加者のみなさんは出発地点の井光地区にある井水鹿の里「もりもり館」までバスで移動し、わら縄をクツにまいてもらうなど、すべり止めの対策をした後、一面の銀世界の中、御船の滝まで約2kmを途中、自然観察をしながら歩いていきました。たどり着いた御船の滝周辺はこの日、気温マイナス10℃。見事に凍りついて、



▲ 銀世界の中を歩いていきました



▲ 滝の前でハイポーズ

## 御船の滝 氷瀑ツアー

2011年（平成23年）の御船の滝水瀑ツアーは、1月30日（日）に開催しました。今年は、年末から厳しい寒さが続き、完全に凍りついた氷瀑の姿をみなさん

# 吉野川・紀の川流域の遺跡～その8～

歴史担当の成瀬匡章が、吉野川・紀の川流域の遺跡について紹介します。

## 絵葉書で見る吉野 ～菊の窟～

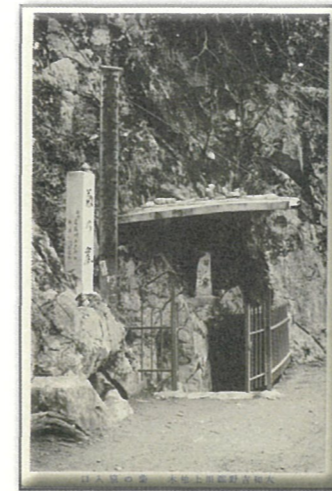
川上村柏木は、吉野川左岸の緩やかな北東向きの斜面に広がる静かな集落です。

吉野川沿いに走る国道169号線から一步入ると、道の両側には隙間なく連なった2階建ての家々、バスターミナルの跡には色あせた大きな路線図が掲げられ、多くの人たちで賑わっていた様子が伺えます。

かつて柏木は大峯山・大台ヶ原山登山の拠点であり、不動窟・蟠竜窟・正禅窟・弁天窟・菊の窟といった鍾乳洞で有名な観光地でもありました。現在、観光地として残っているのは不動窟だけですが、もつとも有名だったのは、御座嶋橋北側の国道沿いにあった菊の窟でした。江戸時代の旅日記によると、「独鈷の形、行者の剣の形、搗鐘の形、数珠の形、法螺貝の形」、「水柱の如くなる石大小数万あり表は黄赤白と色々」といった美しい鍾乳石があり、地元の人たちが三十文の料金でガイドをしてくれたそうです。

左の2枚が菊の窟の入口とその内部を写した絵葉書です。残念ながら1975年(昭和50年)の道路拡幅工事により破壊され、現在は見ることはできません。

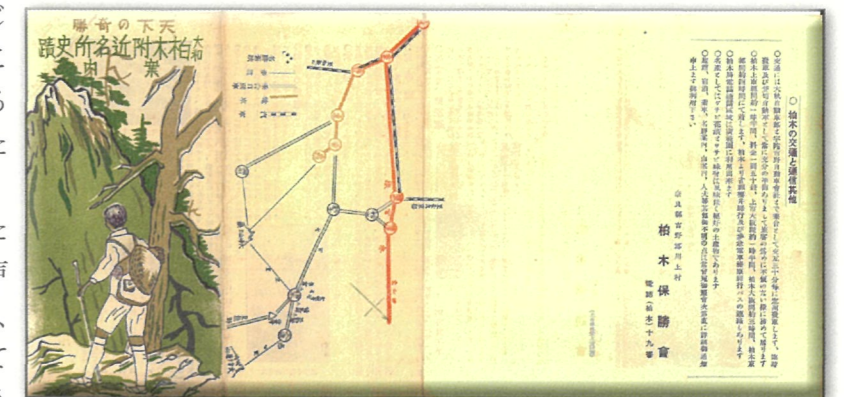
この絵葉書を発行したのは、現在、柏木に唯一残る旅館朝日館の隣にあった上野商店でした。上野商店では何種類もの絵葉書を作っており、不動窟や金剛寺、御座嶋、屏風岩などの絵葉書もありました。屏風岩の絵葉書は、谷崎潤一郎が佐藤春夫に出した葉書にも使われています(和歌山県新宮市 佐藤春夫記念館蔵)。谷崎潤一郎は、1930年(昭和5年)11月2日に、柏木にあった川上ホテルに宿泊していますので、おそらくその時に購入したのでしょう。上野商店では、絵葉書以外にワサビ味噌も作っており、柏木保勝会(現在の柏木観光協会)の観光案内に、「風味佳く、絶好の土産物」として取り上げられる名物となっていました。以前、大峯山への登山道沿いで同じ文句が記されたワサビ味噌の広告看板を拾ったことがあります。柏木のご年配の方に聞いてみると、子どものころ上野商店に頼まれて取り付けられた看板の1枚とのことでした。



このほかに、カジカガエルという一風変わった柏木土産がありました。子どもたちは、美しい声で鳴くカジカガエルを捕まえては空き瓶に入れ、登山客に1匹15銭で売っていました。そうして稼いだお小遣いで、地区にあった勢渡商店という駄菓子屋で蒸しパン(1個15銭)を買うのが楽しみだったそうです。ただし、持ち帰られたカエルは鳴かなかったそうです。山のきれいな水で育ったカエルは、都会では生き辛かったのでしょうか？

いまでは、菊の窟もワサビ味噌も、カジカガエルを売る子どもたちも見ることができませんが、当時の絵葉書や観光案内は、かつての観光地「柏木」の姿を今に伝えてくれます。

参考文獻  
大和山峯研究グループ著『大峯山・大台ヶ原山』2009 築地出版  
久保幸一「江戸時代における庶民の旅」『熊野道中記』みえ熊野学研究会編 2001



▲ ナンテン



▲ マタタビ

マタタビの花は葉の裏側に付いているので目立たない。受粉は虫に手伝ってもらわなければならない。裏側では目立たないため、葉の表面を白くするのではないかと考えられている。葉は表皮があるいは、表皮と葉肉の間に空気をためることによって、光が乱反射し白く見える。このため、白い部分を強く押さえると緑色に戻る。



▲ マタタビの花



▲ 正常なマタタビの実

※ 民間薬は、その土地の自然・風土・文化から生まれ、先人から伝えられたものです。ここでは、筆者が受け継いだ民間薬について、民俗文化の記録として記述しています。言うまでもありませんが、民間療法は万能ではありません。重い病気や慢性病などには十分な効果が期待できないこともあります。重症な方は病院での治療を優先させてください。

人參を掘った。これは10年ものである。採取する時期は9〜10月で、に根を掘り取り、ひげ根を取って、水洗いした後に日干しにする。それを煎じて飲むと熱取り(熱冷まし)によく効いた。わしも子どもの風邪の熱取りによく使ったものである。「ナイシヨの話」三之公とある所にあるのだが、茎の先には赤い実が付くのでよく分かる。

ナンテンは一般に、庭木などに植えられているのをよく見かける常緑の低木である。中国原産の植物である。赤い実のナンテンと黄白色の実が付くシロナンテンがある。ちなみに、我が家には両方(赤と白)のナンテンが、子どもの時から庭にある。お祝い事などで、赤飯を他家へ配る時、赤飯の上にはナンテンの葉をよくのせていた。最近はおわしのオカカが他家へ餅を持って行く時、餅の上にナンテンの葉を置いていく。これは「ナンテン

の葉が毒を消しますから、食中毒の心配はありませんよ」との意味をあらわしたもので、昔の人は長い経験から葉の防腐作用を知っていたものと思われる。わしの子どものころより、飲んでできた咳薬は、シロナンテンの実21個と黒豆21個と生姜を少々入れて、煎じたもので、飲むと咳によく効いた。わしも子どもたちによく飲ませた。

マタタビは「猫にマタタビ」というが、猫に与えると大喜びし、じやれる様子はおもしろい。疲れた旅人がマタタビの実を食べて、元氣になり、「また、旅を続けた」ので、マタタビ(また旅)の名がついたといわれている。昔から強壮薬とされているが(ほんまかいな?)、わしは5年ほど前からマタタビ酒を毎晩飲んでいますが、その薬効の程は・・・？マタタビはツルになって、木からみつけて、繁茂している。山の谷べりに多



▲ 虫こぶになったマタタビの実

山の病院長より。

# 第9回 源流の主要たち

川上村・吉野川源流の自然を紹介するページです。



## 川上村のミズゴケ類

木村全邦

コケ植物は目立たない植物です。日本人は鑑賞目的に園芸で用いることがありますが、そのほか目立った用途はあまりありません。例えば、人間がコケを食べるといった記録はほとんどなく、かつてアイスランドでイースト菌を買えない貧困者が、パンのふくらし粉の代わりとしてミズゴケを用いた記録があったり、オオカサゴケなど一部のコケが漢方薬として利用したりする程度です。そもそも、ほとんどのコケは味見をすると分かりますが、とても不味くて食べられたものではありません。

哺乳類から昆虫に至るまで、コケを積極的に食料にする例はあまり知られません。それは標本の保管がとても楽であることを意味します。普通、植物や動物の標本はナフタリンなどで厳重に虫除けをします。ところが、コケの標本はそんなことをしなくても大丈夫です。標本の包み紙が虫に食べられることはあっても、本体が食べられることはほとんどありません。平成13年(2001年)に、京都大学総合博物館ができた時、今はなき古い建物の中にあつたボロボロの標本庫から、博物館の新しい標本庫へ、コケ標本を移し替えました。その際、包み紙はシミなどの害虫がはい回り、ムシヤムシヤと食べていましたが、コケの方は全く無傷だったのが印象に残っています。今はちゃんと害虫は燻蒸され、包み紙も食べられないように大切に保管されているので安心ですが。

そんなコケ植物の中で、ミズゴケ類(以後、ミズゴケとする)はもっともよく人間に利用されてきたコケだと思います。ミズゴケは水持ちがよく腐りにくいので園芸資材として用いられることはもちろん、その他にもさまざまな利用がされてきました。第一次世界大戦の際には脱脂綿の代用として、外科用の傷当てにされたともいいます。また、このミズゴケなどの植物遺体(遺骸)が低温・低酸素状態であまり分解されずに残ったものが泥炭(ピート)で、燃料などとして使われています。ミズゴケは人間によく利用されますが、生物多様性保全の観点からは、問題が残っています。ミズゴケが生育するのは主に湿原であり、これを破壊すると回復に非常に長い年月がかかります。日本では、泥炭層は1年に1mmほどしか堆積しないといわれます。そのため、長い年月をかけて醸成された湿原特有の生態系にも甚大な影響を与えるのです。

日本には約40種のミズゴケが生育しています。そのうち、オオミズゴケ、ヒメミズゴケについては、環境省が2007年(平成19年)に改訂した「レッドリスト(岩月他, 2008)」で準絶滅危惧種に指定されています。また、国立公園内では国立公園法によりその採取自体が禁じられています。残念ながら奈良県版の「レッドデータブック(奈良県レッドデータブック策定委員会, 2008)」にはコケ植物自体が取り上げられていないので、県内で最も普通にあるオオミズゴケ以外は保全対象



▲ オオミズゴケ



▲ ホソバミズゴケ

となっていません。しかし、各都道府県版レッドリストでは軒並み、種レベルで保護すべき対象として取り上げられています。ちなみに、お隣の京都府で、私たちが策定に関わった際には、国レベルで指定されているオオミズゴケを除き、府内に生育する全5種を絶滅寸全種及び情報不足として扱いました(京都府, 2002)。

木村・佐久間(2008)は、近畿地方産の蘚類についてのデータをまとめましたが、その際、川上村に産するミズゴケ類として、オオミズゴケ(*Sphagnum palustre*)、ホソバミズゴケ(*S. girgensohnii*)、ホソベリミズゴケ(*S. junghuhnianum* subsp. *pseudomolle*)の3種の生育を報告しています。オオミズゴケは酸性の貧栄養湿地を好むことから、奈良県北の花崗岩地帯を中心に転々と生育しています。ホソバミズゴケは、一般的なミズゴケのイメージである湿原生ではなく、登山道沿いなどに見られる山地生のミズゴケで、県内では吉野山岳地帯の標高1300m以上の湿った土上にポツポツと生育地が見られます。ホソベリミズゴケは、わが国に生育するミズゴケ類のほとんどが北方に分布の中心があるのに対し、唯一の南方系の種で、分布の中心は東南アジアを含む亜熱帯にあります。日本はその北限で、県内では旧宇陀郡の2カ所を除いて、吉野川以南に確認されています。その生態は特徴的で、湿原など地面ではなく、水の滴るような湿った岩壁に生育します。

この3種の内、オオミズゴケは本沢川上流の一カ所の標本が残っているものの、私は現地で生育を確認できず、産地が消失した可能性があります。残りの2種はわずかながら生育しているのを確認しています。

ミズゴケは現在でも、園芸の現場などで重宝されており、乱獲が目立つコケの一つです。コケが人間の役に立つというのはコケ屋としてはうれしいことなのですが、自然が守られないということにはジレンマを感じます。

そんなミズゴケですが、断片を試しにペットボトルに水とともに入れて、日当たりの良いところに置いておくと瞬く間にいっぱいになったり、休耕田がミズゴケでいっぱいになったりしたという話を聞いたことがあります。ミズゴケを栽培しようという企業も現れたと聞きます。イミテーションのミズゴケも販売されるようになりました。将来的に自然のものを山取しなくてもミズゴケを使える時代が来れば歓迎すべきことだと思います。

ミズゴケを利用する話をいくつか並べてみましたが、そのみずみずしい緑色を生育地で見ると、とても美しく思います。そのため、私は「鉢植え用にたくさん持って帰る」などと考えることはできません。そもそも、詳細な現状調査もされていない現状では、保護が必要なのか考えるすべもありませんが、直感的には生育地も量も減っていると感じています。もし、ミズゴケが生育しているのを見つけたら、ぜひ現地での輝きを鑑賞してもらいたいと思います。そして、いつまでも見続けていられるよう大切にしたいだけだと思います。



▲ ホソベリミズゴケ

### (引用文献)

- 岩月善之助・古木達郎・神田啓司・長谷川二郎・樋口正信(2008). 蘚苔類レッドリスト, 2007年版. 蘚苔類研究 9(8):259-267.
- 木村全邦・佐久間大輔(2008). 大阪府の蘚類—中島徳一郎蘚類コレクション—【附目録 CD】大阪市立自然史博物館収蔵資料目録第40集.
- 京都府(編)(2003). 京都府レッドデータブック上巻野生生物編. 京都府文化環境部自然環境保全課.
- 奈良県レッドデータブック策定委員会(編)(2008). 大切にしたい奈良県の野生動植物~奈良県版レッドデータブック~植物・昆虫類編—維管束植物、植物群落、昆虫類—. 奈良県農林部森林保全課.