

つるぎ町一字地区の民間薬調査

民間薬調査班 (徳島生薬学会)

川添 和義 ^{*1}	伏谷 秀治 ^{*1}	柏田 良樹 ^{*2}	佐々木久子 ^{*2}	大道 由佳 ^{*2}	栗本慎一郎 ^{*2}
篠崎 陽介 ^{*2}	柴山恵美子 ^{*2}	関田 倫彦 ^{*2}	金子 礼 ^{*2}	洲山 佳寛 ^{*3}	高岸 佐和 ^{*3}
中野扶佐子 ^{*3}	平田 藍 ^{*3}	宮崎 祐樹 ^{*3}	田島壮一郎 ^{*1}	櫻田 巧 ^{*1}	中川 博之 ^{*1}
田岡 寛之 ^{*1}	足立 麻美 ^{*1}	柴田 高洋 ^{*1}	岡田 直人 ^{*1}	継岡 知美 ^{*1}	淵上美由紀 ^{*1}
小中 健 ^{*1}	今林 潔 ^{*4}	今林 優佳 ^{*4}	高石 喜久 ^{*2}	水口 和生 ^{*1}	

要旨：徳島県の各地域に伝承される医薬品調査の一環として、徳島県つるぎ町一字地区（旧美馬郡一字村）における民間薬調査を行った。調査は基本的に2010年7月31日から3日間行い、インタビュー形式でこれまでに利用したことがあるか、もしくは聞いたことがある民間薬の名前、利用目的、利用方法その他の情報を調査した。その結果、185世帯（軒）から回答が得られ、1,009件、132品目の民間薬情報が確認された。回答者の年齢層は70歳代が最も多く、60歳未満は10%程度であった。このことから、他の地域より民間薬情報の担い手の高齢化が進行していることが窺える。民間薬としてはアロエ、ドクダミが多く、ともに全体の15%程度、次いでゲンノショウコ、ニホンマムシ、ヨモギ、オオバコが続いた。また、「イシャイラズ」などと呼ばれる民間薬を知っているかの問に対して、起原植物を知っていると答えた人の9割近くがアロエと回答した。剣山を挟んだ西側の東祖谷での調査ではゲンノショウコをイシャイラズと呼ぶことが多く、隣接する地域で大きく異なることがわかった。

キーワード：民間薬、つるぎ町一字、イシャイラズ、アロエ

1. はじめに

民間薬は伝承医薬文化の代表的なものであり、特に農村部や山間部に残る「遺産」とも言えるものである。しかし、急速な近代化、情報化は生活に利便性をもたらす一方でこのような文化を駆逐しつつある。すなわち、高度な医療を誰でも、いつでも、どこでも受けることができるようになったためにこれまで必要であった民間薬医療が不必要なものとして生活から乖離していつているのが現状である。民間薬に関する情報はほとんどの場合口伝であり書物でほとんど伝承されないために、必要がなくなればすぐに消滅する。また、伝承すべき内容があったとしてもその担い手がなくなることで継承されなくなる。つまり、伝承医薬文化は情報の必要性和伝承する人の存在を必要とする文化と言える。

民間伝承である民間薬は、伝承している当事者の

利便性もさることながら、これまで知られていなかった医薬品を発掘するための大きな手がかりとして薬学的観点からも大変重要な情報源である。以上のような見地から、地域に残る民間薬情報を収集し記録することは今後の医薬研究を発展、展開する上でも急務であると言える。これまで徳島生薬学会民間薬調査班では各地域における伝承医薬品の継承状況について精査を行ってきた。その結果、いずれの地域においても伝統的な医薬品継承は衰退の一路をたどっていることがわかってきた。そこで今回これまでなされていなかったつるぎ町一字地区（旧美馬郡一字村）における民間薬利用について調査を行った。つるぎ町は、一昨年の調査地である美馬市と吉野川を隔てた南岸に位置し、その中でも一字地区（旧一字村）はさらに南方の剣山系に接する中山間地域である。標高は北から南に向かい高くなり、南端は美馬市木屋平地区（旧美馬郡木屋平村）、三好市東祖

*1 徳島大学病院薬剤部 *2 徳島大学大学院薬科学教育部生薬学分野 *3 徳島大学薬学部生薬学研究室
*4 徳島大学薬学部薬用植物園

表1 性別・年齢別の情報収集件数（件）

	40歳未満	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳以上	不明	計	回答数 (戸)	1戸あたりの 平均回答数	用途 不明	用途不明と回答 した比率 (%)
男 性	4	8	14	30	75	35	0	166	44	3.8	31	18.7
女 性	0	26	38	102	148	71	12	397	83	4.8	99	24.9
複 数	0	0	13	64	155	42	38	312	34	9.2	64	20.5
不 明	0	0	0	0	2	3	129	134	24	5.6	29	21.6
計	4	34	65	196	380	151	179	1,009				
全回答件数に 対する割合 (%)	0.4	3.4	6.4	19.4	37.7	15.0	17.7	-				
回答数 (戸)	3	9	18	35	66	25	29	185				
1戸あたりの平 均回答数	1.3	3.8	3.6	5.6	5.8	6.0	6.2	5.5				
用途不明	2	6	19	52	76	28	40	223				
用途不明と回答 した比率 (%)	50.0	17.6	29.2	26.5	20.0	18.5	22.3	22.1				

谷山地区（旧三好郡東祖谷山村）に接している。一宇村は2005年3月1日に隣接する半田町、貞光町と合併し、つるぎ町の一部として現在に至っている。合併前の2000年の統計によると、旧一宇村には1,500人強（約700世帯）が暮らしており、その約45%が65歳以上の高齢者であった¹⁾。2005年には居住人口が1,135人まで減少し、そのうち、65歳以上の高齢者は599人と実に5割を越え²⁾、過疎化と高齢化が著しく進んでいる。2010年現在では更に人口が減少しているものと思われるので、今回の調査では全戸を訪問の対象とした。

2. 調査方法

1) 調査期間

調査は基本的に2010年7月31日から3日間行った。さらに必要な情報収集についてはそれ以降も行

った。

2) 調査形態・内容および同定

伝承医薬品の調査、同定については2007年に行った美馬市木屋平地区の民間薬調査³⁾（以下、木屋平調査）に準じた。

3. 調査結果および考察

1) 調査対象

調査対象は男性が回答したのが44戸（23.8%）、女性が回答83戸（44.9%）、複数名で回答34戸（18.4%）不明24戸（13.0%）の合計185戸であった。これは当地区の全戸数（2005年調査時²⁾）の約33%に相当する。年齢別の情報収集件数は表1に示すとおりである。回答者数の年齢構成は木屋平調査に類似しており、年齢不明であったものを除くと約6割が70歳代以上の高齢者であった（図1）。これは、2008年度

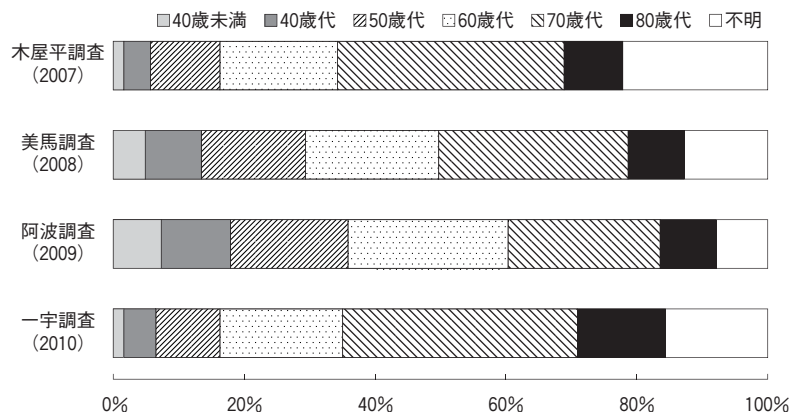


図1 回答者年齢構成比

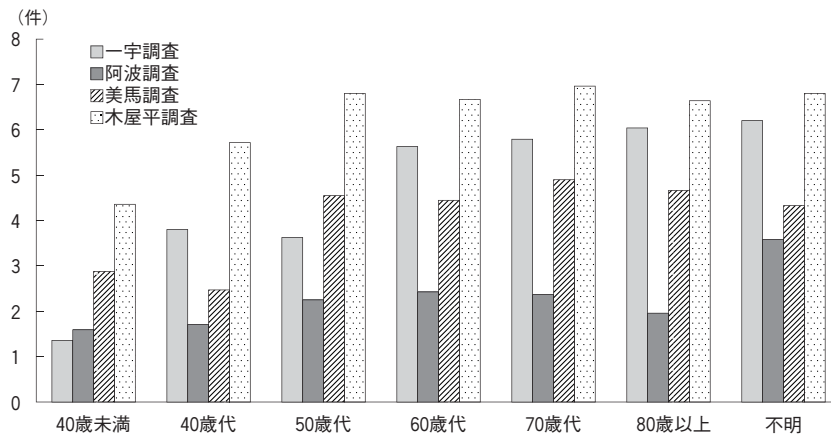


図2 一戸あたりの情報数

の美馬市美馬地区の民間薬調査⁴⁾ (以下、美馬調査) や2009年度の阿波市阿波地区における医薬品利用調査⁵⁾ (以下、阿波調査) と比較すると、若年層が少ないことがはっきりと認められる。

2) 情報の概要

得られた情報は全部で1,009件であり、これらを種類別に見ると、植物由来903件、動物由来86件、菌類7件、加工品・その他13件であった。1戸あたりの平均回答数は、40歳未満での1.3件を除くと概

ね4件、またはそれ以上であり、特に高齢になるほど件数は多いことがわかった。これも木屋平調査と類似している点であり、高齢者であっても3件以下の回答数に留まっていた阿波調査と対照的である。ただ、木屋平調査と比較すると若年層での回答率が著しく低いことも分る (図2)。

調査で得られた情報のうち、利用目的がわかっている有効な情報は786件であった。一方、用途不明と回答したのは22.1%でこれは、木屋平調査の21.1%、

表2 品目別全情報件数と用途不明件数

a. 情報件数が10件以上 (件)

	全情報	用途不明	用途不明率(%)		全情報	用途不明	用途不明率(%)
アロエ	152	12	7.9	オトギリソウ	21	10	47.6
ドクダミ	144	50	34.7	ユキノシタ	19	2	10.5
ゲンノショウコ	70	34	48.6	ウメ	17	8	47.1
ニホンマムシ	62	2	3.2	ウラジロガシ	17	0	0.0
ヨモギ	54	8	14.8	ビワ	17	4	23.5
オオバコ	41	15	36.6	カキノキ	16	7	43.8
センブリ	41	5	12.2	カリン	10	3	30.0
マタタビ	32	5	15.6	ダイコンソウ	10	7	70.0
キハダ	31	1	3.2				

b. 情報件数が3～9件

9～7件 (5品目)

スギナ, ホウセンカ, イタドリ, タラノキ, トチバニンジン

6～4件 (8品目) [*有効回答が2件以下 1品目]

イチイ*, シソ, トウモロコシ, ユズ, クコ, ナメクジ, フキ, ナンテン

3件 (13品目) [*有効回答が2件以下 3品目]

アケビ, アサガオ, イチョウ*, エビスグサ, グミ, サルノコシカケ, サンショウ*, サンショウウオ, スイカズラ*, チャノキ, ニガキ, ヤマコンニャク, ヤマブドウ

表3 調査地別有効情報数

一字調査	情報件数	累積 (%)	阿波調査	情報件数	累積 (%)	美馬調査	情報件数	累積 (%)	木屋平調査	情報件数	累積 (%)
アロエ	140	17.8	ドクダミ	222	19.7	アロエ	307	19.4	ドクダミ	102	11.1
ドクダミ	94	29.8	アロエ	165	34.3	ドクダミ	230	34.0	ニホンمامシ	85	20.4
ニホンمامシ	60	37.4	センブリ	99	43.1	ヨモギ	170	44.7	ゲンノショウコ	73	28.4
ヨモギ	46	43.3	ヨモギ	90	51.1	センブリ	109	51.6	センブリ	66	35.6
ゲンノショウコ	36	47.8	ゲンノショウコ	56	56.1	ゲンノショウコ	68	55.9	ヨモギ	52	41.3
センブリ	36	52.4	オオバコ	25	58.3	ユキノシタ	47	58.9	オオバコ	34	45.0
キハダ	30	56.2	ニガウリ	22	60.2	ニホンمامシ	41	61.5	ユキノシタ	23	47.5
マタタビ	27	59.7	ニホンمامシ	21	62.1	オオバコ	36	63.8	アロエ	23	50.0
オオバコ	26	63.0	ビワ	20	63.9	ビワ	35	66.0	キハダ	20	52.2
オトギリソウ	11	64.4	ユキノシタ	20	65.7	カキノキ	20	67.2	タヌキ	20	54.4
総数	786		総数	1,127		総数	1,581		総数	916	

美馬調査の25.1%と同程度であった。

民間薬は全体で132品目確認されたが、そのうち利用法がわかっている有効なものは117品目であった。さらに有効な回答として3回以上出現したものは全確認数の30.3%にあたる40品目であった(表2)。有効な情報数の多いものから並べて情報数が全体の50%を超過するまでの品目数を比較すると、阿波調査や美馬調査では上位4種類であるのに対して、今回の調査では上位6品目でようやく全体の50%に至っている。これは、木屋平調査よりも2品目少ないが、利用している民間薬の偏りは美馬地区や阿波地区より明らかに少ない(表3)。

3) 利用目的・方法について

民間薬の利用目的を図3に示した(割合はのべ)。最も多い目的とする疾患は健胃、腹痛、下痢、便秘などといった消化器疾患で、23.4%を占めていた。次に、強壮・健康維持、火傷、虫さされ、風邪症候

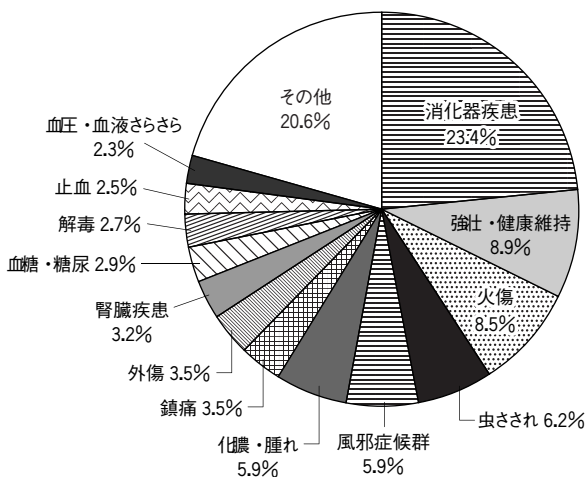


図3 疾患別利用の割合

群と続いた。上位5種類で半数以上を占めているが、この順位は今年の阿波調査でも変わることはなく、民間薬利用の目的がおおよそ類似していると推察される。それら以外には腫れ、鎮痛、外傷、腎臓疾患、糖尿病、解毒、止血、高血圧が比較的多く見られた。ただ、阿波調査や美馬調査ではがんや高脂血症と言った西洋医学的な疾患に民間薬を適応していた例があったが、今回はそのような例はほとんど見られなかった。各疾患に用いられる薬材は、消化器疾患ではアロエ、センブリ、ゲンノショウコ、キハダ、ドクダミであり、これらで約78%を占めている。強壮・健康維持に利用される薬剤としては、ニホンمامシ、ドクダミ、マタタビで約60%に達していて、中でもニホンمامシは37%とよく利用されていた。火傷には、ほとんどの場合アロエが利用されていて93%を占めていた。今回の調査で見られた利用目的でこれまでにあまりなかったものとして、アロエを乗り物酔いに利用する(80歳以上、女性)、シソを頭の重いときに利用する(70歳代、複数)などが見られた。なかでも後者は漢方でシソ(紫蘇葉)を利用する目標である理気作用につながるものであり興味を持たれる。

利用方法としては一般的な方法(煎じる、酒に漬ける、浴用など)がほとんどであり、特殊な調製法はあまり見られなかったが、ドクダミやユキノシタなどで外用とする場合に潰して患部に貼付けたり蒸し焼きにするなどの例が見られた。一方、複方として利用されるものに甘草とともに煎じるというのが3件見られた(トウモロコシの雌蕊は利尿、ドクダ

表4 年齢別に見た「イシャイラズ」などと呼ばれる薬材(件)

	40歳未満	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳以上	不明	計
アロエ	0	10	17	25	54	14	9	129
ドクダミ	0	0	0	1	1	4	1	7
ゲンノショウコ	0	0	0	0	1	2	0	3
マタタビ	0	0	0	0	1	1	0	2
その他・不明	0	0	0	1	4	1	0	6
計	0	10	17	27	61	22	10	147
全体の回答数に対する比率(%)	0.0	29.4	26.2	13.8	16.1	14.6	5.6	14.6

ミは万病に、シソは頭痛)。甘草は薬店でないと入手できない材料であることから、甘草が民間薬に取り入れられたのは近年のことと考えられる。漢方では甘草を一般に急性期の疾患に利用することから、早く作用させることを期待して甘草が複方で利用されているものと考えられる。

今回の調査で確認された薬材について、地方名、利用部位、利用目的、利用方法を表5にまとめた。なお、表5において情報数の極端に少ない民間薬または使用目的についてはアスタリスク(*)を付した。また、使用部位は主なものを記載した。

4) 「イシャイラズ」調査

「イシャイラズ」などと呼ばれる民間薬があるかと尋ねた結果を表4に示す。今回の調査では147名が「ある」を回答した。回答の9割近くが「アロエ」であり、それ以外ではドクダミ、ゲンノショウコなどが少数みられた。また、「イシャイラズ」の情報は全体の14.6%であり、これは阿波調査(14.3%)や美馬調査(15.3)に近い数字である。年齢別に見ると40歳未満を除いて、年齢が高くなるほど全回答数に対する比率が下がることが分る。これは、「イシャイラズ」などと呼ばれる民間薬は一つの民間薬しか指さないことが多いため、1人あたりの回答数が増える高齢者では、相対的に比率が下がったものと考えられる。なお、剣山を挟んで一宇地区と西側に隣接する東祖谷地区ではゲンノショウコのことを広く「イシャイラズ」と呼んでおり、対象の植物を異にしている⁶⁾。一方、美馬地区ではほとんどの人が「イシャイラズ」をアロエと回答しており、一宇地区では東祖谷地区よりも、同じ旧美馬郡であった吉野川対岸の美馬地区との交流が盛んであったものと考えられる。

5) 薬材の名称

方言での回答がいくつかみられたが、中でもトチバニンジン(ケニンジン以下、括弧内は方言)は全部が、ドクダミ(ジュウヤク)やゲンノショウコ(ミコシグサ)は約7割が方言であった。これは美馬調査や阿波調査では見られなかった現象であり、回答した年齢層が高いことが影響しているものと考えられる。なお、ゲンノショウコをミコシグサと呼ぶのは現在でも東祖谷地方に多く見られる。方言での回答はこれ以外に以下のようなものが見られた。ウツギ(オツゲ)、ウラジログシ(シラガシ、シラカシ)、オナモミ(トツツキ)、キビ(コキビ)、キハダ(キワダ)、センブリ(センブリ)トウモロコシの雌蕊(トウキビノシャゴマ)、ヨモギ(ヨゴミ)、ニホンマムシ(ハメ、ハブなど)

4. 総括

今回の一宇地区調査により、2006年の東祖谷地区、2007年の木屋平地区の調査と合わせて剣山周辺の地区における民間薬利用を一通り調査したことになる。今回の調査で特に際だっていたのは、いわゆる「情報の担い手」が減少しているという点である。これは、一宇地区だけの問題ではなく、徳島県全体での大きな問題である。地域の過疎化は情報の受け渡しを困難にし、ひいては情報の消滅をもたらす。一宇地区では1戸あたりの情報数は年齢が上がると増えて多くなるのがわかった。また、情報の種類も動物薬を含めて多岐に渡り、偏りが少ない。これらのことは、一宇地区の高齢者にはまだ民間薬の情報が多く残っていることを示唆するものである。ところが、50歳代以下の若年層では極端に情報数が少なく、50歳代、40歳未満では美馬地区を下まわる結

果となった。このことは、民間薬の情報が、一宇地区では美馬地区に比べて若い人たちへと継承されていないことを示唆する。さらに、人口の少なさもこれに拍車をかけているのが現状である。一宇とよく似た結果は木屋平にも見られるが、木屋平地区では比較的若い世代でも多くの民間薬知識を保持している。比較的都市化してきている阿波地区や美馬地区では、伝承されている民間薬の偏りが生じている一方で、ヤーコンやゴーヤといった、メディアを通じて広がっている「現代版民間薬」とも言うべき民間薬が浸透し始めている。ところが、一宇地区ではそのような新しい民間薬もほとんど見られず、過去からの情報を保ちつつ、それを受け渡す相手がいない状態となっている。伝承医薬文化は、徳島県の「遺産」とも言うべきものであるが、一宇に多く残る民間薬の情報はまさに遺産であり、何らかの形で後世に残すことが現代を生きる私たちの使命であると考えられる。

5. おわりに

今回の調査で特に実感したのは人口の急激な減少である。民間薬調査は住宅地図を片手に一軒一軒を尋ねる訪問調査の形態を取っている。今回の調査では、最も新しい住宅地図でさえ古くなっていて、地

図にはあるが既に住人のいない家がたくさん見られた。調査の前に美馬市教育委員会の方から、一宇は中心部でさえここ数年で住む人がいなくなっているという情報を得てはいたが、実際に空き家を目の当たりにして過疎の深刻さを実感した。また、急斜面に家屋が散在するため玄関までの道のりが遠く、農作物運搬用のモノレールを使わなければならないような場合もあった。全体に高齢化したこの地区において、急斜面は確実に人を留まらせない要因であるように思えた。今年度の調査は今まで以上に過疎の難しさを思い知らせるものであり、また、伝承医薬文化がなくなっていく「現場」を目の当たりにしたようで、調査を担当してもらった若い大学生や薬剤師にとっても大変意義深いものであったと思う。

文献

- 1) 平成12年国勢調査，総務局統計局.
- 2) 平成17年国勢調査，総務局統計局.
- 3) 徳島生薬学会（2008）：美馬市木屋平地区の民間薬調査，阿波学会紀要，54，101-111.
- 4) 徳島生薬学会（2009）：美馬市美馬地区の民間薬調査，阿波学会紀要，55，79-89.
- 5) 徳島生薬学会（2010）：阿波市阿波町における医薬品利用調査，阿波学会紀要，56，83-94.
- 6) 徳島生薬学会（2006）：三好市東祖谷山地区の民間薬調査，阿波学会紀要，53，87-98.

The folk medicine of Ichiu area in Tsurugi Cho, Tokushima, Japan.

KAWAZOE Kazuyoshi, FUSHITANI Shuji, KASHIWADA Yoshiki, SASAKI Hisako, OMICHI Yuka, KURIMOTO Shin-ichiro, SHINOZAKI Yosuke, SHIBAYAMA Emiko, SEKITA Tomohiko, KANEKO Aya, SUYAMA Yoshihiro, TAKAGISHI Sawa, NAKANO Fusako, HIRATA Ai, MIYAZAKI Yuki, TAJIMA Soichiro, SAKURADA Takumi, NAKAGAWA Hiroyuki, TAOKA Hiroyuki, ADACHI Mami, SHIBATA Takahiro, OKADA Naoto, TSUGIOKA Tomomi, FUCHIUE Miyuki, KONAKA Ken, IMABAYASHI Kiyoshi, IMABAYASHI Yuka, TAKAISHI Yoshihisa, MINAKUCHI Kazuo,

Proceedings of Awagakkai, No. 57 (2011), pp.89-98.

表 5

植物			
		ウラジロガシ シラガシ, シロカシ, シロガシノハ	〔葉〕 胆石, 腎臓結石, 糖尿* 黒くなるまで煎じる
アオイ*	〔葉〕 腹痛	ウンシュウミカン* ミカン	風邪 煎じる
アオジソ*	〔葉〕 風邪, 喉の腫れ 酒漬	エビスグサ*	〔種子〕 便秘, 神経痛・リウマチ 茶として飲む
アカガシ*	頭痛 黒焼	オオバコ オバコ, シャゼンシ	〔葉・全草・果実〕 風邪・解熱・鎮咳, 腫れ物 (外用), 心疾患, 痺れ・滋養強壮* 食用, 火であぶった後にもんで 患部に外用
アケビ	〔莖〕 目薬* 莖を吹いて汁を目に入れる	オトギリソウ	〔葉・全草〕 神経痛・関節痛, 高血圧・心臓病, 胃薬, 婦人病* 酒漬, 煎じる
アサガオ アサガオノハ	〔葉〕 蜂刺され・虫さされ 揉んで汁をつける, 酒漬	オナモミ* トツツキ	風邪, 頭痛
アセビ*	〔莖・花〕 殺虫, シラミ取り	オミナエシ*	〔全草〕 高血圧 煎じる
アロエ	〔葉〕 腹痛・胃薬, 虫さされ, やけど・傷, 歯痛・口内炎* 生を舐める, 外用, 乾燥して飲む	カキドオシ* レンセンソウ	〔葉・莖〕 糖尿病
イタドリ イタンボ	〔根・全草〕 風邪, 糖尿*, 神経痛 (酒漬)* 食用, ビワの葉と酒漬	カキノキ カキノハ, カキノハツパ	〔葉・果実〕 高血圧・動脈硬化, 糖尿病*, 風邪予 防* 茶料, 酢の中に入れてその酢を飲 む
イチイ アララギ	〔葉〕 糖尿病*, 肝臓病* 煎じる	カラタチ*	〔葉〕 解毒 生利用
イチジク*	〔葉〕 子宮癌, 血行促進 入浴剤	カリン	〔果実〕 鎮咳・祛痰, 風邪 酒漬
イチヨウ	〔葉〕 高血圧・利尿*, しびれ* 葉を乾かして酒につける, 煎じる	キク*	〔花〕 痒み 汁を使用
イワタバコ* イワイシャ, ハタバコ	〔葉〕 胃薬 煎じる	キハダ オオバク, キワダ	〔樹皮・葉〕 胃腸薬, 肝疾患, 外傷*, 糖尿病* 粉にして飲む, そのまま咬む, 外 用
ウコン*	〔根莖〕 胃薬	キビ* コキビ	〔果実〕 肝臓病, 黄疸 すりつぶして米飯, 餅と混ぜて食用
ウツギ* オツゲ	〔枝〕 胸焼け・胃痛 外皮を剥いた青い部分	キュウリ*	〔果実〕 虫さされ, やけど 生利用
ウド*	〔莖〕 頭痛, 神経痛 食用	キランソウ*	〔全草〕 熱冷まし, 止瀉 酒漬・煎じる
ウメ ウメノミ, ウメノキ	〔果実〕 腹痛・止痢, 夏バテ*, 血をさらさら に* エキスにして飲む, 酒漬		

* 極端に情報数の少ない民間薬または利用目的

表5 (続き1)

キンカン*	〔果実〕 風邪, 鎮咳 酒漬	センブリ センブリ, センペリ	〔全草〕 腹痛・健胃, 二日酔い* 煎じる, 生利用
クコ	〔果実・葉〕 滋養強壮*, 関節痛*, 胃腸薬* 酒漬, 煎じる	ソバ*	〔果実〕 高血圧 食用
クチナシ*	腫れ物	ダイオウ*	〔根茎〕 下剤 煎じる
グミ グユミ, シャシャブ	〔根・根茎・樹皮〕 風邪, 糖尿病*	ダイコン*	〔葉〕 冷え性 (入浴), 高血圧, 胃潰瘍, 血 をきれいにする ダイコンバ, シイタケ, ニンジン とともに煎じる, 入浴
ゲンノショウコ ミコシグサ	〔全草〕 胃腸薬, 止痢, 滋養強壮, 頭痛・風 邪* 煎じる	ダイコンソウ	〔全草・根〕 神経痛*, 胃腸薬*, 高血圧* 煎じる
ゴボウ*	〔根・根茎〕 痒み 汁を使用	ダイダイ*	〔果実〕 風邪, 熱冷まし 茹でて汁を飲む
ザクロ*	〔果実・根〕 黄疸, 胃薬 煎じる・生利用	タケ*	〔皮・葉〕 止瀉 黒焼
サトイモ*	〔茎〕 蜂刺され (痛み止め) 生を患部にこすりつける	タデ*	〔全草〕 夏バテ 生利用
シキミ* シキビ	〔葉〕 うおの目 煎じて外用	タラノキ タラ	〔樹皮〕 糖尿病, 利尿* 煎じる
シソ	〔葉〕 頭痛・頭重, 滋養強壮 ジュースにする, 煎じる	チャノキ オチャ, チャ	〔葉〕 ムカデ刺され 揉んで刺されたところに塗る
シャク* ヤマニンジン	〔根・根茎〕 解熱 煎じる	チョウセンアサガオ*	〔花〕 神経痛 酒に漬けて外用
ジャノヒゲ*	〔根〕 強壯, 鎮咳 煎じる	ツククサ*	〔地上部〕 夜尿症, 去痰 陰干して煎じる
スイカ*	〔果実〕 腎臓病 食用	ツリガネニンジン* トドキンニンジン	胃腸薬 刻んで醤油で食べる
スイカズラ キンギンカ, スイコカズラ	〔果実・花〕 風邪*, 滋養強壮* 酒漬	ツルボ* ツプロ	〔根・根茎〕 捻挫
スイセン*	〔根茎〕 腎臓病 搗って小麦粉と混ぜ足に貼る	トウモロコシ トウビキノシャゴマ	〔雌蕊〕 腎臓病・糖尿病, 痛風* 煎じる
スギナ ツクシ	〔地上部〕 利尿, 糖尿・腎疾患, 風邪* 食用, 煎じる	ドクダミ ジュウヤク	〔地上部〕 毒出し・虫さされ・外傷, 胃腸薬・ 止瀉・痔・利尿, 火傷・汗疹, 滋養 強壯 煎じる, 浴用, 蒸すなどして患部 に貼る
スベリヒコ*	〔全草〕 虫刺され 生利用		

表5 (続き2)

トチバニンジン ケニンジン	〔根・根茎〕 解熱・風邪 酒漬, 煎じる	ホオズキ*	(果実) 止咳
ナンテン シロナンテン	〔葉・果実〕 下痢, 食あたり, 止咳・白内障 〔果実〕* 塩でもんで湯をかけて汁を飲む, 煎じる	ボケ*	〔果実〕 心臓病 酒漬
ニガキ	〔樹皮・材〕 健胃, 肝疾患* 生利用	マタタビ カズラノミノマタタビ	〔果実〕 神経痛・関節痛, 疲労回復・夏ばて, 足の痛み・風邪・冷え性*, 心疾患・ 腎疾患* 酒漬, 湿布
ニラ*	〔葉〕 疲労回復, 止瀉 おかゆの中に入れて食用	ムクゲ*	〔花〕 虫刺され, 止瀉 酒漬, 煎じる
ニワトコ* タズノキ	〔樹皮〕 腎臓病 煎じる	ムベ* フユアケビ	〔茎〕 目薬(目の傷) 生利用
ニンニク*	〔根茎〕 関節痛 ヨモギを使い, 灸として使用	モモ*	風邪 煎じる
ノキシノブ* ノキシヨウブ	〔全草〕 糖尿病, 腎臓病 煎じる	ヤブツバキ* ツバキ	〔葉〕 腫れ 小麦粉を混ぜて患部に貼る
ノビル*	強壯 煎じる	ヤマコンニャク	〔根茎〕 トイレの防虫 生を叩いて潰してトイレに入れる
ノブドウ*	〔果実〕 高血糖 酒漬	ヤマブドウ	〔果実〕 高血糖*, 肝疾患*, 花粉症* 酒漬, 煎じる
ヒガンバナ* マンジュシャケ	〔根茎〕 小麦と混ぜてすって患部に外用	ヤマユリ*	〔根茎〕 腹痛 煎じる
ヒキオコシ* エンメイソウ	〔全草〕 延命, 胃薬 生利用, 煎じる	ユキノシタ	〔葉〕 中耳炎・耳だれ, 膿だし 葉を揉んで汁を患部につける, 耳 に入れる
ヒトツバ*	〔全草〕 糖尿病	ユズ	〔種子・果実〕 手のかさつき・化粧用, 肝疾患* 関節痛*, 冷え性* 浴用, 酒漬, 煎じる
ビワ ビワノハ	〔葉〕 血行促進・高血圧, 関節痛, 痛み止め, 外傷*, 疲労回復, 利尿* 酒漬, 浴用, そのまま外用	ヨモギ ヨゴミ	〔葉・地上部〕 止血, 血行促進・痺れ, のぼせ・頭 痛・眩暈, 外傷・虫さされ もんで患部に塗る, 浴用
フキ フキノトウ, ヤマフキ	〔花蕾・葉〕 風邪(花蕾)*, 花粉症*, 蜂刺され* 焼いて食用, 生を患部に塗る	リンドウ*	〔地上部〕 健胃 煎じる
ヘチマ*	〔樹液〕 利尿 生利用		
ヘビイチゴ*	〔果実〕 滋養強壯 酒漬		
ハウセンカ	〔花(白)〕 汗疹, 風邪・解熱, 関節痛・痒み止め* 酒漬を塗布する, 煎じる	アメゴ*	〔全体〕 耳の膿, 肝疾患 食用

動物

表 5 (続き 3)

イノシシ*	肝疾患 食用
カラスヘビ*	〔全体〕 滋養強壯 黒焼
コイ*	〔全体〕 肺炎 生利用
サンショウウオ	〔全体〕 滋養強壯, 肝・腎疾患* 黒焼・生利用
シカ*	肝疾患 食用
スズメバチ* スズメバチノス	〔巢〕 腎臓病
ナメクジ	〔虫体〕 痔, 虫さされ* 砂糖に漬けて患部にぬる
ニホンザル* サル	赤痢 味噌づけ, 黒焼き
ニホンマムシ ハブ, ハブカワ, ハブシュ, ハメ, マムシ	〔皮・全体・臓器〕 滋養強壯・疲労回復・夏ばて, 腫れ 物・解毒, 膿だし (皮), 打ち身, 風 邪, 外傷*, 眼病* 黒焼, 酒漬, 生利用
ミミズ*	〔虫体〕 ただれ ミミズをはわせる
ムカデ*	〔虫体〕 ムカデ刺され ムカデをサラダ油につけてとると ろになったのを塗布する

菌類

サルノコシカケ	〔菌核〕 がん, 糖尿病* 煎じる
---------	-------------------------

加工品

ハチミツ*	腹水
朱肉*	軽い火傷 外用