セキショウ

セキショウはサトイモ科の植物で、属はコンニャクやサトイモの仲間ですが、それらとは違ってショウブと同じく芳香があり、薬用に利用される植物です。

薄明りの場所でもよく育つので、盆栽仕立てにして寝室に置き、葉の芳香によって安眠、室内の空気の浄化も期待できます。

山の谷川などで採集した際、この根茎を掘り採り、葉やヒゲ根を除いて水洗いして、刻んで日に干した物が生薬の石菖根（せきしょうこん）です。

これを１日５～15㌘煎じて服用すれば、芳香性健胃、鎮静、鎮痛、強壮剤となり、また、根茎を濃く煎じた液で湿布すれば、打ち身や捻挫、さらに生の根茎をホワイトリカーに漬けた物は神経痛やリウマチにも効果があります。

かすみ目や疲れ目などには、セキショウだけを入れた石菖酒でも効果があり、石菖根（せきしょうこん）に含まれている精油は、浴湯料とすると体を温める作用が強く、足腰の冷え、捻挫、関節痛、皮膚のかゆみなどにも効果的とされています。

レンギョウ

レンギョウは中国原産の植物ですが、早くから園芸用として、日本はもとよりヨーロッパへも伝えられて広く普及し、また多くの品種改良もされています。

果実が付いたら、夏の成熟前に採集し、茶褐色になるまで日に干すと、生薬の連翹（れんぎょう）になり、漢方薬として利用されますが、案外、果実が付きにくい植物です。

花は数多く咲きますので、それを採集し、容器に花弁と砂糖と水（花弁は押さえつけて容器の半分程度、砂糖は500mlの容器で200～500㌘程度）を入れて時々かき混ぜていると、レンギョウの花弁のお酒ができます。

できた薬酒は、消炎、利尿、排膿（はいのう）作用があり、皮膚病などに効果的とされています。

また、連翹（れんぎょう）は神農本草経に収載されている生薬で、１日10～20㌘を煎じて服用しても、効果があります。

さらに、レンギョウには、モノテルペン、トリテルペン、フェノール化合物が含まれている為、チフス菌、ブドウ状球菌などに強い抗菌作用もあるとされています。