

4月の植物

キランソウ (シソ科)

Ajuga decumbens Thunb.

金瘡小草（きらんそう） 地面すれすれに成長する小さな植物。蘭のような紫色の花なので「紫蘭草」がなまって「キランソウ」となったとの説もある。

別名「地獄の釜の蓋・じごくのかまのふた」とも呼ばれ、これは地面に平らに張りつくように葉と花をびっしり広げることからきている。

キランソウは、冬期にも葉をつけ根生葉（こんせいよう）はロゼット状で、茎は地上で四方にはつてのび、全体に細毛がある。根生葉と茎につく葉は少し赤みを帯びることが多く、葉縁は波状、葉の裏側は紫色をしている。

開花期の4月ごろ、全草を採取し、水洗いした後、日干しにしてよく乾燥させ、1日量 10~15 g に水 0.5 L を加えて、煎じながら約3分の1まで煮詰めて、こしたものを、1日3回に分けて服用する。生薬名は、筋骨草（きんこつそう）という。

- 骨粗しょう症を予防したい方
- 関節痛を予防したい方
- 関節浮腫を予防したい方
- 筋力を増強したい方

山野を歩いている時などに、虫にさされた場合には、茎葉をもみつぶして患部に塗るとよい。このように様々な薬効があることから、イシャイラズ（医者いらす）、イシャゴロシ（医者殺し）の別名もある。

（文責・写真：山崎 工）

