

医心方

卷第三十（現代訳）

五穀の部第一

1 大素經に云う「五穀は養いと爲り、五菓は助けと爲り、五畜は益と爲り、五菜は埤へ符支の反。厚きなり、増すなり、助くるなり。」と爲る」と。注に云う「五穀は生を養うの主、五菓は穀を助くるの資、五畜は、穀を益すの資、五菜は穀を埤すの資なり」と。五穀、五畜、五菓、五菜、之を用いて飢えに充つるときは、則ち之を食と謂い、其の病を療すときは、則ち之を藥と謂う、此れ、穀、畜、菓、菜等の甘の物は乃ち是れ五行、五性の味、藏（臓）府、血氣の本なり。充ち虚けたる接ぐ氣、茲より大なるは莫し。生を奉け生を養うに、斯須も離るべからざる也。

第一章 五穀の部

1 大素經には、「五穀というものは、五行に合わせ、人の身体の養いとなるものであり、五菓（果物）は、身体の助けとなるものであり、五畜（の肉、その他）は、氣血を益し、五菜は、それを埤益するものだ」とある。

大素經の注には、「五穀というものは、生命生体を養う主であり、五菓は、その穀を助ける資材であり、五畜は、穀の働きを益す資材である。五菜は、穀を充分働かせるものだ」とつけ加えている。

五穀、五畜、五菓、五菜、これらは、飢えを充たす場合には、食というのであり、その病氣を治療するときには、これを藥というのである。

次に示す二十種の、穀、畜、菓、菜の、それぞれの品物について、五行、五性における、味、藏、府、血、氣のもととなるものであるから、満ち、欠けの氣は、これより大なるものはない。この世に生をうけ、この世にその生を養うということ、は、一刻もこれから離れるものではないのである。

1 太素經 黄帝太素脈經三卷のことで、ふつう

は内經太素ともよばれている。

五葉は助けと爲り たとえば肝の病には補うには酸味を用い、助けるに焦苦を用い……というように、五行配当では、心に入って正を

養い、心火をして母氣をすすまずして助けを

なすのが苦味であるというように、助けとい

うのは、補助を意味する。

五畜は益す 甘い肉は脾に入つて衛榮をつよ

くして他の臓器を充実させるので益すという

のである。

五葉は埤す 野菜類は、増加させ、厚くし、強くするといふ意。

2 胡麻 本草に云う「味甘、平、毒なし。傷中、虚羸

を主り、五内を補い、氣力を益し、肌肉を長じ、髓

(腦)を填る。筋骨を堅くし、金創の痛みを止め、及び

傷寒、溫瘧、大吐の後の虚熱、羸困に、久しく服す

れば、身を軽くし、老いず、目を明らかにし、飢に耐

え、延年す。以つて油を作れば、微寒にして、大腸を

利し、胞衣を落さず」と。

3 陶景の注に云う「八穀の中、唯、此れを良と爲す。淳

黒なるもの巨勝と名づく、是れ大いに勝ると爲す。又、

莖の方なる、名づけて巨勝とし、莖の員なるを胡麻と

2 胡麻 本草書には、「味は甘く、平であつて、毒はない。傷

中とか、虚羸などに効果のある食品で、体力を補うことが出来

るので、氣力が出てくるようになり、肌を美しくし、精氣が充

実して、打傷とか打撲、傷の痛みなど、切り傷の痛みを止める

働きがある。風邪や日射病のような病氣、大汗が出た後の疲労

による微熱や、吐いた後の体力の低下に長い間続けて食べる

と、身体が軽くなつて何時までも若々しい。老眼にもなりにく

くなり、餓饉のように食いすぎることのないようになつて長生

きする。胡麻で、油を製造すると、この油は、やや冷やす働き

があつて、大腸の働きをよくする効果があり、妊婦の胎児を落

さずに済むようになる」とある。

3 陶景は、その著の注のところで、「八穀の中では胡麻が最上の

ものだ。真黒のものは巨勝というのであるが、これが最も上等

ということになっている。又、一説では、莖を見て角のあるも

名づく。服食家は、まさに九蒸、九曝し、熬り、搗ぎ、餌うべし。之、穀を斷つも、長生なり」と。

のが巨勝で、茎が丸味のあるものは、胡麻といって区別する人もある。
もし、食べものとする場合には、何回も蒸し、何回も風に晒し、それを炒って、食べるとよい。穀物を食べなくても、長く生きることが出来るものだ」といっている。

2 胡麻 Sesamum indicum L. は成分として

は chlorogenic acid, フラボノイド (pedalin)

などが含まれる。

味甘 食品には「気」と「味」とがあり、気を陽とし、味を陰とする。味というのは、甘、苦、辛、酸、鹹の五味があつて、五臓の脾、心、肺、肝、腎にそれぞれ配当されている。また、「気」には五気というのがあり臓には関係なく、熱、温、平、涼（冷）寒の五つで、食べていると熱したり、寒えたりする。特に『平』は久しく食べても熱したり冷えたりしないという意味である。

傷中 類経には、「横膈膜は、清と濁とを上下にわけて五臓を主る。そしてその膈が傷れると臓の気における陰陽が乱れるので、これを傷中といっている」とある。

虚羸 精気がなくなつて身体がやせおとろえるもの。

髓腦を填る ふつう髓（髓）というのは脊髄を指すのであるが、骨腔内に髓質を含んでいる。腎に貯蔵されている精気が変化して生れたものであるとするので、腎は髓を生むことが出来るということであつて、脊柱の中の髓は脳とも通じているので、髓は脳とも通じているとする。治療法は腎を考へるということとでこのようにいう。

金創 金属性の利器による創瘡を指すのであるが、創傷が化膿してつぶれた場合も含まれている。

傷寒 病名、証候名であつて、発熱、惡寒無汗、脈緊などの証に対する場合と、腸チフスやマラリアを指す場合も傷寒といっている

が、この場合は寒邪に傷つけられたことを指す。

温瘧 身体内に伏邪があつて、夏の暑熱によつて発生する虐疾の一種をいう。

虚熱 陰気の不足、陽氣の不足などによつて起る発熱である。

羸困 やみつかれる。やせほそる。

3 淳黒 まじり氣のない黒、純黒のこと。

茎の方なる 茎にカドのあるもの。

茎の員なる まるい茎のこと。

九蒸九曝 九は尽きるとか極限を意味するのでよく蒸す、充分に蒸す、充分にさらすという意味。必ずしも九回にとられる必要はない。

4 蘇敬の注に云う「此の麻は、角の八稜〈切慮登反〉を

なすものを以つて巨勝となし、四稜なるものを名づけて胡麻とす。都て、烏きものを以つて良、白きものは劣となすのみ。生にて嚼み、小兒頭瘡に塗し、及び、浸淫、惡瘡に大いに効あり」と。

5 拾遺に云う「油は、大寒にして、天行の熱、腸の秘内

結熱を主る。一合を服して、下利を度となす。油を食さば、聲を損じ、體を重からしむ。菜（葉）にて頭を沐わば、髪を長ず」と。

6 崔禹錫の食經に云う「練餌の法は、まさに九たび蒸し、

九たび曝し、脂潤を盡して、及び、皮脱せしむべし。其の熟さざるものは、則ち、人をして髪頤落せしむ」と。和名字の如し。〈玉は頤につくる。苦鈍、苦昆に反す。頭に髪なきなり、亦た頤禿に作る、及び顚に作る〉

4 蘇敬の注のところに、この胡麻は、八稜のものがあって、

これを巨勝といい、四稜のものを胡麻という、としており、すべて黒いものが良く、白いものは劣等である。生のまま口の中でかんで、小児の頭に出来るおできや瘡蓋のある湿疹などにつける。又、蕁麻疹とか、悪質のおできには、大へん効果のあるものだ」とある。（外科の華岡青州が創製したといわれる紫雲膏の主成分は、ゴマ油である。）

5 本草拾遺という本には、「油は、身体を大へん冷やす働きがあるので、急性熱性伝染病や、腸の熱を治療することが出来る。

一合くらい服用させて、下痢すること、その限度とすればよい。油をそのまま飲むと、声が出にくくなるし、身体が重くなるから注意した方がよい。葉で、頭を洗うようにすれば、髪が生えやすく、伸びやすくなる」とある。

6 崔禹錫の書いた食經という本には、「胡麻を食べるには、何回も蒸し、何回も晒し、脂肪分を出しつくしてから皮むきとして食べるとよい。充分熟していない胡麻は、頭の髪が抜けやすくなる」とある。〈頤という字はコンと読む。髪がないということ、頤禿は又、顚の字をあてることがある。〉

日本の古代名は、ゴマ。

4 蘇敬 新修本草図十六卷がある。文中にも出ている。

麻 ゴマの茎だけを指す場合に麻という。

それ以前には大麻しか登載していないので区別がついたのであろう。

小児頭瘡 胎毒と同じでアトピー性といわれるものに近い。

浸淫 身熱し、骨痛むによっておこる。炎症

性湿潤性皮膚炎の総称として用いられている。

悪瘡 悪性の腫瘍を総称する。

5 天行の熱 流行性の熱病をいう。

腸の秘内結熱 腸内に停滞している内容が多量であるために進むことが出来なくて、炎症を呈することをいう。

6 和名 日本古来から用いられていた日本語

で、植物にもそれぞれ名がついていた。丹波氏はこれを漢字の一字一音主義で選字して、あてはめ、漢名と区別したものである。現在も、そのまま用いられている発音もあるが、全く別の呼び方になったものも多い。従って和名は、古代日本語による植物名としてのこされている。

7 大豆 本草に云う「生大豆は味甘、平。癰腫に塗る。

煮て汁を飲まば、鬼毒を殺し、痛みを止む。水脹を

逐い、胃中の熱痺、傷中、淋瀝を除く。瘀血を下し、

五藏(臓)の結積、内寒を散じ、烏頭の毒を殺す。久

しく服すれば、人をして身を重からしむ。熬りて屑き

たるは、味甘にして胃中の熱を主り、腫を去り痺を除

き、穀を消し、脹を止む」と。

8 又云う「菹豆は、味甘、微温。中を和し氣を下すを主

る」と。

7 大豆 本草には、「生のままでは、味は甘く、気は平であつ

て、おできにすりつぶして塗りつけるとよい。煮て、その汁を

飲むと、中毒を解毒させる働きがあり、又痛み止めにもなる。

むくみをとる、胃の中の消化不良を治し、小便を出やすくする。

瘀血を取り除き、五臓の中の寒を取り去るので、働きを回復さ

せることが出来る。又、烏頭の毒を解毒する働きもある。長期

間これを服用すると、身体が重くなるので注意しなければなら

ない。炒り豆にして砕いて粉にしたものは、味甘く、胃中の熱

をとり、消化しやすくして腹の脹るのを治すことが出来る」と

ある。

8 又、「色のついた菹豆というのは、味甘く、少し温める作用が

9 孟詵云う「平。霍亂、吐逆を主る」と。

10 拾遺に云う「大豆炒りながら熱い酒中に投じて飲まば、風痺、癱緩、口噤、産後の血氣を主る。炒りて食せば熱を極め、煮て食せば冷極まる」と。

11 又云う「牛、食えば温め、馬、食えば冷やす。一駄の中に、之を用いて、同じからざるなり」と。

12 孟詵云う「大豆、初め服したるときは、身重きに似たる。一年の後は便ち身を輕からしめ、陽事へ交接の事なり」を益す。煮て飲として之を服せば、一切の毒氣を去る。又、生にて搗いて飲に和するときは一切の毒を療す。服して、之を塗れ」と。

13 崔禹云う「大豆少しく冷なり、毒なし。煮て汁を飲めば、温毒、水腫を療す。驗ありと爲す。五淋を除き、大便を通じ、結積を去る。蒸煮して食せば、米に勝る。久しく噉えば、腸胃を厚く、人をして身を重から

9 孟詵は、「氣は、平であり、吐き下しするものにより」といつている。

10 本草拾遺という本では、「酒を飲むときに、炒り豆を熱いうちに投入して飲むと、風痺という病氣とか、足なえ、口をくいしめるようなひきつけの病氣などのほかに、産後の婦人の体力回復によい。炒って食べると、熱するし、煮て食べると冷えるものである」とある。

11 又、「牛が大豆を食べればその駄を温めるし、馬が食うと冷やすというから、それぞれの駄によって、いろいろと変化して、皆、同じというわけにはいかない」とある。

12 孟詵は、「大豆というものは、初めて食べたときは、身体が重くなる感じがするけれども、一年ほど続けて食べると、反対に身体が軽くなるものである。セックスにも強くなる。煮汁を飲むと、毒氣を解毒する作用がある。生のまま、すりつぶして水で飲むと、一切の毒に対して解毒作用がある。飲んで、更に患部にも塗るとよい」といつている。

13 崔禹は、「大豆というものは、少し冷やす作用がある。煮汁を飲むと、暑氣あたりや、むくみの治療薬とすることが出来る。とても効果がある。いろいろな、小便秘の出てく病を治し、大便を出やすくし、腹中のしこりを除去する。これを、蒸したり、煮たりして食べれば、米よりも上等なものである。長期間食べ

しむ。大豆は蔕として芽の生いたるを取り、便ち乾し、即ち焚り、末となして之を食せば、美味なり。名づけて黄卷という、味苦、甘、温。濕痺、筋膝を挽きて痛むものを主る」と。

和名 末女。

ると、胃や腸を丈夫にし、体重が増加するものである。大豆のもやしを乾燥させて後これを炒つて粉末にして食べると、味もよく、芳香がある。これを大豆黄卷といっている。味は少し甘味と苦味とがあつて、身体を温める。リウマチや、筋のひきつり、痛みを治す働きがある」といっている。

日本の古代名は、マメ。

7 大豆

マメ科ダイズ Glycine Max. Merr. の種子でサポニン (sojasaponin A. B. C., hispidinic acid) やフラボン体、脂肪、澱粉、酵素、色素、ビタミンBを含み、一種の催乳性物質を含み、人血液に対しては凝固阻止作用がある。

鬼毒

異様なものをすべてモノノケとかモノノタタリなど鬼の字を用いた。わけのわからぬ毒という意味である。

水脹

みずばれ。浮腫。むくみのこと。

胃中の熱痺

有熱性の便秘をいう。

傷中

(191頁胡麻の項で既述)

淋瀝

小便がもれること。

五臓の結積

臓に、邪と結ばれてかたまりとなり、痛むものをいう。

内寒

身体内部が寒える状態をいう。

烏頭の毒

オダマキ科トリカブトの毒はアコニチンなどが知られている。それらの毒を消すことが出来るの意。

8 菹豆

マメ科フジマメ Dolichos lablab L. の種子で脂肪やアルカロイドの反応物質を含み、蛋白質の globulin, vicinin を含むという。

9 霍亂

暑気にあてられておこる吐瀉病のこと

吐逆

食べたものを吐き出すことをいうが、逆というのは生理的運動に逆行することをいう。

10 風痺

皮膚頭として麻痺し、痛痺し、痛痒はおこらないが自覚的には疼痛を感じるもの。たとえば卒中風などともいわれるものを指す。

13 黄卷

大豆を発芽させたもの。大豆のもやし。

癱緩

運動麻痺のことをいう。しびれること。癱瘓ともいう。手足が挙げにくいこと。

口噤

歯を食いしばる。口をつぐんで開かない。

口噤

歯を食いしばる。口をつぐんで開かない。

口噤

歯を食いしばる。口をつぐんで開かない。

口噤

歯を食いしばる。口をつぐんで開かない。

口噤

歯を食いしばる。口をつぐんで開かない。

14 赤小豆 本草に云う「水を下し、癰腫、膿血を排う、

を主る。味甘、酸、平、温、毒無し。寒熱、熱中、消

渴を主る。洩を止め、小便を利し、卒澀を吐し、脹

満を下す」と。

15 拾遺に云う「驢食えば脚輕し、人食せば體重し」と。

16 養生要集に云う「味苦、温。久しく食せば、津液を

逐い、人をして枯燥せしむ」と。

17 孟詵云う「青小豆、寒。熱中、消渴を療し、痢を止

め、脹満を下す」と。

今案ずるに、損害物に和名 阿加阿以支。

14 赤小豆 マメ科アズキ *Azukia angularis*

Ohwi (*Phaseolus angularis*, Wight.) フナ

ボノイド (robinin), ビタミンCを含む。脂

肪酸カリは瀉下、利尿的作用があるという。

又更にサポニンや色素を含むという。

寒熱 惡寒し、惡寒がやむと發熱するという

ような病氣をいう。

熱中 有熱性の炎症をおこすことをいう。

消渴 のどがかわき、排尿回数の多い病氣を

いう。

14 赤小豆 本草には、「水氣を下す。腫物の、膿や血膿のよう

なものを除く作用が主な働きである。味は、甘く、酸。身体を

やや温める作用がある。毒はない。カゼや、中焦の熱、のどの

渴きなどを治す。下痢を止めて、小便を出やすくする。胃の中

の水氣を吐かし、腹の張るのを下す働きがある」とある。

15 拾遺には、「小豆をロバが食うと、脚が軽やかになるようだが、

人間が食べると身体が重くなる」とある。

16 養生要集という本には、「味は苦く、身体を温める作用がある。

長期間食べると、体内の水分が少くなつて、枯燥させるように

なる」とある。

17 孟詵は、「色の青い小豆は、冷やす働きがあるので、胃の熱や、

のどの渴きなどを治し、下痢を止め、腹ふくれるものを治すと

いつている。

日本の古代名は、損害物を調べるとアカアズキと出ている。

洩 下痢のこと。

卒澀 にわかに胃中弛緩して水滯する病氣。

脹満 腹水によって腹部がふくれる病状をい

う。

15 驢 ロバ、うさぎ馬ともいい、耳が大きく馬

よりも小さい。

體重し この場合、体重しという言葉には二つの意味がある。ひとつは、身体が重く感じて動きにくいという意味で、寝返りもしにくい場合などになるのでこれは病気である。も

うひとつは、体重が重くなるということである。これらの場合には体をして重からしむ。というのは病とするし、体重しは体重が増えたと解すべきであらう。

16 津液 正常な体液をいう。

17 青小豆 緑豆のこと。マメ科ブドウ *Phaseolus radiatus* L. (*P. aureus* Roxb.) をいう。

18 白角豆

崔禹云「味鹹、少しく冷。毒無し。氣を

下し、關格を治する、を主る。蒸煮して之を食せば、飢えを止め、人を益す。又た一種有り、狀、亦た相似て、子、紫にして赤色好し。下利を止め、腸(腸)胃を厚うし、氣力を益す」と。

和名 志呂佐々介。

18 白角豆

崔禹は、「味はしおからい。少し身体を冷やす。毒はない。大便、小便を出やすくするのが主な効果だといっている。蒸したり、煮たりして食べると、すぐ空腹になる病気を治し、身体の栄養にもなる。この豆には種類がもう一つあって、種子は紫色であるが、赤色のかかったものは、下利を止め、胃や、腸の働きをよくして氣力が出てくる」といっている。

日本の古代名は、シロササゲ。

18 白角豆

大角豆のことであって、マメ科シロササゲ *Vigna sinensis* Endl. の種子である。

豇豆の中の種類である。

關格 巢源には大小便の不通をいう。大便通ぜざるを内関といい小便不通を外格という。

死に頻する脈を關格というとある。この場合は大小便を通じやすくすると考えればよい。飢えを止め 飢餓感がなくなるということであって、一般にいう空腹を感じなくなるというのではない。空腹を感じないということとは

食欲不振ということである。

腸胃 大腸、小腸など、胃より下の消化器官をいう。胃そのものは脾胃の中に含まれる。

19 大麥 本草に云う「味鹹、溫、微寒、毒無し。消渴、

熱を除き、氣を益し、中を調うるを主る。又た云う、人をして熱多からしむ。五穀の長爲り」と。

20 蘇敬の注に云う「大麥の麴胃を平かにして、渴きを止め、食を消し、脹るを療す」と。

21 拾遺に云う「麴にして之を食せば、風の氣を動かさず、中を調え、洩らすを止め、人をして肥健せしむ」と。

〈腰は腎間の氣と爲す故なり〉

22 孟詵云う「之を暴食せば、脚をして弱からしむ。久しく服せば即ち好く、甚だ人に宜し」と。

23 崔禹云う「水瘕を主る。白稻米と合せ食する勿れ。人をして熱多からしむ」と。

和名 不止牟支。

19 大麥 本草には、「味は、しおからくて、身体を温める働きがある。少し冷やす働きもある。毒はない。のどの渴きを止め、下熱作用もある。毒はない。胃の働きをよくするものである（大麥を食べると身体の中の熱氣が増えるという説もある）。五穀の中の長である」とある。

20 蘇敬の注の中では、「大麥の麴は、胃を正常にし、のどの渴きを止め、消化をよくし、腹の脹るのを治す」としている。

21 拾遺という本では、「麴粉にして食べると、流行性の熱病にからなくなり、胃の働きを調べて、下痢を止め、肥えて強健となる」とある。

22 孟詵は、「急にこれを食べると、脚を弱くさせるので、長期間食べ続けるのが、人のためになる」といつている。

23 崔禹は、「主な働きは、むくみをとることだ。白米と一諸にして食べない方がよい。それは、体熱を増加させるからだ」といつている。

日本の古代名は、フトムギ。

19 大麦 *Hordeum sativum*

Jess. var. *hexastichon* Hack (H. vulgare L.)

の子実。

消渴 二陽の結する病氣と入門には出てゐるが、二陽というのは手の陽明大腸は津液を主どり、足の陽明胃経は、血をつかさどる。津液不足して消渴となるとあり、かわきの病をいう。

24 穞麥

本草に云う「味甘、微寒。之を食せば、身を

軽くし、熱を除き、以て瘴を作らば、温、食を消し中を和す」と。

25 崔禹云「以て粥を作り、之を食せば、面色を益す」と。

和名 加知加多。

24 穞麥

イネ科カラスムギ *Hordeum vulgare* L. var. 又はコウボウムギ。成分としては protein, cellulose, pentosan, aminoadipic acid がある。穞はカラが固いという意味で、和名

も同じである。もともとは馬に食べさせるものであるが、二種あつて、小麦のように粒の小さいものと、大麦のように粒の大きいものがある。

24 穞麥

本草には、「味は甘く、少し冷やす。これを食べると、身体が軽くなり、下熱させる。この麦でモヤシをつくって食べると、身体を温め、消化がよくなり、胃の働きが正常になる」とある。

25 崔禹は、「この麦で、お粥をつくって食べると面色がよくなる」といつている。

日本の古代名は、カチカタ。

味甘

脾胃に入り脾胃をつよくするという意

味。

微寒 永く食べると人体をわずかに冷やすという意味である。

26 小麦

本草に云う「味甘、微寒、毒無し。熱を除き、

燥、渴を止め、小便を利し、肝氣を養い、漏血、唾血

を止めるを主る。以つて麴を作らば、温。穀を消し、

利を止む。以つて麴を作らば温。熱を消し、煩を止む」

と。

27 拾遺

に云う「此のもの、秋に種え、夏に熟す。四時の

氣を受くるは是れ自然なり。兼ねて、寒、温あり。麴

は熱。麴へ麴は扶小麦という皮屑なり」は冷。よろし

く其れを然らしむるべきなり」と。

28 千金方

に云う「麴を作らば、熱を消し、煩を止む。多

食すべからず、宿癖を長ず」と。

29 膳夫經

に云う「多食せば、氣を擁ぐ」と。

和名 己牟支。

26 小麦

本草には、「味は甘く、わずかに冷やす働きがある。

毒はない。下熱させ、身体の燥き、のどの渇くのを止め、小便

の出をよくする。肝の働きをよくし、つばの中に血の混じるも

のや、下血を止める働きがある。小麦の麴をつくと温める作

用になる。穀物の消化をよくし、下痢を止める。麴粉にして食

べると、身体の熱を除き、煩躁するものを治す」とある。

27 拾遺という本には、「小麦は秋に植えて、翌年の夏に実を熟す

のであるから、春夏秋冬のそれぞれの氣を受けているのは自然

の道理である。だから温める作用も冷やす作用も兼ね備えてい

るのである。麴粉にすると熱する作用があり、麴にすると（こ

の麴は、現在の小麦の胚芽にあたる）身体を冷やすものである

28 千金方という本には、麴粉にすると、熱をさまし、煩躁を止め

るが、たくさん食べると宿癖を助長させることがある」とあ

る。

29 膳夫經という本の中には、「多く食べると、全体の働きが鈍く

なる」とある。

日本の古代名は、コムギ。

26 小麦 イネ科コムギ *Triticum sativum* Lam.

var. *vulgare* Hack. の種子

乾燥 水分の吸収のわるい状態。
渴 のどがかわいて水をのみたがるものをい

う。
漏血 出血が緩慢で、血液が稀薄で、量のす

28 宿癰 腹中に結固するものが慢性的に存在す
るもの。

30 蕎麥 孟詵云う「寒にして消し難し。熱風を動ず。

多食に宜しからず」と。

30 蕎麥 孟詵は「身体を冷やすもので、消化は悪い。風邪をひ

きやすくなり、多く食べるのは良くない」といつている。

31 膳玄子張の云う「蕎麥は諸病を動ずと雖もなお丹石を
壓し、能く五臓の滓を練り、精神を續ぐ。その葉は、
煮て菜として食すべし。甚だ耳目を利し、氣を下す。
其の莖、灰と爲し、六畜の瘡疥、及び、馬の蹄を掃く
にへ一には搖につくる」神に至る」と。

31 膳玄子張は「ソバは、いろいろの病氣にかかりやすくなるとは
いえ、丹毒などを治すし、五臓の汚をとって、すがすがしい精
神にするのである。その葉は、煮て野菜として食べることが出
来るし、目や耳の養いになるので、上気しているものを下げ
る。その莖を灰にして用いると、家畜の皮膚の病氣を治すこと
が出来るし、馬の蹄を掃くときれいになるので重宝である」と
いつている。

日本の古代名は損害物によると、ソバムギ。

今案ずるに損害物に、和名 曾波牟吉。

30 蕎麥 タデ科ソバ *Fagopyrum vulgare* Hill.

var. *autumnale* Nem. (F. *esculentum* Moench.)

の種子。

寒 この場合、人体を冷やすという意味であ

る。
熱風 熱性の風による邪、流行性のカゼなど

を指す。

31 丹石を壓し 丹石は、丹毒で、これを固めて
しまふ。

五臓の滓を練る。五臓のはたらきによって出
来る害のある滓穢。よごれを固めてしまふ。
精神を續ぐ 五臓のよごれをとって精神をす

つぎりとさせる。

六畜 牛、馬、豚、羊、鶏、狗をいう。
瘡疥 化膿性の皮膚疾患を指す。

蹄を掃く 馬の蹄を掃除する。みがく。

32 青梁米

本草に云う「味甘、微寒、毒無し。胃痺、

熱中、渴利（痢）を主る。洩を止め、小便を利し、氣

を益し、中を補い、身を軽くし、年を長ず」と。

33 陶景の注に云う「梁米は皆是れ粟の類、唯其の頭とす

可き色異なれば、分別を爲すのみ」と。

34 汜勝の書に云う「梁は、是れ稊粟なり」と。

35 蘇敬云う「夏月、之を食せば、極めて涼清爲り」と。

和名 安波乃與禰。

32 青梁米 イネ科オオアワ *Setaria italica* Beauv.

この種類は三種あつて黄梁米、白梁米、青梁米とそれぞれよぶ。成分としては脂肪、澱

粉、糖分、cellulose, albumin などを含む。

渴利 のどがかわき、水をのんで、下痢し小便の不利のものをいう。

胃痺 消化器官の運動麻痺。
熱中 有熱性の炎症のことである。

36 黄梁米

本草に云う「味甘、平、毒無し。氣を益し、

中を和し、洩を止むるを主る」と。

32 青梁米

本草には、「味甘くしてわずかに冷やす働きがある。

毒はない。胃の働きを良くし、口の渴き、小便の出にくい、下痢するものを治す働きがある。だから下痢を止め、小便が出やすくなり、元気になるから、身体も軽くなり、寿命を延ばすことが出来る」とある。

33 陶景は、その注の中で「梁米はアワであつて、粟の類であるが、その頭穂先の色の名がついていて、これを分類しているだけだ」といつてゐる。

34 汜勝の書によると、「梁はモチアワのことである」としている。

35 蘇敬は、「夏の三ヶ月間は、これを食べると極めて涼しくてさわやかである」といつてゐる。

日本の古代名は、アワノヨネ。

36 黄梁米

本草には、「味は甘く、平であつて、毒はない。氣

の働きをよくし、胃の調子を整え、下痢を止めるのが主な効果である」とある。

37 蘇敬の注に云う「黄梁の穂は大毛長き穀米なり。但し、白梁より麤（麤）く、収子少なく、水旱に耐えず。之を食すに、香り美く諸の梁、白梁米に逾れり」と。

37 収子 栽培して、一定面積で収穫のできる量をいう。種子の収穫量。

水旱に耐えず 湿気過剰の地も、乾燥の地も、枯れやすくて栽培しにくい。

37 蘇敬の注には、「黄梁というのは、穂が毛のとても長い特殊な穀物だ。白梁よりは荒粗であって、収穫量は少ない。水湿の地では栽培出来ないし、乾燥地でも栽培の出来にくいものだ。食べるのには、香ばしくて、他の梁や白梁米よりも優れている」とある。

38 白梁米 本草に云う「味甘、微寒、毒無し。熱を除き、氣を益す、を主る」と。

39 陶景の注に云う「夏月、粟の飧を作らば、亦た、以て熱を除く」と。

40 孟詵云う「胃虚並びに嘔吐食水を患う者は、米汁二合、生薑汁一合を用いて和して之を服す」と。

38 白梁米 本草には、「味甘く、少し寒やす働きがある。毒はない。熱をとり身体の働きをよくする作用がある」とある。

39 陶景の注では、「夏に粟の飯をつくって食べると、熱気を除く」といつている。

40 孟詵は、「胃の働きの悪いものや、嘔吐するもの、水や乳を吐くものは、米のとり湯二勺に生薑のすりおろした汁一勺を混合して飲ませるとよい」といつている。

41 脬玄子張云う「脬隔（膈）中の客熱を除き五藏（臟）

の氣を移し易え、筋骨を續ぐ」と。

和名 之呂阿波。

41 脬玄子張という人の書いた本には、「横膈膜付近の熱をとるこ

とが出来る。五藏の氣を瀉することが出来、筋骨をつなぐ働きがある」とある。

日本の古代名は、シロアワ。

38 白梁米 本草では、中品の中に収録されてい

るものであるが、それぞれ、穂先の色や、穀

そのものの色で区別している。

39 粟の食 食は粗末な夕食の意味。

40 嘔吐食水 はきくだし。この場合食も水も、

小児の場合の吐乳も含んでいる。本草にはこの項に白梁米五合、水一升を、煮て粥として食べるとよい。となっているのだが、ここで

は白梁米は、単に米となっている。

41 筋骨を續ぐ 本草には筋骨緩となっている

が、ゆるんだものを治すというのであれば意味は同じであろう。

42 粟米 本草に云う「味鹹、微寒、毒なし。腎氣を養

い、胃痺、中熱を去り、氣を益す。陳きものは味苦、

胃熱、消渴を主り、小便を利す」と。

43 陶景の注に云う「其の粒、梁米よりも細し。陳きもの

は、三年五年を経し者を謂う。或は呼びて梁米とな

す。以つて粉を作る。尤も煩悶を解すと。

42 粟米 本草には、「味はしおからく、わずかに寒やす働きがある。毒はない。腎の働きをよくする養いとなり、胃や消化器

の熱を除去し、元氣を益す。古くなったものは、苦味があつて、胃熱や、口の渴きを止めて小便の出をよくする」とある。

43 陶景の著の注のところには、「その粒は、梁米より細かい。古くなつたもので三年、五年も貯蔵したものは、梁米と言つて、これで粉末をつくつて食べると、煩悶の薬となる」とある。

44 蘇敬の注に云う「粟、多種ありて竝べて諸梁よりも細

し。其の米の泔汁は霍亂、熱を夾み、心煩渴するを主る。數升を飲めば立ちどころに差ゆ。臭泔は消渴をとめるに尤も良し」と。

45 崔禹の云う「常に噉食するところ、耳、腎氣を益す。

熟して、舂ぎ、白くせしめて粉をつくる。尤も煩悶を解す」と。

和名 阿波乃宇留之禰。

42 粟米 イネ科コアワ Setaria italica Beauv.

var. major Ohwi. の穀粒であつて、蛋白質、澱粉、dextrose, dextrin, 脂肪 (palmitic, carnabtic, oleic, linolic acid, phytosterin) ビタミンBなどを含む。

味鹹 しおからいというのは、必ずしも塩味ということではなく、木火土金水の五行の配置を理論的に決めたものであつて、鹹は水の位置で、腎を主どり、耳に關係しているといつた考え方である。鹹は腎に入り、血にはし

44 蘇敬の著の注のところに、「粟というものは種類が多いが、

いろいろの梁の類の中では粒が細かいのが普通であつて、そのとき汁の主な効能は、吐き下しに熱病を兼ねて、胸苦しさで苦しむものを治す。それには、數合も飲むとよい。煮た時の上澄のところを飲むと、消渴に効果がある」とある。

45 崔禹は、「常食すると腎の働きをよくするので、耳もよく聞こえるようになる。熟したものを搗いて白くなったものを粉にする。煩悶に用いて効果がある」といつている。

日本の古代名は、アワノウルシネ。

胃熱 熱が胃中に留る。胃内の熱毒をいう。

消渴 口渴のはなはだしくして排尿回数多きものをいう。

43 粢米 もちこめ。

煩悶 精神的な苦しみをいう。悶乱のこと。

中熱 あつさあたり、日射病、中喝ともいう。

陳きもの 古いもの、年数を経過したものをいう。

46 秬米 じゆつまい 〈音は述〉 本草に云う「味甘、微寒。寒熱を

止め、大腸を利し、漆瘡を療ず」と。

47 陶景の注に云う「方薬には正用せざるも、唯、嚼みて、以つて瘡に塗る」と。

48 蘇敬の注に云う「此の米は、功能は、なお稻秬のごときなり、今、大都粟稷と呼ぶは、秬となし、稻秬を稷となす。およそ、黍の稷、粟の秬、秬の稷、この三穀は、之れ秬秬なり」と。

49 馬琬云う「秬米は温なり。これを食するに黍米に及ばず、進御に任ぜざるなり」と。

今案ずるに、損害物に和名 阿波乃毛知。

46 秬米 じゆつまい イネ科モチアワ *Setaria italica* Beauv. form.) の穀種子であつて、アワのねばり気がつよく、もちとうるちに分かれるがこの種類はもちに属する。

寒熱 さむけ、発熱などをいう。

大腸を利す 大腸は便秘不通などを主るので便を出やすくするの意。

漆瘡 ウルシカブレのこと。

48 秬 じゆつ モチアワでねばり気のあるものをいう。稷 しよく ウルチキビでねばり気がない。

46 秬米 じゆつまい 本草には、「味は甘く、わずかに冷やす働きがある。寒熱病を治すことが出来、大腸の働きをよくし、うるしかぶれを治す」とある。

47 陶景の注では、「漢方薬の正式の処方の中には入っていないが、できものには、そのまま噛んで塗りつけるとよい」とある。

48 蘇敬の注では、「この米の効能は、稻米と同じで、粟糯はモチアワであつて、これが秬にあたり、稻秬というのは稷といつて、モチゴメである。黍のモチ、粟のモチ、稻のモチ、この三つともにモチ穀物である」といつている〈相、然と反切するとその読みはセンとなる。稻のことである〉。

49 馬琬は、「秬米は、身体を温める。これを食べるのはキビには及ばない。貴人に献上することは出来ぬものである」といつている。

日本の古代名は損害物によると、アワノモチ。

秬 じゆつ 稷の字と同じでうるち米、ねばらない米のことである。

稷 しよく ねばるイネ。もちごめをいう。

49 進御 しんぎよ 天子のおそばに進みはべる。進物にするものをも含めていう。

50 丹黍米

本草に云う「味苦、微温、毒無し。欸逆、

霍亂を主り、洩を止め、熱を除き、煩渴を止む」と。

51 陶景云う「此れ即ち赤黍米なり。多く神薬の用に入る」

と。

52 崔禹云う「食せば、人を益す。又、秬米有り、是れ烏

黍のみ。醸酒、祭祀の用に供し、之を人飲まば、好

く魂病を療し、長生せしむ」と。

和名 阿加支支美。

50 丹黍米

本草には、「味は苦く、わずかに温める働きがある。

毒はない。こみ上げてくる咳や、吐き下しに効果がある。下痢を止め、下熱してしきりに口の渇くのを止める働きがある」とある。

51 陶景は、「このものはアカキビのことであって、神薬に用いることがある」といつている。

52 崔禹は、「食べて人間に利益のあるものだ。別にクロキビというのがあるが、字はちがっても同じものだ（秬米と烏黍は同じの意）。酒に醸造して神に供え、又、人もこの酒を飲むと、魂病を治して長生きする」といつている。

日本の古代名は、アカキビ。

50 丹黍米

イネ科モチキビ *Panicum miliaceum*

L. の穀米であって、澱粉、dextrin、ブドウ糖、脂肪、ビタミンBなどを含み、シロネズミの肝ガン発生を抑制し、肝硬変の発生を抑

制することが認知されている。

欸逆 咳嗽頻発のことをいう。咳や、しゃっ

くりなどがこみあげてくることをいう。

霍亂 急性胃腸カタル。吐瀉病。

52 魂病

たましい。肝は魂を蔵すとなつていて、肝の病で精神的なものを治すという。

53 稷米

本草に云う「味甘、毒なし。益氣を主り、不足を補う」と。

54 陶景の注に云く

「書多くは、黍稷という」と。

55 蘇敬の注に云く

「呂氏春秋に云うに、之を飯として美なるもの陽山の稷あるなり」と。

56 傳に云う

「已下一本に無し」本草に、稷はあるが稷を載せず。即ち稷なるは、今、楚人はこれを稷と云う。

關中ではこれを糜といい、冀州では之を稷と謂う。廣雅には稷稷と謂うなり。爾雅は稷稷なり」と。

57 孟詵云う

「氣を益し、諸熱を治し、不足を補う」と。

和名 支美乃毛知。

53 稷米

イネ科ウルチキビ *Panicum millicecum*

「澱粉、糖分、dextrin、脂肪などを含む。」

54 黍稷

キビの種類の、ねばり気のないものをウルチといっているわけである。モチの反対である。

55 呂氏春秋

書名で二十六卷。秦の、呂不韋という人の撰である。

陽山 呂氏春秋卷十四の本味篇に「飯之美者、玄川之禾、不周之粟、陽山之稷、南海の

柜」とあって、高氏の注に「山南の曰陽

53 稷米

本草には、「味甘く、毒はない。氣を益すのがこの稷米の効能であって、足りないものを補う」とある。

54 陶景の注では、「多くの本の中では稷米のことは、黍稷と書いてある」とある。

55 蘇敬の注では、「呂氏春秋という本には、これを飯にしてうまいのは、陽山にある稷というものだ」とある。

56 傳には「へほかの本にはこれ以下の文がない」、「本草の中に稷はあるが稷は載っていない。だから、稷というのは、楚の人たちが稷のことを言っているのである。関中では、糜といっているし、冀州などでは稷といっているもので、廣雅を引いてみると、稷稷と載っているし、爾雅を引いてみると稷稷と載っているものである」とある。

57 孟詵は、「元氣が出るし、諸々の熱病に効果があり、足りないところを補うという働きがある」といっている。

日本の古代名は、キビノモチ。

は、崑崙の南、故に陽山という。南海は南方の海をいう」とある。祁連山脈の南青海省の

北部一帯の地をいうのであろう。

稷 キビの中のウルチキビ。ねばらないキビをいう。

56 關中 今の陝西省で、東は函谷、南は武関、

西は散関、北は蕭関と四関の中にあるので関中という。秦の時代の旧地名である。

糜 本来はかゆのことであるので、糜(赤い苗のキビをいう。)の誤りではないかと思われる。

冀州 河北省の別名であるが、山西省と合して二省、および河南黄河以北一帯が糜の産地であるところから、これらの地方をいう。

糜 糜とも糲とも書くがクロキビのことである。クロキビは糲(またはサイ)はウルチキビであるから、いずれも粘り気のないキビのことである。

廣雅 書名十巻で魏の張揖の撰である。参考

文献としては廣雅疏證十巻がある。植物名としては廣雅の中にくわしくのせてある。

爾雅 書名で、十三経の一つであり、文字の説明書である。周公の作とされるが疑わしい。

糜 糜は本来、米でつくったもちであるが、糜稷といった場合はキビのウルチをいうのである。本来、酒をつくるものであって、飯食にする穀物とは用途はちがっているわけである。しかし文中にキビノモチとふり仮名をしてあるので、「モチ」を指し、ウルチの反対であるとしている。牧野富太郎博士は、

「この種類には粘るものと、然らざるものがある。『コキビ』というのであって、この条のものは、ねばるものを指すのであらう」といっている。

58 粳米

本草に云う「味苦、平、毒なし。益氣を主り、

煩を止め洩を止む」と。

59

陶景の注に云う「此れ即ち、今常に食すところの米。但し白、赤と小々異なるも族四く五種あり、なお同一類のごときなり」と。

58 粳米

本草には、「味は苦味をもち、冷やしも温めもしない平の性質で、毒はない。気の働きをよくし、煩を止め、下痢を止める」とある。

59

陶景は、その注のところで、「これは、一般に食べているところの米であって、ただ赤米と白米とは少し異なるところがあるが、そのほかに四く五種あり、皆同じようなものだ」といっている。

60 拾遺に云う「凡そ米は、熱食するときには則ち熱へ寒を止める。冷食するときには則ち冷。假に火氣を以つてすれば體自ら温、平」と。

61 七卷食經に云う「味甘、微寒。熱すれば大腸を利し、漆瘡を療す」と。

62 醫玄子張の云う「性は寒。諸々の經絡の氣を擁ぎ、人をして四支收まらざらしめて、昏々として睡饒くせしめ、風を發し、氣を動ず。多食すべからず」と。

63 崔禹の云う「又粃米へ音は比であつて、穀に皮あつて米のないものなり」あり、是れ含稃。穀を被りていまだ熟さざるものを粃と曰う。火を以つて炙焦り、春きて、米と成すものは、之を食せば、五臓を補い、面色を駐め、老衰せざるなり」と。

64 今案ずるに米粉は、崔禹云う「性冷。一つには爛米と名づく。煩悶、脹食を止む。藥石に及べば人の、

60 本草拾遺には、「米というものは、熱いうちに食べれば、温まる性質があつて、寒えを止めるし、冷えたものを食べると、身体が冷えるものだ。他の火氣のものと一諸に食べるなら、自ら温まるものである」とある。

61 七卷食經という本には、「味は甘く、わずかに寒やす働きがある。熱食すると、大腸を通利しやすくし、又、漆かぶれを治す働きがある」とある。

62 醫玄子張は、「このものの性質は寒である。氣血の通過の道をふさぎ、手足をしびれさせて、眠りをむさぼるようになり、風氣を發散させるが、働きを鈍くさせるので、多くは食べない方がよろしい」といっている。

63 崔禹は、「粃米というのは、穀の中味がなくて、糠の部分と、その外の皮（モミガラ）があるものをいい、穀はまだ少しあるが、充分熟していないものを粃という。火であぶって搗いたものが米であつて、これを食べると、五臓の養いになり、いつまでも若々しく老衰しない」といっている。

64 今、研究してみると、米粉は、崔禹の言っているように、冷やす性質をもっている。一名爛米という。煩悶や脹食を治すことが出来る。薬を服用すると丹を發するものは、食の丹である。又、經には玄米粉汁は丹によつて起る發熱を治すことが出来る」といっている。

まさに食の丹となす」と。經に云う「玄米の粉汁は、
丹の發熱を解す」と。

和名 宇留之禰

日本の古代名は、ウルシネ。

58 梗米 イネ科イネ *Oryza sativa* L. の穀粒を

いう。澱粉 dextrin, arabanoxylan, xylan, edestin, glutenin, oryzanin, phytin, phytic acid, cerebroside, glutelin, cerotic acid-melissylester, 酵素などを含み、日常食として

いる。益氣 はたらきをよくするのに利益がある。

煩 胸部、特に心臓部に熱感を覚えて苦しむ

ことをいう。

洩 下痢をいう。

61 大腸を利す 大腸は主として大便の出るのに

関係するから、便の出方がよくなる。

漆瘡 うるしかぶれのこと。

62 経絡 わきの下の経で手足をひきつらせる。

睡饒く ねむりは深いのはよいが、時間の長いのはよくないとしている。

風を發す 病氣の原因は風とされるため、病

氣になりやすくなるという意味である。

63 粃米 充分種子が稔っていない米で、モミガラ

は一人前であるのに中味がないものをいう。

面色を駐め 老いると面はかわいてくるが、

65 稻米 本草に云う「味苦。温中を主り、人をして

熱多く、大便をして堅からしむ」と。

65 稻米 本草には、「味は甘くて、中焦を温める働きがある。

だから、温まりすぎるので、大便が堅くなる傾向がある」とあ

66 陶景の注に云う「稻米、粳米、此の兩物なり。今、江

東に無し。此れ皆粳米と呼び稻と爲すのみ」と。

67 蘇敬の注に云う「稻なる者、穞穀の通名」と。

68 崔禹云う「稻米、粳米、同じく之一ばら稔米と名づ

く、〈已下一本に無し〉。又た烏米有り。江東にては、

米と呼ぶ。性は冷。好く血氣を治む。又た、糲米有

り、猶お烏米のごときのみ。一斛の糲を舂きて八斗の

米を成すと謂う」と。

和名 以禰乃與禰。

65 稻米 *Oryza sativa* var. *glutinosa* Lour. 印

度の原産である稻は、神代時代より南方より日本に入つたもので、現在では最も重要な食糧品であつて、広く一般に耕作せられてゐるものであるが、品種には三百種を越えるもので、一般に稻とよばれてゐる。しかし稻といわれるのは米の類を総称して言うのである。

67 穞穀 まだ未熟な稻を穞というので、穞穀と

いうのは、まだ畑や田に植えられてある米の種類をいうのである。

68 稔 イネのことであるが、集韻にはもちいねをいひ、説文通訓ではうるち米のこととなつてゐる。

烏米 くろごめのことをいう。烏はくろいの

66 陶景の注には、「稻米と粳米と二種ある。江東には、粳米しか

ないので、みな稻と呼んでゐるだけである」とある。

67 蘇敬もその注の中で、「稻は、穞穀のことを通常そのように名づけたものだ」といつてゐる。

68 崔禹は、「稻米、粳米は、稔米といつてゐるが、黒い米もあり、江東では、米と呼んでゐる。身体を冷やすが、血氣の調和をよくする。糲の米もあるが、黒米の一種であらう。一斗のモミを搗精したら八升の米が出来る」といつてゐる。

日本の古代名は、イネノヨネ。

意。

糲(ひらしらげ) 音は頼とよむとある。くろごめを指すが、しらげない米。つまりすりうすで穀皮をとつただけの粗米、今でいう玄米を指す。

69 糯米 だべい 養生要集に云う「味甘、平。食すると雖も、

只、久しく食するに宜しからず」と。

70 拾遺に云う「性は微寒。妊娠して、肉食を雑えて、

之を久しく食するは利あらず。人をして身、軟ならし

む。黍米および、糯米にて、小き猫、犬を飼えば、脚を

して屈して行くこと能わざらしむ。人の筋を緩ましむ

る故なり」と。

今案ずるに損害物に和名 毛知乃與禰。

69 糯米 だべい イネ科モチイネ *Oryza sativa* L. var.

glutinosa Mats.) の子実で、澱粉、脂肪のほ

かに dextrin, β -oryzanin を含む。

71 蔞米 げつべい 本草に云う「味苦、毒無し。寒に中るを主

る。氣を下し、熱を除く」と。

69 糯米 だべい 養生要集には、「味は甘く、平。食べるのはよいが、

長期間食べない方がよい」とある。

70 拾遺集に、「その性質は、わずかであるが寒やすので、妊娠し

て肉食と一諸に長期間食べるのはよくない。身体を軟弱にす

る。黍や、もち米で、幼ない犬、猫を飼育してみると、脚腰の

たたない、歩行困難になってしまうのは、筋肉を緩めてしまう

からである」とある。
今損害物を調べてみると、日本の古代名は、モチノヨネ。

71 蔞米 いねのもやし 本草では、「味は苦く、毒はない。さむさあたりを治

す。氣を下し、熱を取り去る作用がある」とある。

72 陶景の注に云う、此、是、米を以つて蔲を爲るのみ。

別の米の名に非ざるなり。其の米を末にして、脂にて和まし面に傳くるに、亦た皮膚をして悦澤ならしむ」と。

73 蘇敬の注に云う「蔲とは、生すなり。理を以つて之を名づけざるなり。皆、當に生う可きの物を以つて之を爲るべし」と。

74 陶、稱えらく「米を以つて蔲を爲らば、其の米、豈に更に能く生いむや」と。

75 崔禹云う「味少しく苦。冷にして、毒無し。氣を下し、熱を去る。乳に合わせ粥を作り、之を食せば、面色を益し年を返す」と。

和名 以禰乃毛也子。

71 蔲米 蔲米とも書く。イネ科穀物類の種子の発芽をさせることによって、酵素を生成せし

めて、これを乾燥させたもので、薬用に用いるものには次のようにいろいろある。麦でつ

くったものは麦芽といい、米でつくったものは穀芽。粟でつくったものは粟芽、キビを原

72 陶景は、その注の中で、「これは、米でモヤシをつくったものである。別に米の種類があるわけではない。その米を粉末にして、油で和したものを顔につけると、皮膚のつやをよくするものだ」といつている。

73 蘇敬の注に「もやしは、おやしということ、その理をもって名としたのではない。すべて、生やしのものは、もやしと呼ぶのである」とある。

74 陶景は、「米をもつて、モヤシをつくると、そのモヤシから、芽が出るといふことはない」といつている。

75 崔禹は、「味は少し苦い。少し冷やすが、毒はない。氣を下し、熱を去らしめる。牛乳を入れて粥をつくって食べると、面色につやがでて、若返る」といつている。

日本の古代名は、イネノモヤシ。

料としてつくったものは黍芽、とよんでゐるがすべて「モヤシ」という。酵素類には diastase, peptidase, protease, invertase, lipase など。ビタミンやミネラルも多い。腸内のほか betaine, choline, histidine, horden-

ine など。ビタミンやミネラルも多い。腸内の防腐作用、消化作用がある。

76 糴糖

本草に云う「味甘、微温にして、虚乏を補うを主る。渴を止め、血を去る」と。

76 糴糖

本草には、「味は甘く、少し温める作用があるので、疲れをとる作用が主たるものである。のどの渇きを止めて、汚れた血の循環をよくする」とある。

77 陶景の注に云う「今、酒には麴麴(麴)を用い、糖

には孽を用うるは、なお、同じく是れ、米麥にして中、上の異となす。糖はまさに和潤なるをもつて優れたるものとなし、酒は、薰亂なるを以つて劣と爲すべし」と。

77 陶景は、その注の中で、「酒をつくるときは、麴を使うのであるが、糖をつくるのに、もやしを用いるのは、米も、麦も同じく、上と、中との性質が異なるためで、糖は、和潤のものが優れたものとするし、酒は、酒の薫りが乱れて混合したものはよくないとしている」といつている。

78 七卷食經に云う「飴を糜粥中に置いて之を食すると

きは人を殺す」と。未だ詳かならず。

78 七卷食經には、「飴を、うすい粥の中に入れて、長く置いたものを食べると、害がある。といっているが、これは、どんな理由なのか、よく判らない」とある。

日本の古代名は、アメ。

和名 阿女。

76 糴糖

糴は飴と同じく、アメのことである。米、麦、その他の澱粉含有物質を蒸し、これに麦芽を加えて糖化させたものである。成分

は maltose, dextrin, 蛋白質、脂肪、塩類などを含んでいる。

77 中、上の異 上中の意味は、酒は上焦にひつ

さげのぼる性質であるので麴を用い、飴は甘く中焦をゆるめるので、もやしを用いるというわけである。

79 酒 本草に云う「味苦、大熱、毒あり。藥勢を行ら

すを主る。耶惡の氣を殺す」と。

80 陶景の注に云う「大寒は海を凝らすも唯酒のみ氷せざ

ること明らけし。其の熱性は、獨り群物の冠たり。人、これを飲まば、體をして斃せしめ、神昏せしむるは、

是れ其の毒ある故なり。昔、三人、晨行して霧に觸れ、

一人は健し、一人は病み、一人は死せり。健なるもの

は酒を飲む。病む者は、粥を食す。死せる者は、空腹

なり。此れ、此の、酒勢は、惡を辟けること食に勝

る」と。

81 拾遺に云う「酒は、百邪を殺し、惡氣を去る。血脈

を通じ、腸胃を厚くし、皮膚を潤し、死氣を散ず。愚

人、之を飲むときは則ち愚。智人、之を飲むときは則

ち智。憂いを消し、怒を發し、言を宜にし、意を暢

ぶ」と。

79 酒 本草には、「味は苦く、身体を大いに熱める。毒がある。

藥を身体に行らすことは、大いなる働きであつて、邪惡の氣を、殺す」とある。

80 陶景は、その注のなかで「大寒は海を凍らす、酒は凍らない

のをみても、大熱であることが判る。その熱の性質は、すべての物の中で優れている。人が、これを飲むと、あつくなくて、のぼせ、めまいするのは、毒があるためだ。昔、三人の人が、

夜通し歩いていて、霧に触れて、一人は病気になる、一人は死

んだが、一人は元氣であつた。その元氣な人は、ふだんから酒

を飲んだ人であつた。病氣をした人は、ふだん粥をよく食べる

人であつた。死んだ人は、空腹であつた。そこで、酒の勢いといふものは、邪惡を避けるのは、食べものに勝る」といっている。

81 拾遺には、「酒というものは、邪を殺す働きがあり、惡氣を去

らせる。血脈の流れを良くし、胃や腸を丈夫にし、皮膚に潤いを持たせ、死氣を追い払う。おろか者が飲むと、ますます、お

ろかになり、智者が飲むと、ますます智がさえてくる。憂いを散消し、怒りも和らぎ、意識も集中してくるようになる。心も

ひろびろして、こせこせしなくなる」とある。

82 大素經には、「醪醴のものは、自分に適した分量を飲むように

しなければならぬ。これを飲むと、心が愉快になって、病を

82 大素經に云う「醪醴りやうれいのものは、賢人けんじん適性てんせいを以つて飲ま
ずんばあるべからず。之を飲めば、病やまいを去らしめ、神しん
を怡よろこばしむること必ひつとせり。此れ、性せいの毒どくを改あらたむるな
り」と。

79 酒 米麦その他の澱粉含有物を蒸し、これに
麴もくを入れて醸造したものを用いる。成分とし
ては ethanol, fusel oil, glycerin, dextrin,
adenine, guanine, uracil, hypoxanthine, in-
osinic, succinic acid, p-oxybenzoic acid な
どである。ethanol は原形質毒であつて殺菌

作用がある。中枢麻痺作用などのほか、興奮
薬などとして応用される。
藥勢やくせいを行めらす 生薬を用いる場合、身体の上
半身に薬を効果あるようにするときには酒で
煎じるといふ。このように酒製は漢方では重
要視されているわけである。

80 醪りやうをつせしめ 醪りやうはつであつて、やける、あ
つくなるの意。

82 醴れい 醴れいはろうで、にがり酒、どぶろくのと
であり、醴れいはあま酒、一夜酒、である。

83 禮記らいきに云う「凡そ、酒を飲するは、陽氣ようきを養やしなうなり。
故に樂たのしきあり」と。

84 養生要集ようせいようしゅうに云う「酒なるものは五穀ごこくの花味かみの至いたれる
が故に能く人を益えきし、亦能く人を損そんず。其の分劑ぶんざいを節せつ
して之を飲むときは、百脈ひやくみやくを宣和せんわし、耶じやを消しょうし、冷れい
を却しりぞくるなり。若し升量しやうりやう、轉久ますますひさしく之を飲みて、度ど

追い散らすようになる。これは、酒の性の毒を変化させるから
である」とある。

83 礼記という本では、「酒を飲むのは、陽氣を養うためであつて、
だから、楽しいのである」とある。

84 養生要集には、「酒は五穀のはな。だから、人の役に立つが、
又、人を損ねることにもなる。よく分別節制して飲むときは、
身体しんたいの百脈を調え、和し、邪を消し、冷えを退散させる。しか
し、分量をかまわずに飲んで節度がないならば、体氣を弱くさ
せ、精神を昏乱させることになる。どんな薬よりも効驗は優れ
ているが、節度を失わないようにしなければならぬ」とある。

を失^しせば、體氣^{たいき}をして弱^{よわ}からしめ、精神^{せいしん}をして、侵^{しん}昏^{こん}せしむ。物の効驗^{こうけん}は、酒^{さけ}に過^すぎたるものなきなり。宜^{よろ}しく、慎^つしみて節度^{せつど}を失^うしな^しこと無^なかるべし」と。

85 崔禹^{さいいう}云^いう「大毒^{だいどく}あり。藥力^{やくりよく}を行^やらす。之^{これ}を飲^のみて、憂^{うれ}い^を忘^{わす}るるを基^{もと}となす。食家^{しょくか}の重^{おも}んずるところなり」と。

和名 佐介。

86 酢酒^{さくしゆ} 本草^{ほんそう}に云^いう「味酸^{あじさん}、溫^{うん}、毒^{どく}なし。癰腫^{ようしゆ}を消^けすを主^{つかさど}る。水氣^{すいき}を散^{さん}じ、耶毒^{じやどく}を殺^{ころ}す」と。

87 陶景^{とうけい}の注^{ちゆう}に云^いう「酢酒^{さくしゆ}を用^{もち}いて入^{はい}らざるところなしと爲^なす」と。

88 拾遺^{しゅうい}に云^いう「酢^{さく}は、血^{けつ}を破^{やぶ}り、運^{うん}を止^{とど}め、癥塊^{しやうかい}、堅^{けん}積^{しやく}を除^{のぞ}き、宿食^{しゆくしょく}を消^{しょう}し、惡毒^{あくどく}を殺^{ころ}し、結氣^{けつき}、心中^{しんちゆう}の酢水^{さくすい}、淡飲^{たんいん}を破^{やぶ}る。多食^{たしよく}せば筋骨^{きんこつ}を損^{そん}す。藥^{くすり}を殺^{ころ}す」と。

85 崔禹は、「大いに毒がある。藥力を体内に行らす働きや、酒を飲めば、憂いを忘れるというのが基本であるので、食養家が重要視しているわけである」といつている。

日本の古代名は、サケ。

86 酢酒 本草には、「味は酸っぱくて、温める性質があつて、毒はない。腫れものを消すのが効用のひとつで、水気を散らし、邪毒を殺菌する」とある。

87 陶景は、その注の中で、「酢酒は、身体のいずれにも入っていない」といつている。

88 拾遺には、「酢は、瘀血を破り、めまいをとめ、体内の塊結を除き、腹中の塊りを破る。消化不良を治し、惡毒を殺し、氣の滞りを散らし、胃の中の酢水、痰飲をこわして、治療する効果があるが、食べすぎると筋骨を緩め、藥の効能を駄目にする」といつている。

89 孟詵の云う「多食せば、人の胃を損す。諸々の毒氣を消し、耶毒を殺す。婦人、産後血運するには、これを含めば、即ち愈ゆ」と。
和名 須。

86 酢酒 米、麦等の澱粉含有物質、或は酒糟腐敗酒等の含有物質を酢酸菌の作用によって酢化醱酵させて生ずる液をいうが、米・甘酒・酒・酢と、自然醱酵によって得たものをい

う。成分としては酢酸、乳酸、コハク酸、糖分、dextrin, butylene glycol などを含んでいる。細菌に対して殺菌力があり、奪水作用もある。

87 入らざるところなし 婦經のことで十二経絡すべてに入るといふ意味である。
88 運 めまい。

89 孟詵は、「食べ方が多すぎると胃の働きをわるくする。諸毒を消し、邪毒を殺す。産後の婦人のめまいには、このにおいをかがせたり、口に含むだけで治る」といつている。
日本の古代名は、ス。

90 醬 本草に云う「味鹹・酸、冷利し熱を除くを主る。煩満を止め、薬、及び火毒を殺す」と。

91 陶景の注に云う「醬は、多くは豆をもつて作る。純麥は少なし。今は此れ、まさに是れ豆なるものなるべし。又肉醬、魚醬あり、皆、呼びて醢となす。薬用には入らざるなり」と。

90 醬 本草には、「味は、しおからく、酸味もあり、冷やす働きと、通痢の働きとがある、熱をとる効果もある。煩満（腹がはって苦しむ）を止め、薬毒や、火毒を殺す」とある。

91 陶景は、その注のところで、「醬は、大抵は豆でつくるのであるが、麦だけでつくるのは少ないようである。今は、豆を以てつくるのが正しい方法で、肉醬とか魚醬とかがあがるが、これらを薬用に用いることはない」といつている。

和名 比之保。

日本の古代名は、ヒシホ。

90 醬 大麦、小麦、糯米、豆などに麴を加えて

醱酵させて、更に食塩水を加えて醸造したもので、成分には peptone, pepsin, 醬油の油, glutamic acid, β -hydroxyglutamic acid, histamine, methionine, soyu-aldehyde, dia-

stase.

鹹 しわわゆし。しおからいこと。

冷利 ひやして下すことをいう。

煩満 陰の気がすくなく、陽気が勝つために熱して起るのを煩満という、素問逆調論に

91 醢 干し肉をきざんで麴と塩をまぜ、酒につけてものをいう。

92 塩 本草に云う「味鹹、温、毒なし。鬼蛊の耶を殺すを主る。毒氣を下部に注ぎ、匿瘡へ蟲食病なり、

傷寒、寒熱、胸中の痰涎を吐き、心腹卒痛を止め肌骨を堅くす。多食すれば肺を傷り、喜、欬す。」と。

93 陶景の注に云う「五味の中へ正本に之あり」唯此れを

闕くべからず。然して、魚肉を浸すときは則ち、能く、久しきを経て敗れず、以つて布帛を沾せば、朽爛を致し易し。施すのところ各々、宜しきところあるのみ」と。

92 塩 本草には、「味しおからく、温める作用がある。邪氣を殺すものである。身体の毒は、下部に注ぎ、虫の食う病氣とか、カゼ、熱や寒け、嘔吐、胸中の痰などのほか、胸、腹のに

わかに痛むものを治療し、肌膚や骨を堅くする効果がある。多く食べると肺の傷害を起こし、しばしば咳をするようになる」とある。

93 陶景は注の中で、「五味の中でも、すべて塩を失っては意味がない。魚肉を塩で漬けておけば、腐敗しない。塩で衣服をうるおしておけば朽爛の度がはげしくなる。それぞれ、塩の施すところのよろしきに従ってやるべきである」といつている。

94 拾遺に云う「五味の中、鹽を以つて主となす。四海の

内、何れの處に之れ無きか」と。

95 崔禹の云う「鬼耶の毒氣を殺すを主る。其の用たる、
入らざるところなし」と。

和名 之保。

94 拾遺には、「五味の中では、塩が主人である。四海いずこに行
つてみても、塩のないところはない」とある。

95 崔禹は、「鬼邪（陽明病に出る）の毒を殺すのが主たる役目で
ある。毒邪を去らしめるのに、塩の入らないものはない」とい
っている。

日本の古代名は、シホ。

92 塩 塩類の一つであつて、岩塩とか泉塩、

海塩などの種類がいろいろある。成分には
 NaCl , KCl , MgCl_2 , CaCl_2 , MgSO_4 , Na_2SO_4 な
どを雜入する。

鬼蠱 鬼は蠅と同じく腹中のあやし気なる邪

氣をいう。

蠱瘡 陰中に瘡を生じ、或は痛み、或は痒く、
虫の行く如くに膿水を淋瀝するのをいう。

淡癖 淡は瘕と同じで、右の脇下に塊があつ

て、その部分がふさがって通じない病氣のこ
とをいう。

93 朽爛 くちただれる。朽腐のこと

五菓の部第二

第二章 五菓の部

1 橘 本草に云う「味辛、温、毒なし。胸中の癥、

癥瘕、熱、逆氣を主り、水穀を利し、氣を下し、

嘔、欬を止める。膀胱の留熱、停水、五淋を除き、

小便を利し、脾の穀氣を消すること能わずして、胸

中に充ち、吐逆し、霍亂して洩れるを止め、寸白を

去り、久服すれば、臭を去り、氣を下し、神を通じ、

身を軽くし、年を長くす」と。

1 橘 本草には、「味は辛で、温める働きがある。毒はない。

胸中の神志の不足や、ものがつかえて、塊りとなるもの、熱

や、氣の上に昇るものを治すのが主効であって、体中の水の流

れをよくし、嘔き氣や、咳を止める。膀胱の流れをわるくする

邪熱や、水の滞り、各種の小便の出渋る病氣や消化のわるい状

態で、胸中のつかえや、吐逆、又は吐き下しするものを止め

る。腹中の虫などを下し、長期間服用すれば、体臭をなくし、

氣をくだして、精神をさわやかにし、身体が軽くなり、寿命を

長くすることが出来る」とある。

1 橘 ミカン科ミカン属トウミカン Citrus sp.

で、蔗糖、転化糖、クエン酸、精油 (hesperi-

din, nobletin, aurapien) などの成分がある。

癥 神思たらず。おろかなこと。

癥瘕 腹中の硬結、腹中の腫瘤。

逆氣 上気すること、氣が上逆するのをい

五淋 膀胱の熱によるもので、勞淋。血淋。

熱淋。氣淋。石淋。の五つをいう。

霍亂 急性胃腸カタルのように嘔吐下痢の甚

だしいもの。

寸白 婦人の疝痛を総称していう。下肢の静

脈瘤の俗称である。

病源には「人体氣の不和があれば、精液雜穢

せしむる故に身体をして臭からしむるなり」と

とある。

臭 体臭であるが、特に病的な体臭をいう。

2 陶景の注に云う「此に是れ、其の皮の功を説くのにして、其の肉は、味は甘・酸。之を食せば、淡（痰）（水病なり）多くせしめて、恐らくは人を益するものには非ざるなり。」と。

2 淡 痰と同じで咳と共に出てくる粘液をいう。

3 崔禹云う「之を食して、水穀を利し、氣を下す。皮は味辛・苦、なべて之を噉うべし」と。

4 孟詵の云う「皮は、胸中の瘕氣、熱逆を主る」と。

5 又云う「氣を下すには、皮に如かざるなり。性温なりと雖も、甚だ能く渴を止む」と。

6 吳録地志に曰く「建安郡に橘あり、冬月に樹これを覆いて明年の春夏に至り、色變じて青黒を爲す。味、尤も絶美なり」と。

2 陶景の注には、「ここでは、橘の皮の効能を説明しているだけで、その肉は、味は甘くて、酸味もある。これは、食べても、痰が多くなるだけで利益のあるものではない」とある。

3 崔禹は、「これを食べれば、食物を消化し、氣を下す。皮は味辛く、苦いが、一諸に食べるのがよ」と云っている。

4 孟詵は、「皮は胸中のつかえ気味のものと、熱によるのぼせを治す」と云っている。

5 又、「氣を下すには皮に越したることはない。性質は温める作用であるが、のどの渴きを止める働きもある」と云っている。

6 吳録地志には、「建安郡というところに橘というものがある。冬は樹を覆わねばならないが、次の春から、夏に、色が変わり、青黒くなって、とても味のよいものだ」とある。

7 上林賦に曰く「盧橘の夏に熟するといふものは、色黒なり」と。

8 朱思簡の曰く「橘皮を食せば、蟲、魚の毒を殺す。鰯を噉うときは必ず、すべからず、橘皮を壅用うるをなすべし」と。

和名 多知波奈。

9 柑子 七卷食經に云う「味甘・酸、その皮は、少しく冷、氣を治すること、橘皮に勝り、積淡へ水病なり」を去る」と。

9 柑子 ミカン科ミカン *Citrus nobilis* Lour. の果実で、クエン酸、酒石酸、糖（ブドウ糖、果糖、蔗糖）nobletin, aspartic acid, serine, asparagine, proline, γ-aminobutyric acid などを含む。又皮は柑皮、古くものを陳皮として

7 上林賦という本には、「盧橘といって、夏に熟すものは、色は黒いものだ」とある。

8 朱思簡は、「橘の皮を食べると、虫や魚の毒を殺すので、鰯を食べるときには、必ず橘皮を入れるようにすべきだ」といっている。

日本の古代名は、タチバナ。

9 柑子 七卷食經には、「味は、甘く酸っぱい。その皮は、少し冷やす働きがある。氣の上昇の薬としては橘皮より上等なので、痰のつまっているものを去る働きがある」とある。

てゐる。

積淡 痰の字は淡となっているが同義とされる。腹内に硬結がある場合に、痰の分泌を伴うことの著明なもので、これは呼吸器に慢性の炎症があつて、そのために消化器の機能障

碍を起こして積聚をつくる場合及び、腹部又は胸部に結核性の病変がある場合に來るものとされている。

10 崔禹の云う「之を食せば、氣を下す。味甘・酸、小冷、毒なし。胸熱、煩滿を主り、皮は、上氣、煩滿を主る」と。

11 孟詵の云う「性は寒。之を食するに堪えるも、皮は藥用に任ぜず。初め、いまだ霜をおかざるのときはまた酸し。霜を得るに及びての後、方に即ち甜美なる故に、之を名づけて甘という。腸胃、熱毒を和し、丹石を下し、渴して、多く食せば、人をして肺を燥せしめ、中を冷やし、流癖の病を發せしむるなり」と。

12 馬琬の曰く「小冷にして、之を食するは橘に勝る。積淡を去る」と。

13 兼名苑に云う「一名、金實なり、（即ち、李衡木奴なり）と。

和名 加牟之。

10 崔禹は、「これを食べると、氣を引き下げる。味は甘く酸っぱく、少し冷やす作用があつて、毒はない。胸の辺の熱氣、煩滿を治す。皮は上氣煩滿の藥である」といつている。

11 孟詵は、「その性質は寒やす作用がある。これを食べるに堪えないわけではないが、皮は藥用に用いることは出来ない。熟しても霜にあたらないときは、まだ酸っぱく、霜にあたると甘くなるので甘というのである。消化器の熱毒を中和し、胆石を下すが、のどが渴いて、やたらに食べるようなことをすると、肺が燥いて、胃を冷やし、消化不良となることがある」といつている。

12 馬琬は、「少し冷やす作用があるが橘よりも上等だ。体中にたまっている痰を去る効能がある」といつている。

13 兼名苑には、「一名金実といつている。（即ち、李衡木奴のことなり）」とある。

日本の古代名は、カンシ。

11 流癖 消化不良のことをいう。

13 金實 黄色の果実という意味であるが、李衡

の「木奴は熟するに向ひて金実に、懸れり」から来た言葉で、柑子を指すものであらうと

いつているわけである。

14 柚 本草に云う「味辛、温、毒なし。胸中の癥瘕、

熱、逆氣を主る。水穀を利し、氣を下し、嘔、欬を止

め、膀胱の留熱、停水、五淋、霍亂を除き、洩を止め、

寸白を去り、臭を去り、神を通じ、年を長ず」と。

15 蘇敬の注に云う「柚の皮は味甘。今俗人の謂う橙を

柚となすは非なり」と。

16 呂氏春秋に曰く「菓の美なるものに雲夢の柚なるものあり」と。

14 柚 ミカン科ニズ Citrus Junos, Sieb. で成

分はクエン酸、酒石酸、精油、蔗糖、有機酸、Lycopin, peroxydase, ビタミン、などを含

む。チフス菌、コレラ菌に対して殺菌力が強いものといわれる。芳香性健胃作用がある。癥瘕 腹中にかたまりの出来る病氣、腫瘤を

いう。

17 崔禹の云う「多く之を食するときは、人をして淡(痰)

あらしむ」と。

14 柚 本草には、「味は辛く、身体を温める作用がある。毒はない。胸の中のつかえ、塊りや、熱、逆上の氣などを治す働きがある。消化をよくし、嘔き氣や咳を止め、膀胱に滞る熱や、水の滞留、小便の出渋るすべての病氣、吐瀉病などに効果のあるものだ。下痢を止め、腹中の虫を去らせ、体臭をなくし、精神を爽快とするので、長命となる」とある。

15 蘇敬は、その注の中で、「柚の皮は、味は甘い、俗に、橙のことを柚とっているのは間違いだ」といつている。

16 呂氏春秋という本には、「果実の美しいのは雲夢の柚である」と書いてある。

17 崔禹は、「多く食べると、逆に痰をつくる」といつている。

18 孟詵の云う「味酸。食すること能わず、以つて盤按を

起すべし」と。〈正本は盤は癥なるものかと〉

19 七卷經に云う「味酸。皮は乃ち食すべし。藥用には入

れず」と。

今案ずるに損害物に和名由。

18 盤按 食物を盛る容器のことで、足のないもの

が盤で、足のあるものが按である。また、

足の病氣が癥というので、ふつうは盤といえ

ば、わだかまる、物のかたまる形をいうので

ある。癥のことではないかと言っているので

この場合は、古いキズあとがまたうずき出す

という意味である。

18 孟詵は、「味は酸っぱく、食べられない。傷跡が痛むことがあ

る」といつている。

19 七卷經には「味は酸っぱくて、皮は食べられる。藥用には用い

ていない」といつている。

損害物によると日本の古代名は、ニ。

20 乾棗 本草に云う「味甘、平、毒なし。心腹の耶氣

を主り、中を安んじ、脾を養い、十二の經脈を助け、

胃氣を平らげ、九竅を通じ、少氣、少津、身中の

不足、大驚、四支重きを補う。百藥を和し、中を調

え、氣を益し、力を強くし、煩、心下懸、腸澼を除く。

久しく服せば、身を軽くし、年を長じて神仙となるな

20 乾棗 本草には、「味は甘く、性質は平。毒はない。むね腹

の邪氣をとり、胃の働きをよくし、消化器を助け、氣血の流れ

る十二經脈はすべて改善する。九竅をよく通じさせ、呼吸器の

働きをよくし、乾燥氣味の身体の水氣を補い、驚きやすく、手

足の重いのを改善する。すべての薬と和合して、胃を丈夫に

し、氣を益し、力を強くする。みぞおちのつかえ、煩悶、食道

の滯留を除くので、長期間これを服用すると身体が軽くなり、

長命となつて、仙人になることが出来る」とある。〈又、三年

り」と。へ又、三載に「陳き核中は、人の腹痛、惡氣、卒^{そつ}症をやましむ。又、耳聾、鼻塞を療す」

を経た、古い種核は、腹痛や、むねの悪い病氣、にわかに起くる病や、突然耳が聞こえなくなるものや、鼻づまりを治すことが出来る。」

20 乾^{かん}藥^{じやく} クロウメモドキ科シナナツメ Zizyphus

saliva Gaertn. の果実で、成分としては粘液、

糖、タンニン、pentose, methylpentose, リン

ゴ酸、酒石酸塩、苦味質様配糖体、zizyphic

acid などで緩和、強壯調味薬として用ゐられる。

少^{しょう}津^{しん}

津液は正常な体液をいうので津液がす

くないことをいう。極端に少なければ「脱水

症状」というわけである。

大^{だい}驚^{きやう} 驚は脳性の痙攣であるが、大は体表のことでこの場合ものにおびえて顔をひきつらせるのをいう。

煩^{はん}

胸中の熱によって息ぜわしくわずらわしいのをいう。

腸^{ちやう}澀^{じやく} 細菌性の下痢や滯下もこれに属してゐる。

卒^{そつ}症^{しやく} にわかにおこる疾病、症はやまい。

21 七^{しち}卷^{かん}經^{きやう}に云^いう「之^{これ}を食^{しよく}せば、身^みを輕^{かる}くし、百^{ひやく}藥^{やく}を和^わす」と。

21 七卷經には、「これを食べると、身体が軽くなり、百薬を調和する」とある、

22 孟^{もう}詵^{しん}の云^いう「脾^ひ氣^きを養^{やしな}い、志^{こころざし}を強^{つよ}くす」と。

22 孟詵は、「消化作用を助け、意志を強くする」といつている。

23 崔^{さい}禹^うの云^いう「之^{これ}を食^{しよく}して、氣^き力^{りよく}を益^まし、煩^{はん}を去^さる。

23 崔禹は、「これを食べると、氣力が出てくる。むな苦しさを取ることが出来る。又、猗棗という種類がある。とても甘美であ

又、猗^い棗^{そう}なるものあり、甚^{はなは}だ甘^{かん}美^びにして、大^{おお}いさ鷄^{けい}子^し

つて、大きさも鶏の卵ほどのものであって、食べると顔の色が良くなる。猗氏県に産出するのでこの名がある」ともいつてゐる。

の如^{ごと}く、能^よく人^{ひと}の面^{めん}色^{しよく}益^ます。猗^い氏^し縣^{けん}に出^いづるが故^{ゆえ}に、

24 朱思簡しゆしかんの曰いく「味甘あじかん、熱ねつせしむ。虚冷きよれいの人ひと、之これを食しよくせば補益ほえきす」と。

和名わみょう 保世留奈都女ほせるなつめ。

25 生棗せいそう 本草ほんぞうに云いう「味辛あじしん、人ひとをして熱ねつせしむ。寒熱かんねつ羸瘦るいそうするものは食しよくすべからず」と。

26 陶景とうけいの注ちゆうに云いう「大棗たいそうは烏頭うずの毒どく〔附子ぶしの毒どくなり〕を殺ころす」と。

27 崔禹さいうの云いう「生なまの大棗たいそうを食しよくするものは人ひとをして胃中いちちゆうの熱ねつ、渴かつを發はつせしむ。並なべて、煮にて之これを食しよくせば人ひとを益えきす」と。

28 膳夫經ぜんぶきやうに云いう「多おほく食しよくすべからず」と。

25 寒熱かんねつ 肺結核はいけつかくなどの別名で、勞瘵さうさいという場合もあり、さむけと惡寒おんかんとが交互かぎあひにくるものである。

24 朱思簡は、「味は甘く、身体あたたを熱める。身体あたたの虚弱きよじやくで冷え症しやうの人が食くべると利益りやくがある」といつている。
日本の古代名は、ホセルナツメ。

25 生棗せいそう 本草ほんぞうには、「味は辛く、身体あたたを熱くさせる。だから寒熱かんねつの病氣びやうきで身体あたたが瘦せ衰えてゐる病人びやうじんには用いてはならない」とある。

26 陶景とうけいの注ちゆうでは、「大棗たいそうというものは、烏頭うず（附子ぶし）の毒どくを殺ころす」とある。

27 崔禹さいうは「大棗たいそうを生で食くべると、胃いの中が熱して渴かつしてくる。煮にて食くべると利益りやくがある」といつている。

28 膳夫經ぜんぶきやうという本には、「あまりたくさんは食くべない方がよろし」とある。

29 七卷經に云う「常に棗核中の人(仁)を服せば、百邪、干さざるなり」と。

30 孟詵の云う「生棗、之を食すること過多なるときは、人をして腹脹せしむ、並べて煮て之を食せば腸胃、肌中を補い、氣を益す」と。
和名 奈末之支奈都女。

31 李 本草に云う「味苦、平、毒なし。固熱を除き、中を調えるを主る」と。

32 陶景の注に云う「京口に麥李ありと言えり。麥の秀るときに熟し、小さくして甜し」と。く

31 李 サクラ科スモモ *Prunus salicina* Lindl. (P. triflora Roxb.) の果実で成分としては 転化糖、蔗糖、ブドウ糖、果糖、リンゴ酸、

タンニン等を含み pectin など含有している。
32 京口 京口鎮は、江蘇省丹徒県にあたる。

麥の秀る 麥の穂の実るころをいう。

29 七卷經には、「棗の中の核仁を食べると百邪に犯されない」とある。

30 孟詵は、「生の棗を多く食べると腹が脹ってくる。すべて煮て食べれば、腸や胃あるいは肌を補って、元氣を益す」といっている。

日本の古代名は、ナマシキナツメ。

31 李 本草には、「味は苦く、性は平であって毒はない。慢性の熱をとって、胃を整えるのが効能である」とある。

32 陶景の注には、「京口に、麥李といっているものがあるが、これは、麥の穂が出る季節に熟すもので、小さいが甜い」とある。

33 崔禹の云う「小冷。又、水上に臨みて、之を食せば、

蛟龍に之を吞ま被ると爲す」と。

34 孟詵の云う「李は平にして卒かに下るを主る。赤き

生の李は亦、關節の間の勞熱を去る。之を多食すべからず」と。

35 七卷經に云う「味酸、熱せる實は之を食すべし」と。

36 神農經に云う「微溫、毒なし。多く食すべからず。人をして虚せしむ」と。

37 要錄に云う「李實を、水に臨みて食すべからず。人を殺す」と。

和名 須毛毛。

33 蛟龍 鱗のある竜を蛟というところがあるのだが、

蛟竜は旋淵にひそみ、沢を竭して漁師が漁をするときは蛟竜すでにその淵に居らずとい

う。また水を行くに蛟竜を避けずんば、漁父の勇なりなどの語があり、害するものたえ。

33 崔禹は、「少し冷やす。水の上で食べると、蛟龍に吞まれる」といつている。

34 孟詵は、「李は、性は平であって、下すのが効能だ。赤い李を生のまま食べると、關節の熱をとることがあるから、あまり多くは食べない方がよろしい」といつている。

35 七卷經には、「味は酸っぱく、熱したものを食べるとよ」とある。

36 神農經では、「わずかに温める働きがある。毒はない。あまり多くは食べない方がよろしい。身体を疲れさせる」とある。

37 要錄には、「水の方向に向って、あるいは水上で李を食べるな、人を殺す」とある。

日本の古代名は、スモモ。

38 杏實 本草に云う「味酸、多食すべからず。筋骨

を傷る。其の兩仁のあるものは人を殺す」と。

39 陶景の注に云う「核は欬逆、上氣、雷鳴、喉痺、喉

中、腫れ塞がりて、水漿すでに入らずを主り、氣を下す」と。

40 崔禹の云う「風噤、および言吮(吃)て開かざるも

のを理するに最も佳となす。味酸、大熱、毒あり、多食すべからず。癰癤を生じ、筋骨を傷る」と。

41 神農經に云う「熱ある人は食すべからず。人をし

て、身熱し、神壽を傷らしむ」と。

38 杏實 サクラ科アズミ Prunus Ansu Kom.

(P. Armeniaca L. var. Ansu Max.) の果実であるが、成分としては、蔗糖、転化糖、ブドウ糖、クエン酸、リンゴ酸、酒石酸、メルカプト化合物 quercetin, isquercetin, γ-amino-butyllic acid, catechol, タンニン, pectin, pectose, pentosan, 色素、ビタミンA、B、C

なごを含有する。また核仁には酵素 (lactase,

emulsin) 脂肪 (oleic-, linolic acid sterin) amygdalin, 粘液、糖、ゴム質などを含むと云う。HCNは血管中枢を興奮させるので「毒」としたのは正しい。

39 欬逆 セキがこみあげてくるのをいう。上氣 喘息や逆氣に同じ。心臓性の喘息を云

38 杏実 本草には、「味は酸っぱくて、あまり多くは食べない

方がよい。筋骨を傷つける。特に一個の中に二個の仁を含むものは害がある」とある。

39 陶景は、その注の中で「杏の核は、咳逆、上氣、腹の鳴って下痢するもの、喉の腫れて食物が通りにくいものの氣を下す働きがある」といつている。

40 崔禹は、「言語発しにくく、どもって話が出来にくいものに、最高の薬である。又、味は、酸っぱくて、大いに身体を温める。毒があるので、多くは食べない方がよろしい。腫物が出来やすく、筋骨を傷つけるものだ」といつている。

41 神農經には、「熱のある人は食べてはいけない。体内に熱が多くなり寿命まで生きられなくなる」とある。

う場合もある。

雷鳴 腹の中がゴロゴロと鳴ること。

喉痺 喉中閉塞して通じないものをいう。

40 風噤 風に当り、口つぐみ言語障害をおこしたものの。

言吃 (吮) どもり。

癰癤 化膿性の皮膚病をいう。

42 七卷經に云う「杏仁(仁)は多食すべからず。人を
して熱利せしむ」と。

43 孟詵の云う「杏は熱なり、欬逆、上氣、金創、驚癇、
心下の煩熱、風頭痛を主る」と。

44 養性要鈔に云う「杏仁(仁)を食して中毒し、下利
煩苦するを治するの方は、梅子汁を以つて之を解す。
又の方は、藍青汁を以つて之を服す」と。

今案ずるに損害物に、和名 加良毛毛。

43 金創 刃キズ。ケガしたキズをいう。
驚癇 身体が強直して反張するもの。テンカ

ンや脳膜炎もこの部類に入るものと思われ
る。

45 桃實 本草に云う「味酸。多食せば人をして熱をあ
らしむ。其の核は、味苦・甘、平、毒なし。瘀血、閉
瘕の邪氣を主り小蟲を殺す。欬逆、心下の堅を消
す」と。

42 七卷經には、「杏仁は、あまり多く食べないのがよい。熱利(下
痢)させることがある」とある。

43 孟詵は、「杏は、熱性のものだ。咳、のぼせ、切創、てんかん、
みぞおちのつかえて熱煩するもの、風邪の頭痛にみな効果があ
る」といつている。

44 養性要鈔という本には、「杏仁を食べて、もし中毒し、下痢し
て煩悶し苦しむものには、梅干の汁で解すとよい。又、藍の青
汁を服用させるとよい」とある。

日本の古代名は、カラモモ。

45 桃実 本草には、「味は酸っぱくて、多く食べると熱してく
る。その核は、味は苦くて、甘味を含む。毒はない。瘀血、お
できの邪氣を取り去る働きがある。虫を下し、咳を止め、みぞ
おちのつかえを消す働きがある」とある。

46 陶景の注に云う「仙家の方に言う。三樹の桃花を服し
盡すときは則ち面色、桃花の如し。人は亦之を試み
るものなし」と。

47 神農經に曰く「桃を飽食し水に入りて浴せば、淋病
と成る」と。

48 孟詵の云う「溫と。桃は能く諸の丹石を發す。之
を食すべからず。生食は尤も人を損ず」と。

45 桃實 サクラ科モモ *Prunus Persica* Batsch.
の果実で、転化糖、蔗糖、酒石酸、リンゴ酸、
タンニンのほかペクチン等を含む。
瘀血 血のつかえる病氣。おさえられた血の
意味。

閉癥 腹中の腫塊で動かないものをいう。ふ
つう瘕は腹中の移動性の腫塊を指す。
46 仙家の方 仙人になるための処方という。
47 淋病 小便が渋り痛むものをいう。現代の性
病における淋病とはちがう。

48 丹石 胆結石のこと。

46 陶景は、注の中で「仙人の秘伝の中には三本の桃の木の花を服
し尽くせば、顔の色は桃の花のようになると書いているが、ま
だ誰も試したものはいない」と書いている。
47 神農經には、「桃を腹一ぱい食べて水に入ると、淋病（小便の
出渋る病氣）になる」とある。
48 孟詵は、「桃は身体を温める」としており、又、「桃は諸々の胆
石を発病させるので食べない方がよい。生で食べるのは一番害
がある」としている。

49 七卷經に云う「桃の兩人（仁）のあるものは、毒あり。
食すべからず」と。

49 七卷經には、「桃の実に二つの核仁のあるものは、毒があるの
で食べない方がよい」とある。

50 崔禹の云う「之を食せば下利せしめ、面色を益し、

肝氣を養う。今、桃を食するの人朮を忌むというは、非なり。之俗に中に用いて害なし。又、陳子皇は、朮を噉いて霍山に入る。山々に桃多くして之を食し、氣、續き、色を駐す。三百歳に至りて還り來るに、面色、美澤に、氣力、壯時の如し」と。

今案ずるに損害物に、和名 毛毛。

50 朮 キク科オケラの根 *Atractylodes* sp. 精油 *lone*, *atractylone*, *atractylodine*, *sesquiterpene*, *eudesmol* など成分が多いものである。(atractylol, atractyl-

51 梅實 本草に云う「味酸、平、毒なし。氣を下し、

熱を除き、煩滿するを主る。心を安んじ支體痛み、偏枯不仁し、死肌し、青黒の痣(瘰)、惡疾を去り、下利(痢)し、好く唾をはき、口乾くを止む」と。

50 崔禹は、「桃を食べると下痢するが、顔色が良くなる。肝の働きをよくする。桃を食べる人は白朮(オケラの根)を服用してはいけないという人もあるが、そんなことはない。胃に用いて害はない。又、話の中では、陳子皇という人は朮を食べて、霍山に入ったが、その山に桃が多く、それを食べたなら氣力が出て來て顔色もよくなって、とうとう三百才になってから、下山して帰って來たが、面色はつやがあつて、氣力も若い時と同じだった」といつている。

損害物を調べてみると日本の古代名は、モモ。

51 梅実 本草には、「味は酸っぱくて、平。毒はない。氣を下し、熱を取り除き、煩して腹が脹るのを治す働きがある」といつており、「胸苦しさをとり、手足や身体の半身の痛みや、痺れ、肌の荒れ、青黒い痣などを取り除き、下痢を止め、よく唾を吐くのを止め、口の渇きをなおすのがその効能である」とある。

52 陶景の注に云う「是れ今、烏梅なり。又、黄精を服するの人は梅實を禁ず」と。

53 蘇敬の注に云う「筋(筋)脉を利し、痺を去る」と。

54 崔禹の云う「味酸、大温。肝心を安んじ、氣を下す」と。

55 藥性論に云う「黒冗は、梅花、黄蓮を服して、雲臺に登る」と。

51 梅實 サクラ科ウメ *Prunus Mume* S. et Z.) の実(果実)。未熟果実を燻製にしたものを烏梅として薬に用いる。成分は、コハク酸、クエン酸、リンゴ酸、酒石酸、sitosterol, oleic acid, cerylalcohol 様物質などを含んでゐる。また、コレラ菌やチフス菌などの殺菌効果もある。

煩満 素問逆調論には、陰氣すくなくして陽氣勝つが故に熱して煩満をおこすとある。もだえ、わずらわしいこと。
偏枯不仁 半身不隨のことをいう。
死肌 知覚全麻痺のことをいい、しびれがつ

よく運動麻痺を起こしたものの。

52 烏梅 梅の未成熟果実を燻製してつくったものの。
黄精 スズラン科ナルコユリ *Polygonatum* sp. でアルカロイド反応物質を含み、血圧下降作用もある。

53 筋脉 人体の筋(腱)と脈(血管、淋巴管)のこと。

55 梅花 梅花は精油成分 (benzaldehyde, isoeugenol, 安息香酸、青酸、benzylalcohol, benzoic acid, benzylester など) を含み、生津、去痰、解毒などの効果がある。

52 陶景はその注の中で、「烏梅(未熟な実を薫製してつくったもの)をつくる。黄精を服用している人は梅実を食べてはいけな」といつてゐる。

53 蘇敬は、その注の中で、「筋脉に利益があつて、その痺れを治すことが出来る」といつてゐる。

54 崔禹は、「味は酸っぱくて、性は大いに身体を温める働きがある。肝や心を調和安定させ、氣を下す」といつてゐる。

55 藥性論には、「黒冗という人は、梅の花と、黄蓮を服用して、雲臺(宮中の高台)に登るのを日課とした」と記されている。

黄蓮 オダマキ科オウレンのことでアルカロイドや、樹脂、脂肪、色素を持ち、心中の煩悸を主治するという。苦味健胃剤である。

雲臺 本来は四川省にある山の名であるが、漢の時代に宮中の高台をいう。後漢の永平年間、明帝が前の時代の功臣を追念して二十八将の像を画かせた。黒冗はその画家で、常に身心を淨めるために梅花、黄蓮を服用してから雲臺に登ったという。

56 孟詵の云う「之を食せば、悶を除き、神を安んず」と。

57 七卷経に云う「味酸、平」と。

58 詩に云う「梅は香の類なり。又、含めば、以つて口を香わしくすべきなり」と。

和名 宇米。

59 栗子 本草に云う「味鹹、温、毒なし。益氣を主

る。腸胃を厚くし、腎氣を補い、人をして飢を忍ばしむ」と。

60 陶景の注に云う「人ありて脚弱を患えば、栗樹下に往きて數升を食せば、便ち能く起行す。此れは是れ、腎を補うの義なり。然してまさに生にて之を噉うべし」と。

56 孟詵は、「梅実を食べると、胸苦しさはなくなり、精神を安らかにする」といつている。

57 七卷経には、「味は酸っぱくて、平」とある。

58 詩には、「梅は香りのものだから、口に含んでおれば、口の香りをよくするものだ」とある。

日本の古代名は、ウメ。

59 栗子 本草には、「味はしおからくて、温める働きがある。

毒はない。氣を益し、胃や腸の働きをよくし、腎の働きをよくし、空腹感が出てくるようになる」とある。

60 陶景は注の中で、「もし脚氣の人がいるならば、栗の木の下に行つて、栗數升を食べると、よく歩けるようになる。これは、腎を補なうという理由によるものだ。そしてこれは、生のままで食べるのがよろしい」といつている。

61 蘇敬の云う「作粉すれば菱菱において勝る。生のものを嚼みて病に塗れば、筋骨の斷碎、疼痛、腫、瘀血を療するの効あり、孩兒に餌しむれば齒をして生ぜしめず」と。

61 蘇敬は、「栗を粉末にすれば、ヒシの実やオニバスの実に勝るものである。生のまま口でかんで、その患部に塗りつけると、外傷による筋骨の傷害、疼くような痛み、腫れ痛み、瘀血などを治す効能がある。子供にたくさん食べさせると、齒が生えなす」と云っている。

59 栗子 *Castanea chinensis* Hassk. の果実をいう。成分は澱粉、蔗糖、ブドウ糖、pentosan, 脂肪などを含み、血球の凝集作用がある。果皮のシブ皮はタンニンが多い。味鹹 五行説による腎水の位置は「しおからき」は腎に入り血に走るとしている。

61 作粉 粉食というのは穀物を乾燥して、粉末にして用いるわけだから、粉をつくることをいう。
菱菱 菱はアカバナ科シナヒシ (*Tiapa nansan* L.) の果殻をいう。これも作粉して食用に供するものである。
筋骨の斷碎 骨折のこと。

孩兒 幼いこども。

62 崔禹の云う「之を食するときは氣力を益す」と。
63 神農經に云う「食せば腰脚の煩を療す。炊きて之を食せば、氣をして擁がらしむ。風、水を患うの人は尤も食するに宜しからず」と。

62 崔禹は、「これを食べると、氣力が充実する」といっている。
63 神農經には、「栗を食べると、腰や脚のわずらわしさが治る。炊いて食べると、氣がふさがる。風邪、水毒の病をもつひとは食べない方がよろしい」とある。

64 孟詵の云う「今生栗を食するのところあり、熱灰中
にて之を煨き、纔かに汗を出さしめて即ち之を嗽
べし。甚だ氣へ脚氣なり」を破る。通熱せしむるを得
ず。熱すれば即ち氣を擁す」と。

65 兼名苑に云う「一名を撰子。一名を掩子」と。
和名 久利。

66 柿 本草に云う「味甘、毒なし。寒。鼻耳の氣を通
ずるを主る」と。〈腸癖不足〉

67 陶の注に云う「火薫せるものは性熱。斷下して日に
乾せるものは性冷。生柿は彌々冷」と。

68 蘇敬の注に云う「火柿は、毒を殺し、金火瘡を主り、
肉を生じ、痛みを止める。軟熟柿は、酒の熱毒を解
し、口干を止め胸間の熱を押す」と。

64 孟詵は、「栗を生で食べるところがあるが、熱灰の中に入れて
焼いて、少し水氣（汗）を出させて、食べるとよい。脚氣
の氣を破る。熱しすぎれば氣をふさぐのでよくない」といつて
いる。

65 兼名苑によると、撰子とか掩子などと名づけられている。
日本の古代名は、クリ。

66 柿 本草には、「味は甘く、毒はない。身体を冷やす働きが
ある。耳や鼻の通じをよくするのが、その効能である」とあ
る。

67 陶景の注には、「火熱で熟させた柿は、毒を殺す作用がある。
その性は熱である。干柿にしたものは、その性は冷である。生
の柿は、ますます冷となっている」とある。

68 蘇敬は、その注の中で、「火を通した柿は、毒を殺し、切り傷
ややけどを治す。肌肉を早く生じ、痛みを止める。軟らかく熟
した柿は、酒の熱毒を治し、口の渴きを止め、胸間の熱を下す
働きがある」といつている。

69 拾遺に云う「日に乾せるものは温、補。多食するとき
は、面^{めん}肝^{かん}を去る。飲酒に紅柿^{こうし}を食せば、心をして痛^{いた}か
らしめ、直に死に至らしむ。亦、酔^えいやすからしむ」
と。

70 陶景の注に云う「酒毒を解すと云うは誤りなり」と。

71 崔禹の云う「味甘、冷。下痢を主り、癰腫、口焦、
舌爛を理す」と。

69 拾遺には、「日に乾したものは温める働きがあり、補なう働き
がある。多く食べると、ニキビが消失する。酒を飲んで、熟柿
を食べると、胸が痛くなって死ぬことがある。又、酔いやすく
なる」とある。

70 陶景の注には、「酒毒を消すというのは間違いである」とある。

71 崔禹は、「味甘く、冷やす働きがある。下痢を止める。できも
の、口の渴き、舌のただれを治す」といつている。

66 柿 カキノキ科カキノキ Diospyros Kaki

Thunb. の果実で成分としては糖分（ブドウ
糖、果糖、蔗糖、mannit, mannan）リンゴ
酸、タンニン、pectin, shibuol, pipercolonic
acid, carotin, lycopin, zeaxanthin, leucodelph-
inidin glucoside, 酵素 (katalase, peroxylase)
ビタミンCなど。

腸澼 現代では細菌性下痢をいうが、小腸泄
とか大腸泄とかあるいは滞下などもこれに類
している。

耳は小陰腎の竅、鼻は大陰肺の竅であつ

て、腸澼（慢性の下痢）は肺金の陽経で、気
の不足によるものだから、腸澼不足を治すこ
とができる、とするのである。

67 火薰 柿は渋柿の場合、アルコールか熱湯な
どによって渋ぬきをするので火薰は、渋ぬき
の方法をいう。

断下して もぎとること。

68 火柿 火で処理をして渋ぬきをした柿をい
う。

金火瘡 金瘡は刃きず、切りきず。火瘡はや
けどのあとの瘡である。

軟熟柿 渋柿が木の上で熟してやわらかくな
ったものをいう。

69 面肝 面は顔。顔がどす黒くなったもので、
病的なものを指している。

71 癰腫 化膿性の腫瘍で、まだ化膿しきって
ないではれているもの。

口焦 口の中が自覚的に乾くものをいう。

72 孟詵云「柿は、鼻耳の氣を通じ、虚勞を補うを主

る。又、乾柿は腸胃を厚くし、中を温め、宿血を消す」と。

73 膳夫經に云「多食すべからず、人をして腹痛、下利せしむ」と。

74 兼名苑に云「一つには錦葉（葉）と名づく。一つには蜜丸と名づく。一つには朱實と名づく」と。

和名 加支。

72 虚勞 過勞のために肉体が衰弱して精神ともに困憊したものをいう。

75 梨子 本草に云「味苦、寒。人をして中を寒さし

む。金創、婦人は、尤も食すべからず。」と。

76 陶景の注に云「梨種は殊に多し、並べて皆、冷利す。

72 孟詵は、「柿は、鼻や、耳の氣を通ずる。虚弱で衰弱したものを補う。又、乾柿は消化器官を丈夫にし、胃を温め、血の滞りを解消する」といつている。

73 膳夫經という本では、「あまり多くは食べない方がよろしい。腹痛や、下痢を起こすことがある」といまして、

74 兼名苑には、錦葉とか蜜丸とか朱実などの名がある。

日本の古代名は、カキ。

75 梨子 本草には、「味は苦く、寒やす働きがある。特に胃を

冷やす。きりきずのある人や、婦人は、食べない方がよい」とある。

76 陶景は、その注の中で、「梨の種類はことの外多い。皆、冷や

俗人は以つて快菓となすも、薬用には入れず。之を食して人を損ず」と。

77 蘇敬の云う「梨を削りて、湯火の瘡に怙めば、爛れず、痛みを止めて差え易し、又熱嗽を主り、渴を止む」と。

78 通玄經に云う「梨は五臓(臟)の刀斧たると雖も、傷寒の妙薬と爲すに足れり」と。

79 崔禹云「之を食せば、傷寒、時行を除くの妙薬と爲す。但、多食すべからず」と。

75 梨子 ナシ科シナナシ *Pyrus sinensis* Lindl. の果実で、成分としては糖(果糖、ブドウ糖、蔗糖)リンゴ酸、クエン酸、pectin, protopectin, asparagine, 酵素(pectase, invertase, oxydase) ビタミンC、タンニン、amino-cyclopropane-1-carboxylic acid など。収斂作用などを利用して、電法として、また下痢に内服することなどもある。

味苦 苦いという意味であるが、五行説による五味というものは、実際に味わって甘くても、理論的には「心」の位置でなければならぬ。収斂作用をもつものは「苦」として扱う場合があるので注意せねばならないのである。

77 湯火の瘡に怙めば 梨をうすく切ってやけどの瘡に貼ることをいう。

して下痢しやすい。俗人は快果などといっているのだが、薬用にするのではない。食べても利益はないからだ」といっている。

77 蘇敬は、その注の中で、「梨を薄く削って、湯や火によるやけどにはりつけると爛れないで済むし、痛みを止めて、治りやすくなる。又、熱嗽を治し、のどの渴きを止める効能がある」といっている。

78 通玄經には、「梨は、五臓を傷つける刀や斧に例えられるけれども、傷寒のときの妙薬とすることが出来る」とある。

79 崔禹は、「梨を食べると、激しい風邪や、流行性の疫病を治す妙薬となる。ただ、あまり多くは食べない方がよい」といっている。

78 傷寒 寒に傷られると読むのであるが、邪氣に傷られて発病し、重劇猛烈なものをいうのである。

80 神農經に云う「味甘、毒なし。多食すべからず、人を
して委困せしむ」と。

81 孟詵の云う「胸中否寒、正本是塞」し、熱結するも
のは、生梨を多食すべし。便ち通ず」と。

82 又云う「寒は、客熱を除き、心煩を止む」と。

83 又云う「瘡、卒かに失音して語れざるものは梨を搗き
て、汁一合、之を頓服す」と。

84 又云う「卒かに咳するは凍梨を一顆、刺して五十孔を
作り、孔中毎に、一粒の枿(椒)を内れ、麵を以つ
て裹み熱灰に焼きて、熱を極めしめて出し、停めて冷や
し之を食せしむ」と。

85 又云う「皮を去り梨を割りて、蘇中に内れて煎じ、冷
やして之を食す」と。

86 朱思簡曰く「食せば宿病を發す」と。

87 以下、宇治本には載せず。醫本に在り、又、「凡そ、

80 神農經には、「味は甘くて、毒はない。あまり多くは食べない
方がよろしい。疲労させるからだ」とある。

81 孟詵は、「胸のつまった状態で熱の結ばれた病氣のときには、
生の梨をたくさんたべるとよろしい。治すことが出来る」とい
っている。

82 又、「寒の性質があるので、客熱を除去し、胸苦しさを止める」
といっている。

83 又、「にわかに失音してしゃべることが出来ないような時に、
梨を搗いて、汁一合を頓服すると治る」といっている。

84 又、「にわかに咳が出で、止まらないときは梨を冷やして、一
個の中に五十の孔をあけて、孔の中に一粒づつ山椒を入れ、む
ぎ粉でつつんで熱灰の中に入れて、熟し極まった頃に出して、
それを停めて、冷やして食べさせると、治る」といっている。

85 又、「皮を去って、梨を割って、紫蘇の中に入れて煎じ、これ
を冷して食べるとよい」といっている。

86 朱思簡は、「梨を食べると、ひそんでいる病が又出てくる」と
いっている。

87 以下は、宇治本には載っていないが、医本の中にこれがある。
又、「梨を用いて咳を治す場合には、皆、冷えるのを待ってか
ら用いる。喘息も定まってから食べさせるのがよい」といって

梨を用いて咳嗽を治するは、皆須からく、冷ゆるを待ち、喘息の定まるを候いて之を食すべし」と。

88 「今、愚夫、枳梨等を以つて衝氣す、熱して之を食せば、反つて嗽を成して拔救すべからざるなり」と。

89 兼名苑に云う「一名紫實、一名紫條、一名縹帶、一名六俗、一名含須」と。

今案ずるに損害物に、和名 奈之。

80 委困 疲労困憊せる状をいう。

81 胸中否塞 胸が寒えによつて痞えることをいう。

熱結 有熱性炎症が胸中に結ばれた状態をいう。

83 瘖 啞と同じであるが発声不能のことを指している。急に口がきけなくなった状態をいう。

頓服 しきりにのむ。時間を問わず服用すること。

84 枳 椒の略である。山椒のこと。

86 宿病 すでに持病として体内に持っているものが、ふつうは動かないが、その持病がうごき出すことを発するといふのである。

いる。

88 「愚夫は、山椒入りの梨を食べて、気が衝き上つて来たというが、まだ熱のままで、梨が冷え切っていないときに食することは咳がよけいに出て来て、救うことの出来ないようになってしまふものだ」といつている。

89 兼名苑には紫実とか紫條とか、縹帶とか、六俗、含須などの名がある。

損害物で調べてみると、日本の古代名は、ナシ。

90 棕

本草に云う「味苦、寒。多食せば人をして臚脹せしむ。病人尤も甚だし」と。

90 棕

本草には、「味は苦くて、寒やす働きがある。食べすぎると、腹が膨れ脹ってくるので、病人は特に注意しなければならぬ」とある。

91 崔禹云「内熱を除く。毒なし」と。

92 孟詵云「心氣を益す」と。

93 唐玄子張云「中焦、諸々の不足を補う」と。

94 廣志に云「棕に白、青、黄の三種あるなり」と。
今案するに損害物に和名 奈以。

90 棕 奈とも書き、ナシ科オオリンゴ Malus
pumila Mill. の果実であって成分としては
脂肪酸がある (lauric-, myristic-, palmitic-,
stearic-, oleic-, linoleic-, arachidic-, behen-

ic-, lignoceric-, cerotic-, montanic-, melis-
sic acid等)。
腫脹 腫は皮膚をさすのであるが腹が膨満す
る病氣を指す。

91 崔禹は、「体内の熱を取る働きがあって、毒はない」といつて
いる。

92 孟詵は、「心氣をふやす」といつている。

93 唐玄子張は「中焦のあらゆる不足を補う働きがある」といつて
いる。

94 廣志には、「棕には、白色、青色、黄色の三種類がある」とあ
る。

損害物を調べてみると、日本の古代名は、ナイ。

95 石榴

本草に云「味甘・酸。人を損ず、多食す

べからず。殻は下痢を療し、漏精を止む」と。
寸白 腹中を回る長蟲なりを根療す。

95 石榴

本草には、「味は甘く、酸っぱくて身体によくないか
ら、多くは食べない方がよろしい。殻は、下痢止めになるし、
精を漏らすものを止める働きがある」といつている。回虫、
腹中の虫を追い出す

96 崔禹云「多食すべからず、人の氣を損ず。世人云う

石榴花は赤々飯々として愛すべき故に多植して以つて延年花となすなり」と。

97 孟詵云「温。實は穀利、泄精を主る」と。

98 又云「齒を損じて黒からしむ」と。

今案するに損害物に和名 佐久呂。

95 石榴 ザクロ科ザクロ Punica Granatum L.

の果実および果皮であつて、成分としてはアルカロイド (pelletierine, isopelletierine, pseudopelletierine, methylpelletierine, isomethylpelletierine) タンニン (tannic, gallic acid), chebulinic acid, manni, equimol など

で体内の虫の駆除に用いることが出来る。また、転化糖、蔗糖、クエン酸、リンゴ酸、酵素 (invertin)、ビタミンCなどを含む。収斂、利尿の効があり咯血に内用することもある。

漏精 淫事を見聞することによって白淫をも

96 崔禹は、「多くは食べない方がよい。人の身体の働きを、悪く

する。世の中の人は、石榴花は、赤くて、輝きがあつて、愛らしいので、たくさん植えて、延年花などとよぶ」といつている。

97 孟詵は、「性質は温める働きをもち、その実は穀物を消化しないので下痢するのを治す。精を泄すのを止める力がある」といつている。

98 又、「齒をそこない、黒くさせる」ともいつている。

今損害物を調べてみると、日本の古代名は、ザクロ。

らす。遺精のこと。

蚘蟲 蛔虫のこと。

寸白 婦人疝痛の俗称をいうのであるが、寸

白虫といえは縲虫のことをいう。

99 枇杷

本草に云う「葉は平なり。卒かに嘔止まざるを主り、氣を下す」と。

99 枇杷

本草には、「葉は、性質は平であつて、むせんで止まらないのを治す働きがある。氣を下すからである。」とある。

100 崔禹云「子、これを食べば、氣を下す。噦、嘔逆を

止む。味甘。生にて噦えば、人を益す」と。

101 七卷經に云う「味酸。之を食べば五藏(臟)を安んず」と。

102 膳夫經に云う「人を益す」と。

103 孟詵云う「溫。五藏(臟)を利す。久しく食せば熱黃を發す」と。

和名 比波。

99 枇杷 ナシ科ジワ Eriobotrya japonica Lindl. の葉、果実、種子で成分としては葉には amygdalin, サポニン、タンニン、ブドウ糖、果糖、蔗糖、malose, dextrin、酒石酸、クエン酸、リンゴ酸などを含み、果実には転化糖、蔗糖、クエン酸、リンゴ酸、pectin, pentosan 酵素 (oxylase amylase, emulsin, invertin) 色素 (β -carotin, cryptoxanthin),

有機酸とか糖分を含むため、清涼止渴作用がある。また、種子は脂肪を含み、分解によつて、HCNを生ずる。杏仁の代用とされる。

嘔 吃逆のことで、からえずき。熱が内に鬱して煩するをいうと「赤水」にある。

100 噦 シャツクリ。かいと読む場合もある。

103 熱黃 全身及尿が黄色になる病気で、裏に瘀熱があつて、表位に達することが出来ないた

100 崔禹は、「子実を食べると氣を下す。しゃつくり、嘔吐、からえずきなど氣の上逆するのを止める働きがある。味は甘く、生で食すると利益がある」といつている。

101 七卷經には、「味は酸っぱくて、五藏がよく調和する」とある。

102 膳夫經には、「食べて利益がある」とある。

103 孟詵は、「温める働きがある。五藏の働きをよくする。長期間食べ続けると、熱性の黄疸が出ることがある」といつている。

日本の古代名は、ビワ。

めに起る病氣としてゐる。

104 彌猴桃

七卷經に云う「味甘、寒、毒なし。之を食

して、損益なし」と。

105 拾遺に云う

「味酸、温、毒なし。骨節風、難緩、不隨

して長く、變白を生じしもの、肉野鷄病を主る」と。

〈一名藤梨、又、羊桃〉

106 崔禹の云う

「之を食せば、中を和し肝を安んず。味甘、

冷。黄疸、消渴を主る。状は棗に似て、青黑色。一

節に數十莖を着け、莖頭に實を生ず。之を食せば、人

を利す」と。

和名 己久波。

104 彌猴桃

マタタビ科サルナシ *Actinidia chin-*

ensis Planch. の子実で、樹皮中には粘液物
があり薬用とするが、果実は、ブドウ糖、果
糖、galactopentosan, pectin を含み、骨節風、

難緩、不隨に野鷄痔、石淋等によいとされて

いる。

105 骨節風

膝関節の腫れる関節炎や、手足の節
々の痛むもの。

104 彌猴桃

七卷經には、「味は甘く、寒やす働きがあつて、毒
はない。これは、食べても、損にも益にもならない」とある。

105 拾遺には

「味は酸っぱくて、性質は温である。毒はない。関
節炎とか、手足の運動麻痺、そして、麻痺して長く経過して、
筋肉が白く血流の悪くなっているもの、痔などに効果がある」
とある。〈藤梨、とか羊桃という別名がある〉

106 崔禹は

「彌猴桃を食べると、中焦が調和するし、肝の働きを
よくする。性状は棗に似て青黒い色の実であり、一つの節から
数十の莖が出て、その莖の頭に実がつく。これを食べると利益
がある」といつている。

日本の古代名は、コクワ。

難緩 運動麻痺をいう。

不隨 半身が自由を失ったもの。

肉野鷄病 痔の一種。

107 郁子 本草に云う「味酸、平、毒なし。大腹の水腫、

面目四肢の浮腫を主り、小便水道を利す」と。

108 へ七巻経に云う「之を食せば水道を利す」と。

109 崔禹の云う「味酸、冷。未熟のものは、毒あり、之を

食せば狂を發す。熟するものは、之を食せば、人を益す」と。

和名 宇倍。

107 郁子 サクラ科ニワウメ *Prunus japonica*

Thumb. の実であって、根や核仁は薬用に用いられている。実は食べられるがよく熟して

いなしと毒がある。
大腹 臍の上をいう。中脘と同じである。
水道 体液の流れる道をいう、ふつう汗や小

便の流れの悪い場合を水道が通じないなどというわけである。

107 郁子 本草には、「味は酸っぱくて、性質は平である。毒は

ない。上腹部や、顔、目、手足のむくみを主効としており、小便の出をよくして、よく水を導く」とある。

108 へ七巻経には、「これを食べると、身体の中の水の流れをよくする」とある。

109 崔禹は、「味は酸っぱくて、冷やす働きがある。未成熟のものには、毒があるので、食べると精神異常を起こす。熟したものは身体のためによい」といつている。

日本の古代名は、ウベ。

110 通草 本草に云う「味甘、平、毒なし。惡蟲を去り

脾胃の寒熱を除き、九竅、血脈、關節を通利するを主る。人をして忘れせしめず。恆に脾、痺して眠ら

110 通草 本草には、「味は甘く、性質は平で、毒はない。悪い

虫を駆除し、消化器官の、寒熱を除去し、九竅、血脈をよく通じさせ、關節の流れをよくする。物忘れをしないようになる。日ごろ、消化器の働きが鈍って、居眠りする人で、胸苦しく

んと欲して心煩し、噓し音聲を出すを利し、耳聾を療し、癰腫を散じ、諸結消せず、及び金創、惡瘡、鼠瘻、墮胎、三蟲を去る。一つには丁翁と名づく」と。

III 拾遺に云う「二名、好手子。算袋の如し」と。

112 崔禹の云う「之を食して痰水を去り、赤白下利(痢)を止む。味甘、溫」と。

和名 安介比。

110 通草 アケビ科アケビ Akedia Quinata Dec.

であって、ふつう蔓茎は木通といい、果実は葡萄子という。脂肪酸 (palmitic, stearic, oleic, linoleic, acetic-acid) を含んでいる。

九竅 目2つ、耳2つ、鼻2つ、口、尿道、肛門の九つをいう。

耳聾 つんば。多くは熱によりおこるといわれる。

癰腫 化膿性の疾患だが、ふさがって機能不全の状態となっているオデキをいう。

鼠瘻 瘰癧のこと。

墮胎 人工的に妊娠を中絶することをいうのであるが、墮は高いところからおちることを意味している。

三蟲 蛔虫、蟯虫、寸白虫(條虫)の三つをいう。

て、シャッキリなどの音の出るのを治し、耳の聞こえにくいのを治療することが出来、できものを散らし、結塊のなかなか治りにくいものや、切創、悪性のおでき、のどや首の腫れるもの、流産しそうなものを止め、腹中の虫を駆除するなどの効能がある。丁翁という名で呼ぶこともある」とある。

III 拾遺には、「好手子という名もあって、丸い袋のようなものである」とある。

112 崔禹は、「これを食べると、水毒を治すことが出来、赤痢、白痢を止める。味は甘くて、温める働きがある」といつている。

日本の古代名は、アケビ。

III 算袋 百官が筆硯を入れて帯びる丸型の袋をいう。

113 山櫻桃 さんおうとう

七卷經に云う「味甘、平、毒なし。之を食して損益なし。或は云う。食せば、心氣を補い、中を調え、人をして、面色を好からしむ。此れに二種あり、一つは、白櫻子、春早く、榮げるところ、花白し。味苦。食せば、人をして頭痛せしむるなり。一つは、黑櫻子。花紅白。味甜美なり。伯潛人は良菓となす。皆の云う、山菓、美なるものは、唯黑櫻子のみ」と。
和名 也末毛々。

113 山櫻桃 やまざくら

七卷經には「味は甘く、性質は平で、毒はない。これを食べても損にも益にもならない。又、食べると、心氣の補いになるし、胃の働きをよくし、顔色がよくなるといっている。これには二種あつて、一つは白櫻子といつて、春早くに茂つてその花が白く、味は苦い。食べると頭が痛くなる。もうひとつは黑櫻子というものであつて、花は、紅白である。味はすこぶる甘い。伯潛人たちは、良果としてゐる。多くの人の言っている山果でおいしいのは黑櫻子だけだ」とある。
日本の古代名は、ヤマモモ。

113 山櫻桃 さんおうとう サクラ科サクラ属のヤマザクラ
Prunus Janasakura Sieb. またはヒザクラ

P. campanulata Max. の果実で黒く熟するものが多いとされている。

114 木蓮子 もくれんし

崔禹の云う「之を食して、中を安んじ、肝氣を養う。味甘・酸、冷、毒なし。火爛瘡、煩毒を主る。性は滑利、葉は郁に似て、實は機子の如し。へ余

114 木蓮子 いたび

崔禹は、「これを食べると胃が楽になり、肝の氣をよくする。味は甘くて酸味もある。冷やす働きがあつて、毒はない。火傷の爛れたもの、毒のために胸苦しいものなどを治す。その性質は、滑利である。葉は、ムベに似て、その実は柚

和名 伊太比。

日本の古代名は、イタビ。

F. et S. (F. foveolata Wall.) の果実。副交

肝氣 怒りやすく眠られず性急になるもの

で、肝臓のほかには他の神経症状の機能を伴うものをいう。

れている。火は充血を意味する場合もある。

と。

く便を出すはたらきという意味である。

くす三寸。中は枳に似てこれを食しても味

木の名で柚の類。

寝加 発音を「はい」と「か」とよんで下さいという意味である。

七卷經に云う「味甘、平。之を食するも損益

無し。^な多く^{おお}食^{しょく}せば、人^{ひと}をして頭痛^{かしらいた}からしむ」と。

七卷經という本には、「味甘く、平。これは食べて損

もないが益にもならない。多く食べると、頭が痛くなる」とあ
る。

terophylla Fisch. の果実で脂肪酸 (stearic-

ことがある。

116 崔禹云う「之を食せば、目を明にし、三蟲を去る。味甘、小しく澁、冷、毒無し。久しく食せば、身を軽くし、老いに耐う。樹は杏に似て、實は櫟子の如し。蒸(蒸)して之を噉うに于いて、人の氣を益す」と。
今案するに、損害物に和名、波之波美。

116 杏 サクラ科アズ

櫟子 くぬぎの実であるが古名は「つるばみ」といった。

117 胡桃人(仁) 七卷經に云う「味甘、溫。之を食せば、積氣を去る」と。

118 博物志に云う「張騫、西域に使いし、還る時、胡桃を得たり。故に之を名づく」と。

119 崔禹云う「之を食せば、氣を下す。味甘、小しく冷、毒無し。喉痺を主り、白蟲を殺し、人の痰をして動

116 崔禹は、「これを食べると、目が良くなる。虫を下す。味は甘く、すこし渋く、身体を冷やす働きがある。毒はない。長期間食べると、身体が軽くなって、年をとらない。樹は杏の木に似ていて、実は、櫟の実に似ている。蒸して食べると氣力が出てくる」といっている。
日本の古代名は、損害物によると、ハシバミ。

117 胡桃仁 七卷經という本には、「味は甘く、温める働きがある。これを食べると、腹中の塊り、つかえがとれる」とある。

118 博物誌によると、「張という人が西の方面に用事があって往って、その帰り途でこの胡桃を見つけて持ち帰ったのでこの名がある」とある。

119 崔禹は、「これを食べると氣を下す。味は甘く、少し冷やす作用がある。毒はない。のどの病氣を治すのが主な効果であって、ある種の驅虫効果もある。痰のある人は、それを動かすこ

かしむ」と。

120 孟詵云う「卒に多く食す可からず。淡飲を動ず。日月

を計え、漸に服食せば、経絡を通じ、人の鬢髪を黒くし、毛生え、能く一切の痔病を差やす」と。

121 千金方に云う「多くは食す可からず。人をして惡心せしむ」と。

122 拾遺に云う、「味甘、平、毒無し。之を食せば、人をして肥健にし、膚を潤し、髪を黒くし、野鷄病へ痔病の名なり。を去らしむ」と。

和名 久留美。

117 胡桃仁 クルミ科クルミ（マルオニグルミ）

Juglans regia L. var. sinensis DC. の子仁で成分としては脂肪油、蛋白質、蔗糖、ブドウ糖、澱粉、dextrin, globulin, lecithin, pento-san, juglansin, corylin, ビタミンB₁、などで民間では毛髪脱落に用いたり潰瘍に効くとされてゐる。

積氣 胃腸とか子宮のけいれんを指す場合もあるが、腹内の凝結物を指す場合もある。

118 張騫 漢の時代の人でもとは商人。武帝に召し抱えられ、たびたび西域（雲南省）に行つた。史記にも載せられている。

119 喉痺 扁桃腺炎や急性喉頭炎など喉中閉塞して通じない状をいう。

とがある」といつている。

120 孟詵は、「にわかには、たくさん食べない方がよろしい。体内の異常分泌物を動かすことがあるからだ。日数とともに、だんだん多く食べるようにしていけば、気血の通過が良くなって、髪や、鬢の毛を黒くするし、禿けている毛が生えてくる。あらゆる痔を治す効果がある」といつている。

121 千金方には、「多くは食べない方がよろしい。人によっては、胸が悪い状態になることがある」とある。

122 本草拾遺という本には、「味は甘く、平。毒はない。これを食べると、健康な肥え方の身体になる。肌には潤いが出てくるし、髪は黒々となり、痔の病のひとつである野鷄病を治す働きがある」とある。

日本の古代名は、クルミ。

120 淡飲 体液が胃腸にたまり声を出す体液障害をいう。

経絡 生体の気が体内をめぐるのを経絡といっている。素問には、直行するものを経といひ、旁出するものを絡という、とある。

121 惡心 胸わるく吐きたいような心持がすることをいう。

123 椎子^{すいし} 七卷食經^{しちかんしょくきやう}に云う「味甘^{あじかん}、平^{へい}なり。之^{これ}を食^{しょく}せ

ば、人^{ひと}を補益^{ほえき}し、飢^うえに耐^たう。甲^{こう}を去^さり、屑^{こな}を作^{つく}り、蒸^むして之^{これ}を食^{しょく}せば、穀^{こく}を斷^たつこと橡子^{しょうし}に勝^{まさ}れり」と。

124 崔禹^{さいいう}云う「味甘^{あじかん}、小^{すこ}しく温^{うん}、毒^{どく}無し。五藏^{ごぞう}(臟)を補^{おぎな}

い、中^{うち}を安^{やす}んずるを主^{つかさど}る。又^{また}た櫨^{れき}の子^み有^あり。相^{あい}似^にるも、椎^{すい}よりも大^{だい}なり」と。

和名^{わみょう} 之^し比^ひ。

123 椎子^{すいし} ブナ科シイノキ *Castanopsis cuspidata*

Schott. var. *Thunbergii* Nak. (Shima Siebol-)

櫨子^{れきし} (dii Mak.) の実でタンニンを含む。

椎子^{すいし} ブナ科クヌギのことをいう。古代名は

124 櫨^{れき} つるばみといった。木の名でクヌギ。櫨に同じ。

125 橡實^{しょうじつ} 本草^{ほんそう}に云う「味^{あじ}苦^く、微温^{びうん}、毒^{どく}無し。下利^{げり}(痢)

を主^{つかさど}り、腸^{ちよう}(腸)胃^いを厚^{あつ}くし、人^{ひと}を肥健^{ひけん}にす」と。

126 七卷經^{しちかんきやう}に云う「味^{あじ}澁^{しぶ}く、毒^{どく}無し。藥^{くすり}に非^{あら}ず、穀^{こく}に非^{あら}ずして、最^もも人^{ひと}を益^{えき}す。之^{これ}を服^{ふく}する者^{もの}、未^{いま}だ能^よく穀^{こく}を斷^た

123 椎子^{すいし} 七卷食經^{しちかんしょくきやう}には、「味^{あじ}は甘^{かん}く、平^{へい}。食^くべると、人^{ひと}を補益^{ほえき}

し、飢^うえないようになる。穀^{こく}を除去^{てい}して、粉末^{こな}にして蒸^むして食^くべると、穀^{こく}を食^くべなくても生きられ、橡^{しょう}の実^みよりも優れたものである」とある。

124 崔禹^{さいいう}は、「味^{あじ}は甘^{かん}く、少^{すこ}し温^{うん}める働^{はたら}きがある。五藏^{ごぞう}の榮養^{えいよう}となる。胃^いの調子^{てうし}をよくするのが主^{しゅ}な効果^{こうか}である。また櫨^{れき}の実^みがあるがよく似^にていて椎^{すい}の実^みよりも大きい」といっている。

日本^{にっぽん}の古代^{こくど}の名^なは、シイ。

125 橡實^{しょうじつ} 本草^{ほんそう}には、「味^{あじ}は苦^くく、わづかに温^{うん}める作用^{さくよう}がある。毒^{どく}はない。下痢^{げり}に効果^{こうか}があつて、胃^いや腸^{ちよう}を丈夫^{ちやうぶ}にして健康^{けんこう}な肥

え方^{かた}になる」とある。

126 七卷經^{しちかんきやう}には、「味^{あじ}は澁^{しぶ}く、毒^{どく}はない。藥^{くすり}として使^{つか}うことはない。又^{また}穀物^{こくぶつ}でもないが、食^くべて利益^{りやく}のあるものである。これ^{これ}を食^くべ

たず」と。

127 養生要集に云う「橡を啖うを勝れりと爲す。氣なくし

て、氣を受け、味なくして、味を受け、食を消して、

利(痢)を止め、人をして強健ならしむ」と。

和名 以知比、都留波美乃美。

125 橡實 ブナ科クヌギ *Quercus acutissima*

(Carr.) の果実。成分は澱粉とタンニンを含ん

でる。

る人で、穀物を食べなくてもよいという人はいない」とある。

127 養生要集という本には、「橡の実を食べるにこしたことはない。

そのものに気はないが身体の氣を引き出すし、そのものに味はないが、味を引き出して、食べたものをよく消化させ、下痢を止め、健康な身体になる」とある。

日本の古代名は、イチイ、ツルバミノミ。

128 榧實 本草に云う「味甘。五痔を主り、三蟲、蟲毒

の鬼注を去る」と。

128 榧実 本草には、「味は甘く、あらゆる痔に効果があり、又、

いろいろの虫を除く」とある。

128 榧實 カヤノキ科カヤノキ *Torreya nucifera*

S. et Z.) の種子で、成分としては脂肪酸

(palmitic, stearic, oleic, linolic acid)。条虫

にようしといふ意味である。

三蟲 蛔虫、蟯虫、條虫の三つをいう。いわ

ゆるすべての腹中の虫をいう。

蟲毒 腹の中の虫だが、疳虫などのように虫

のせいだとするものを蟲毒という。

鬼注 鬼は邪をさしてい、注はそそぐとい

驅除の効があるという。

五痔 肛門の病気で牡痔、牝痔、氣痔、酒

痔、血痔などにわかれてゐるが、すべての痔

うことで、鬼邪の氣が人体に注ぐことにより

起こる。あるいは癆病の癆虫が伝染して起こ

るともいわれる。鬼注に同じ。一族が相次いで

罹る病氣のことをいうのである。

129 陶景の注に云う「其の子を食せば、乃ち寸白を療すと

言う。復た餘の用有らず、藥方に入れず」と。

130 へ七卷經に云う「之を食せば身を軽くし、腹中の蟲を去る」と。

131 馬琬の曰く「常に之を食するものは三蟲生ぜざるな

り」と。

和名 加倍乃美。

132 覆盆子 本草に云う「毒無し。氣を益し、身を軽く

し、髪をして白からざらしむ」と。

133 陶景の注に云う「蓬蘽は、是、根の名にして、覆盆子

は、是、實の名なり、方家用いず。乃ち昌容は服し

以つて顔色を變うる所の者なり」と。

129 陶景は、その注で、「樵の実を食べると、身体の中の目に見え

ない虫を除去する」といっており、「その余の効能はないから藥方の中には入れないのだ」といっている。

130 へ七卷經には、「これを食すれば身体が軽くなって腹中の虫を除去することが出来る」とある。

131 馬琬は、「これを常に食べていれば、腹中にあらゆる虫の害を受けることはない」といっている。

日本の古代名は、カバノミ。

132 覆盆子 本草には、「毒はない。元氣を出させ、身体を軽く

し、頭髮を白くしない働きがある」とある。

133 陶景の注には、「蓬蘽というのは根を指して名づけ、覆盆子は実を指して言う。神仙家は実を用いない。昌容という仙人は、根を服して、顔色を良くしたという物語りがある」とある。

134 蘇敬の注に云う「覆盆子、蓬蘽は、一物の異名なり。

本より、實は根に非ざるを謂うなり」と。

135 崔禹云「覆盆は、味酸、美しくして、香し。氣力を益し、五臓(臟)を安んずる、を主る。是、烈眞の、常に之を噉いて、遂に仙に登るなり」と。

和名 以知古。

134 蘇敬は注で、「覆盆子と蓬蘽とは同じものであって、一物異名があるだけだ。本来は実と根とはちがう効果があるからだ」といつている。

135 崔禹は、「覆盆は、味は酸っぱくて美味で香りもよろしい。氣力を出させ、五臓を調和させる、という効力が非常に大きくて、これを常に食べていると、遂には仙人になることが出来る」といつている。

日本の古代名は、イチゴ。

132 覆盆子 バラ科トックリイチゴ Rubus core-

anus Mid. の果実で成分はリンゴ酸、酒石酸、糖分、色素 (anthoxanthin)、ビタミンCなどを含む。

133 蓬蘽 バラ科シマバライチゴをあてているので種類がちがうがクサイチゴの類である。

昌容 仙人の名で、常山道人ともいい、蓬蘽の根を食って二百余年なのに、顔色は壮者の

如くであったという。列仙伝には、自称殷の王子。蓬蘽の根を食い、之を見る者二百余年顔色二十許りの人の如しとある。

136 胡頹子

馬琬云「味甘、冬を凌ぎて凋まず。之を

食せば、五臓(臟)を補益す」と。

136 胡頹子

馬琬は、「味は甘くて、冬を凌ぎ、そして凋まない。これを食べると、五臓の調子がよくなるし、虚を補い益する」といつている。

136 胡頹子 グミ科ナワシログミ Elaeagnus pun-

gens Thunb. の子実をいう。成分としては色

素 Lycopene が知られている。

137 膳夫經に云う「之を食せば、人を益する者なり」と。

和名 久美。

137 膳夫經には、「これを食すると利益がある」とある。

古代の日本名は、グミ。

138 甘蔗 本草に云う「味甘、平、毒無し。氣を下し、

中を和し、脾氣を補い、大腸(腸)を利す」と。

139 崔禹云「之を食せば、氣を下す。小しく冷。廣溷

(洲)に大いに種う。一、三年を経れば、乃ち生い、

高大なること竹の如くして、一、三丈を過ぐ。其の汁

を取りて以つて沙糖を爲らば、甚だ風痺を理め、面色

を益す」と。

和名 久美。

138 甘蔗 本草には、「味甘く、平。毒はない。氣を下す。胃の働きを良くし脾の働きを補って、大腸の働きを良くする」とある。

139 崔禹は、「これを食すると氣を下す。少し身体を冷す作用がある。広州にたくさん栽培してあって、二、三年経つと、よく伸びて、茎は竹のようになる。大きなものは二、三丈にもなる。その汁を採取して砂糖をつくる。リウマチ様疾患は治る。顔の色も良くなる」といつている。

日本の古代名は、クミ(サトウキビである)。

138 甘蔗 イネ科サトウキビ *Saccharum officinarum* L. の幹茎。成分は、蔗糖、ブドウ糖、

果糖、蠟物質 (phytosterin, sitosterin, stigmasterin, caproic-, linolic-, myristic-, palmitic-, stearic acid) タンニン、酵素 (oxydase,

tyrosinase, lactase) α -carotin などを含んで

いる。

脾氣 現代医学にいうところの脾臓ではなくて、脾というのは飲食物の分解、排泄、及び水分代謝を主として主たるものとしてゐるか

ら、むしろ脾胃といった場合は消化器を意味してゐる。

139 風痺 病が陰にあるものを痺といひ、陽にあるものを風といひ、陰陽ともに病むものを風痺といひ、しびれ感をいう。

140 葡萄陶

本草に云う「味甘、平、毒無し。筋(筋)骨、濕痺を主り、氣を益し、力を倍にし、志を強くす。人をして肥健し、風寒を忍ばしむ。久しく食せば、身を軽くし、老いず、年を延ぶ」と。

141 陶景の注に云う「魏(魏)國、人をして賣來せしむ。

狀、五味子の如くして、甘く美し。北國の人、多く肥健にして、寒に耐うるは、蓋し斯を食せるか。淮南に植えずとは、亦た橘の、河北に變るが如し」と。

142 崔禹云う「之を食せば氣力を益し、風冷を除く。味甘、少しく冷。面色を益す」と。

140 葡萄陶 葡萄は葡と同じ陶は萄に同じ。ブドウ科

ブドウ *Vitis vinifera* L. の果実で成分としては、糖のほか invertin, inosit, pentosan, pectin, leucine, tyrosine, lecithin, フラボン体、酒石酸、クエン酸、リンゴ酸、ブドウ糖、酢酸、乳酸、コハク酸、タンニン、色素、ゴ

140 葡萄

本草には、「味は甘く、平。毒はない。筋肉の痛み、骨痛、関節痛などによろしい。氣を益し、その力を倍する。精神力を強くし、肥えて強健な身体となって、寒さや風に強く耐えられるようになる。長期間食べると、身体が軽くなって、いつまでも若々しくて、長寿になる」とある。

141 陶景はその著の注のところで、「魏の国が使いの者を出してもってこさせたものだ。それは形状がサネカズラの実のようで、甘くておいしい。北國の人が、寒さに耐えて、肥健なのはこれを食べているからだ。淮南に植えてないのは、古代のことわざ淮南の橘を淮北に植えると変化して枳になるとの古事を思い出して、北國のものは北國に立派なものが育つのだと思ひ当ったのだ」といつている。

142 崔禹は、「これを食べると、氣力が倍増し風邪を引かなくなる。味は甘く、少し冷やす作用があり、顔色が良くなる」といつている。

五味子 マツブサ科サネカズラであるが、チ

ヨウセンゴミシをあてている。

橘の河北に變る 淮南の橘を淮北に移植すれば枳になる(淮南橘、淮北枳)の古事をいつう。

141 魏國 中国の戦国時代の国名で秦に亡ぼされた。

賣來 金や財を与えて出だせるといふ意味だから使いの者というわけであらう。

143 孟詵云「之を食せば、腸（腸）間の水を治し、中を調う。其の子多く食すに耐えず。人をして卒に煩悶せしむ」と。

144 七卷經に云う「味甘、平、酒を作る可し。水を逐い小便を利す」と。

145 廣志に云う「蒲陶に、黄、白、黒の三種有るなり」と。
和名 衣美。

146 桑（桑） 本草に云う「蘇敬曰く、味甘、寒、毒無し。單食し、渴きを消すを主る」と。

147 七卷經に云う「桑（桑） 樞、漢武傳に曰う、西王母、神仙の上藥に、扶桑丹有るは、所謂、樞なり」と。

148 孟詵云う「性、微寒。之を食せば、五藏（臟）を補い、耳目をば總明にし、關節を利し、經脈を和し、血氣を通じ、精神を益す」と。

143 孟詵は、「これを食べると腸の中の水気をとって胃の働きをよくする。そのたねは食べるに耐えないものだから、食べない方がよい。食べるとにわかには煩悶することがある」といっている。

144 七卷經という本には、「味は甘く、平である。酒をつくるとよろしい。身体の水毒を駆逐し小便の出をよくする」とある。

145 廣志には、「ブドウには、黄、白、黒の三種類がある」とある。
日本の古代名は、エミ。

146 桑 本草には、「蘇敬曰くとして、味は甘く、寒やす作用がある。毒はない。それだけを食べて、のどの渴きを止める」とある。

147 七卷經には、「桑の実は、漢武傳に、西王母が仙人の食べる上薬の中に桑の実とあるのは、この樞のことだ」とある。

148 孟詵は、「桑の実の性質というものは、少し冷やす働きがあつて、これを食べると、五臓を補うことが出来、耳や目がはつきりしてくるし、關節がよくなり、氣血の流れがよくなって、精神を強くする」といっている。

和名 久波乃美。

日本の古代名は、クワノミ。

146 桑椹 クワ科ヤマグワ *Morus bombycis*

Koidz. の果実。成分としては糖分 *pectose*、
ゴム質、コハク酸、色素 (cyanidine 配糖体)、
フラボノイド (isouqueritrin) などを含み、熱
病、咽喉炎、下痢、小児驚口瘡などに用いら

れる。

147 漢武傳 正式には漢武帝内伝で、斑固の作と
伝えられる一巻がある。しかしこの中に仙薬

の記載はないので、漢武の他の書物かも知れ
ないから、この場合七卷経中の文として読む

ほかない。

西王母 仙人の名で、楊という姓であった。

神仙の上薬 仙人になる薬の中で、一生涯の
み続けてよい薬を上薬とした。

149 署預

本草に云う「味甘、温、平、毒なし。傷中を

主とする。虚羸を補い、寒熱邪氣を除く。中を補い、

氣力を益し、肌肉を長ず。頭面の遊風、風頭、目眩を

主する。氣を下し、腰痛を止め、五臓を充たし、陰を

強くす。久しく服せば、耳目を聰明にし、身を軽くし

飢えず、年を延ぶ。一名を山芋という。秦楚において

は玉延と名づけ、鄭、越においては土藷と名づく」と。

150 陶景の注に云う「之を食して、以つて糧に充つ」と。

149 署預

本草には、「味は甘く、その性質は、温める、あるいは

平としており、毒はない。中焦の働きを調えるのがその効能で

ある。虚弱、栄養不足を補って、寒邪、熱邪を除去する。氣力が

でてきて肌や肉を盛りあがらせる。顔や頭に出来るホロセや、

めまいを治すのがその効能であって、氣を下し、腰の痛みを止

め、五臓の働きを充実させ、精力を強くするので、長期間服用

すれば、耳や目が明らかに身体が軽くなり、飢餓感をな

くして、長命となる。一つには山芋という名で呼ぶ。秦や楚で
は玉延といい、鄭や越においては、土藷といっている」とある。
150 陶景は、その注の中で、「これを食べると、穀物のかわりにな
る」といっている。

151 蘇敬の注に云う「曰干して、搗き篩い、粉と爲し、之を食せば、大美なり」と。

152 崔禹の云う「之を食せば、肌肉を長じ、陰の氣を強くす」と。

153 七卷經に云う「之を食せば、氣力を益し五臟(臟)を充つ」と。

154 膳夫經に云う「中を補い、陰を強くす」と。

155 兼名苑に云う「一名、諸蕒。〈署預は音一つなり〉一名、延草」と。

156 雜要訣に云う「一名王茅」と。

和名 也末都伊毛。

149 署預 ヤマノイモ科ヤマノイモ Dioscorea Batatas Decne. form. の塊根。澱粉、糖粘質物 (mucin)、glucosamine, tyrosine, leucine, glutamic acid, globuline, 3,4-dehydroxy-phenylalanine, chlorogenic acid, arginine, choline, allantoin, mannann, diastase など

151 蘇敬は、その注の中で「日に干して、搗き、篩って、粉末にして食べると、大へんうまい」といつている。

152 崔禹は、「これを食べると、肌や肉がよくなって、性交にも強くなる」といつている。

153 七卷經には、「これ食をべると、氣力が出るようになり、五臟が充実する」とある。

154 膳夫經には、「中焦の補いとなり、性交も強くなる」とある。

155 兼名苑には、「諸蕒又、ひとつには延草ともいつている」とある。

156 雜要訣には、「王茅という」とある。
日本の古代名は、ヤマトイモ。

成分として発表されている。種類もかなり多い。

傷中 「横隔膜は、清濁を上下に分けて蔵に入れる。もしその膈を傷れば臓氣の陰陽が乱れる。これを傷中という」と類經では説明している。

虚羸 精氣が虚して身体がやせ細ることをいう。

遊風 ジンマシンのことをいう。

陰を強くす 精力特に性交能力をいう場合もある。機能をつよめるという意味である。

150 糧 糧と同じ。

157 零餘子

拾遺に云う「味甘、温、毒無し。虚を補い、

腰背を強くし、飢えず。蒸（蒸）して食す。曬し乾さば、功用は署預よりも強し。此の署預の子の、葉の上に在りて生うること大なる者は、卵の如し」と。

和名 奴加古。

157 零餘子

拾遺には、「味甘く、身体を温め、毒はない。虚しているものを補助するので、腰とか背を強健にし、これを食べると飢えることはない。蒸して食べるとよい。晒して干しておくと、その効能は、山芋よりも一層強い。この山の芋の茎蔓と、葉柄の間に出来るもので、大きいものは鶏卵のようなものもある」とある。

日本の古代名は、ヌカゴ。

157 零餘子

ヤマノイモの葉腋に一個ずつ卵状の

来る。

灰黄褐色のものがついたものをムカゴと言っている。形は卵のようで、粘液を持っているのでヤマノイモと同じように食べることが出

飢えず ふつう空腹を感じないという訳し方が多いが、食いすぎは飢えるからであって、

空腹を感じないのとはちがうのである。飢餓

にしなければ飽は起こらないので、この場合、やはり飢えを感じないと考えるべきである。

曬し 晒の古字である。

158

薺

崔禹云う「之を食せば、腸（腸）胃を厚くし、

氣力を益し、飢えを止む。味苦、小しく甘、毒無し。

小しく温。面色を駐むること麥豆に勝る。焼き蒸（蒸）して粮に充つ」と。

和名 止己呂。

158 薺

崔禹は、「これを食べると、腸や胃を丈夫にし氣力を強くし、飢えることはない。味は苦くて、やや甘味がある。毒はない。少し身体を温める働きがある。顔の色を良くするのは麦類、豆類よりも上等である。焼いたり、あるいは蒸して食糧とすることが出来る」といっている。

日本の古代名は、トコロ。

158 薺 ヤマノイモ科オニドコロ Dioscorea trifida, dioscorea-sapotoxin A, B, yononin, sinodiosgenin などが含まれている。草薺と Tokoro Mak. の根茎で成分としてのはサポニン (dioscine (dioscorea-saponin), gracillin, enin, tokorogenin, yonogenin, kogagenin, 4000 はらわれるものである。

159 芋 本草に云う「味辛、平、毒あり。腸胃を寛くし、肌膚を充たし、中を滑かにするを主る。一名を芝と云う」と。

160 へ陶景の注に云う「生なるときは則ち毒あり、茹し。食すべからず。性は滑にして石を下す」と。

161 崔禹の云う「味鹹・唆、小しく温。中を滑す。之を多食せば人の性命を傷る」と。

162 神農經に云う「多食すべからず。宿冷を動す」と。

163 孟詵の云う「腸胃を寛く緩にするを主る。死肌を去り脂肉をして悦澤ならしむ」と。

164 七卷經に云う「毒あり、能く石を下す」と。

159 芋 本草には、「味は辛く、性質は平で、毒がある。胃や腸をゆるくし、肌を充実させ、中焦を滑らかにする。ひとつには、芝と名づけるものがある」とある。

160 へ陶景は、その注の中で「生であるときは毒があつて、収斂作用があつて食べられない。性質が滑らかであるから、結石を下す作用がある」といつている。

161 崔禹は、「味はしおからく、えぐ味があつて、少し温める作用がある。中焦を滑らかにする。しかし、食べすぎると生命にかかわるようなことになり、害がある」といつている。

162 神農經では、「あまり多くは食べない方がよろしい。慢性的な病の冷えが再発する」とある。

163 孟詵は、「胃や腸をゆるめる。衰えた肌膚を若返らせ、美しくする」といつている。

164 七卷經には、「毒がある。しかし結石を下す作用がある」とある。

165 列仙傳に云う「昔、酒客が、梁のために、忤むるに、

民をして益々芋を種えしむ。後三年、まさに大いに飢すべきも、梁の民、飢え死にせず」と。

166 兼名苑に云う「一つには長味と名づく。一つには、談善と名づく」と。

167 養生要集に云う「芋種えて三年、收せずんば野芋となる。之を食せば人を殺す」と。

168 又云う「野芋に中毒するを治するの方。煮たる大豆の汁を冷やして之を飲む」と。

又の方「土漿、之を飲む」と。
和名 以倍都以毛。

159 芋 サトイモ科サトイモ *Colocasia antiquorum* var. *esculenta* Schott. (C. *esculenta* Schott.) の根茎の若嫩のもので成分としては澱粉、粘液、choine、ブドウ糖複合体などを

165 列仙傳には、「昔、酒飲み友達が、梁の国で、さかんに芋を植

えつけるのをすすめたが、三年後の大飢饉の年に、梁の人民は飢え死にせずに済んだ」と記されている。

166 兼名苑には、「長味と名づけている。又、談善という名もある」とある。

167 養生要集には、「芋、植えてから三年経って収穫しなければ、野芋となって、これを人が食べると害がある」とある。

168 又、「野芋の中毒を治すには、大豆の煮汁を冷やして飲むとよい。又、土漿を飲めばよい」とも記してある。

日本の古代名は、イヘツイモ。

含んでいて栽培されている。

160 石を下す 胆石とか膀胱結石などを下す効果がある。

163 死肌 完全な知覚障害をいう。

168 土漿 黄土含有の地を掘って新汲水を注ぎ入れてかきまぜたのちに、うわずみの水をとったものをいう。

169 烏芋

本草に云う「味苦、微寒、毒なし。甘。消渴、痺熱、熱中を主る。氣を益す。一つには藉姑と名づけ一つには水萍と名づく」と。

170 陶景の注に云う「水田の中に生じ、葉に極あり、狀澤瀉の如し。正しくは芋に似ず」と。

171 蘇敬の云う「此の草、一つには槎可と名づけ一つには茨菰と名づく。百毒、産後の血悶して心を攻め、死せんと欲し、産難し、胞衣の出でざるを主る。搗き汁一升を服す」と。

172 拾遺に云う「之を食し人をして肥白せしめ小なるものは極を消し、之を吞みて、胃及び、腸を開かしむ」と。

173 千金方に云う「石淋を下す」と。

174 崔禹云う「之を食せば、氣力を益し消渴、五淋を主る。煮て噉うを佳と爲す」と。

175 孟詵云う「消渴を主り、石淋を下す。呉の人、好み

169 烏芋

本草には、「味は苦くて、少し冷やす働きがある。毒はない。甘味もある。小便の出渋る病氣、半身不遂、有熱性の炎症などに効能があり、氣を益す。藉姑とか、水萍という別名もある」とある。

170 陶景の注には、「水田の中で育ち、葉はまたとなっており、沢瀉に似ているが、正しくは芋は似ていない」とある。

171 蘇敬は、「此の草は槎可というが、もうひとつには、茨菰という名もある。百毒をもつて、あるいは産後の血症による胸苦しさや胸にせまって、死ぬほど苦しむとか、難産で胞衣が出ないものを治療することが出来る。搗いた汁を、一合ほど服用する」といっている。

172 拾遺には、「これを食べると、人が肥えて色白となり、小さなものは、極めて消化がよい。これを吞むと、胃や腸の働きがよくなる」とある。

173 千金方には、「膀胱（尿路）結石を下す作用がある」とある。

174 崔禹は、「これを食べると、氣力旺盛となり、小便の出渋るものの諸症状が改善される。煮て食べるのが最もよい」といっている。

175 孟詵は、「小便の出渋るものによく、尿路結石を下す。呉の人が、これを好んで食べていたが、脚氣、足なえ、手足の痺れ

175 孟詵云う「消渴を主り、石淋を下す。呉の人、好み

人が、これを好んで食べていたが、脚氣、足なえ、手足の痺れ

て之を噉い、脚氣、攤緩風を發し、齒紫黒の色を損し、
人をして顔色を告げしむ」と。

176 七卷經に云う「之を食せば、渴を止め、氣を益す」と。

177 廣雅に云う「藉姑も亦烏芋と曰うなり」と。

178 養生要集に云う「味苦、微寒。これを食せば、熱を除く。謂うところの鳧茈なるものは是なり。粉となして之を食せば、其の色、玉の如し。久しく食せば、人を益す」と。

179 兼名苑に云う「一つには水芋と名づく。一つには玉銀と名づく」と。

和名 久和爲。

169 烏芋 カヤツリグサ科クロクワイ Eleocharis Kuroguwai Ohwi (E. plantaginea R. Br.) の根茎のこと。成分としては糖、澱粉、dextrin, pentosan, adenine, choline, trigonelline などを含有している。中国では芋薺の名で記されている。本草求真という本では、解毒、発

痘、酒を醒ますなど多くの効果をあげているが、胸中の実熱を除くので、その冷氣のある人はたべると、脚氣を患うことがあるのだといっている。
消渴 のどが渴いて、小便がしきりに出る病氣をいう。

が出て来て、齒は、紫黒で色がわるくなり、人が顔色が悪いと告げたという」といっている。

176 七卷經には、「これを食べると、のどの渴きが止まり、元氣を増進する」とある。

177 廣雅には、「藉姑と烏芋とは同じだといっている」とある。

178 養生要集には、「味は苦く、わずかに冷やす作用がある。これを食べると、熱をとる。鳧茈という名のものがこれであって、粉末にして食べると、その色は玉の肌のようになる。長期間食べつづけるがよい」とある。

179 兼名苑には、「水芋。又、玉銀の名もある」とある。
日本の古代名は、クワイ。

痺熱 炎症性のしびれ、半身不随をいう。
熱中 有熱性の炎症をおこすことをいう。
170 樗 また。木のまたになったものをいう。
澤瀉 オモダカ科サジオモダカのことをいう。

171 百毒 いろいろの毒。邪毒。

172 極を消し 極というのは、要訣には「消渴を

病む人、多くは毒を生ず、これすなわち津液

すでに耗りて虚陽、外に発するがために内、

外ともに虚す、これを極という」とある。

173 石淋 膀胱結石、あるいは尿路結石などで、

尿に石がまじっているものをいう。

174 五淋 膀胱の熱があつて、小便の出しぶるも

のをいう。氣淋血淋などというわけである。

175 脚氣 万病回春には、「腫れるを湿脚氣とい

い、湿と風を去るとよろしい。腫れざるもの

は乾脚氣といい、血を潤し、燥を清すべし」と

とある。足の病氣。

難緩風 手足があらならない。しびれる。半身

の運動麻痺のことをいう。

齒紫黒 病源には、「風邪冷氣經脈に客し、

ために髓虚して、血よわく骨を榮養すること

あたわず、枯燥して紫黒となる。齒は腎の主

るところ」という。

180 菰根 七卷經に云う「味甘、大寒。腸胃中の痼熱

を除き、消渴を止め、小便を利す」と。

181 養生要集に云う「味甘、平。胸中の煩を除き、酒を

解し、食を消す」と。

和名 已毛乃彌。

180 菰根 七卷經には、「味は甘くて、性質は大寒である。腸胃

の中の痼熱を取り除き、消渴を治し、小便を出やすくする」と

ある。

181 養生要集には、「味は甘くて、性は平である。胸の中の胸苦し

さを取り除き、酒の酔をさまし、食物の消化をよくするもの

180 菰根 イネ科マコモ *Zizania latifolia* Turcz

の根である。

痼熱 慢性的に持っている胸腹中の熱をい

う。

182 菰首 七卷經に云う、味甘、冷。霜を被るの後に之

を食せば、人の陰をして強からざらしむ。又た白蜜を

雑え食せば、人をして腹中に蟲を生ぜしむ、と。

182 菰首 七卷經には、「味は甘く、少し冷やす作用がある。霜

がおりて後に食べると、人の陰を弱めるし、白蜜であえものと

して食べると、腹の中に虫がわく」とある。

雑え食せば、人をして腹中に蟲を生ぜしむ、と。

今案ずるに、損害物に、和名 古毛都乃。

182 菰首 イネ科マコモの中心茎を菰首という。

陰を強くする 陰は生殖器を指す場合もある

が、この場合は、物質的なものつまり肉体を指す。

損害物によると、日本の古代名は、コモツノ。

183 菱實 本草に云う「味甘、平、毒氣なし。中を安ん

じ、藏(臓)を補い、飢えず、身を軽くするを主る。
「一名蔭」
と。

184 陶景の注に云う「火に煖かし以て米となすへ皮逼に

反す、火にて乾すなり。糧に宛つれば穀を断ちても
生を長ず」と。

185 崔禹の云う「菱實、之を食せば、中を安んじ五臓を補

う」と。

183 菱実 本草には、「味は甘く、平。毒はない。胃の働きを平

常にし、臓の補いとなつて、これを食べていると飢えることは
ない。身体を軽くするのが主効である」とある。へ一名を蔭と
いう場合もある

184 陶景の注には、「火で乾燥してから、中の米だけにするへ煖と

いう字は皮、逼の反であるからフクと読む。火で乾かすこと。
食糧とする場合は、穀物を食べなくても代用になるので生き長
らえることが出来る」とある。

185 崔禹は、「菱の実を食べると胃の働きがよくなるし、五臓の養
いとなる」といつてゐる。

183 菱実 または菱ともよむ。アカバナ科シナヒ

ン *Trapa natans* L. 及び *T. bispinosa*
Roxb. var. *linumai* Nakano. (*T. japonica*

コ)の果実である。

中を安んず 中は胃を指す。日本では胃ガン
のくすりとしてゐる。澱粉のほか、シトステ

ロール系のほか二種のステロイドが含まれて
いて胃をよくするといふ。

186 孟詵の云う「之を食するは、神仙なり。此の物は尤も冷を發す。衆病を治すること能わず」と。

187 七卷經に云う「味甘、平、毒なし。之を食せば飢えず。霜を被るの後に之を食せば陰をして強からざらしむ」と。

和名 比之。

188 藕實 本草に云う「味甘、平、寒、毒なし。中を補

い、神を養い、氣力を益し、百疾を除くを主る。久服すれば、身を軽くして老に耐え、飢えず、年を延ぶ」と。

189 陶景の注に云う「此れ即ち、今の蓮子、是れなり。宋帝の時の大官、羊血嵎〈空紺の反。羊の血の凝れるをいうなり〉を作る。人藕皮を削りて誤りて血中に落す。皆、散じて凝せず。醫仍つて藕を用いて血を療じ、多効あり」と。

186 孟詵は、「菱の実を食べるのは仙人の中でも神仙に属す。この品物は、冷やす作用が強いので、多くの病気を治療するのには向いていない」といつてゐる。

187 七卷經には、「味は甘く、平。毒はない。これを食べていれば飢えることはなく、又、霜がおりてから後にこれを食べると、陰を強くさせないようになる」とある。

日本の古代名は、ヒシ。

188 藕實 本草には、「味は甘く、性質は平であり、一つには寒

やす作用があつて、毒はない。中焦を補い、精神力を強くし、氣力を強くし、すべての病を除く。長期間服用すれば、身体が軽くなり、老衰せず、飢えず、長命である」とある。

189 陶景の注には、「これは、蓮の実のことである。宋の皇帝の時に大官が、羊血嵎〈空紺に反すはカン。嵎は、羊の血の凝固したものをいう〉というものを作ったが、この藕皮をけずつてゐるうちに、誤つて、血の中に落としたが、その血が、散つて、凝固しなかった。医者がそれを見て、血症を治療するのにこの藕実を用いれば効果があることを知ったという」とある。

じ、多効あり」と。

190 蘇敬の注に云う「熱渴、血を散じ、肌を生ずるを主

る。久服せば人心をして懽ばしむ」と。

191 崔禹の云う「藕實根は味甘、冷。食せば心神を養い、

根は大冷。煩熱、鼻血止まらざるを主る」と。

192 孟詵の云う「蓮子は寒。五臓の不足を主り十二經脈、

二十五絡を利益す」と。

193 馬琬の云う「之を食せば、神を養ない百病を除く。

根の効と實と相似たるなり」と。

和名 波知須。

188 藕実 スイレン科ハス Nelumbo nucifera

Gaertn. の子実、根茎をいう。

189 羊血蛤 羊の血のかたまり。

190 懽ばしむ 喜におなじ。喜は心に属すとい

出るものが絡脈という。絡はワキの下をい

う。

う。

194 鶏頭實

本草に云う「味甘、平、毒なし。濕痺、腰、

脊膝(膝)痛を療するを主り、中を補い、精を益し、

志を強くし、耳目を聰明にす。久しく服せば、身を輕

190 蘇敬は、その注の中で、「熱による口の渴き、血症を治し、肌

を美しくする。長期間服用すれば、心がおだやかになる」とい

っている。

191 崔禹は、「藕実、藕根は、味は甘くて少し冷やす作用がある。

食べると精神力が強くなる。その根の方は大いに冷やす効果がある

るので、煩熱とか、鼻血の止まらないときに優れた効果があ

る」といっている。

192 孟詵は、「蓮の実は、寒やす作用がある。五臓の不足を補う作

用があつて、気血の通行するところはすべてに効果がある」と

いっている。

193 馬琬は、「これを食べると精神が明るくなり、百病に効果があ

る。藕実、と藕根とは、よく似た効能である」といっている。

日本の古代名は、ハチス。

194 鶏頭実

本草には、「味は甘く、性質は平で、毒はない。関

節痛や、腰、背、ひざなどの痛に効果がある。中焦を補い、精

をふやし、意志を強くし、耳や目をさとい明らかにするので、

長期間服用すれば、身体が軽くなり、これだけ食べていても飢

くし、飢えず、老に耐えるの神仙なり」と。

195 陶景の注に云う「此れ即ち今の蔦子、子の形、上に花ありて鶏冠に似たるが故に鶏頭と名づく」と。蔦は尋ねるに、今案すれば芡の字なるべきなり。玉篇に云う水中の鶏頭なり。渠歛に反す。

196 蘇敬の注に云う「粉を作りて與うれば菱粉に相似る。益し人を益すること菱菱に勝る」と。

197 崔禹云う「氣力を益し、耳目を明了にす」と。

198 孟詵の云う「粉を作りて之を食するに甚だ好し。此の是れ、長生の藥、蓮實と合して餌えば、小兒をして長大なること能わざるが故に、長服すればまさに其の年を駐すべきを知るのみ。生にて食すれば、小しく冷氣を動かす」と。

199 七卷食經に云う「之を食せば、精氣を益す」と。

和名 美都布々支乃美。

えることはない。老いても若々しくて、仙人になれる」とある。

195 陶景は、その注のところで、「これは、現代のオニバス（蔦）の実であって、実の形は、上に花があつて鶏冠に似ているので鶏頭というのである」といつている（蔦は玉篇では水中の鶏頭なり。渠歛でケン。芡のこと）。

196 蘇敬は注のところで「粉末をつくると、菱の粉とよく似ている。しかし、人の身体によいということでは、菱（菱）よりも上等である」といつている。

197 崔禹は、「氣力を強くし、耳や目を明らかにする」といつている。

198 孟詵は、「粉末をつくつて食べると、大へんよいものだ。長生の薬であるから、蓮の実と一諸にして食べると、子供は、生長しなくなるから、長期間食べると、年とらないことを知ることが出来る。生のままで食べると冷えを感じるようになる」といつている。

199 七卷經には、「これを食べると精氣がさかんになる」とある。日本の古代名は、ミツフキノミ。

和名 美都布々支乃美。

194 鶏頭実 スイレン科オニバス Euryale ferox

Sat. の実で、澱粉が主成分である。腸管運動には交感神経の興奮、副交感神経の抑制、な

どの作用があるといわれる。この澱粉は、体内で異常発酵をおこさないことが知られている。

195 薦子 ミズフブキの草名だが、オニバスで知られている。その実をいう。

200 千歳羹汁 本草に云う、「味甘、平、毒なし。五臓を

補い定め、氣を益し、筋骨を續ぎ、肌肉を長じ、諸々の痺を去り、久しく服せば、身を軽くし、飢えず、老に耐え神明を通ず」と。

201 崔禹の云う「之を食せば、五臓を補い、味甘、平、小

冷。その莖を切絶して瀝汁を受くるに、狀薄蜜の如くして甘美なり。薯蕷を以つて粉となして、汁に和え、煮て粥をつくりて食せば、噦逆を主る。又白蜜に合せて之を食せば、人を益す」と。

和名 安末都良。

200 千歳羹汁 本草には、「味は甘くて、性質は平。毒はない。

五臓を平安ならしめて、元氣を出させ、筋骨を丈夫にし、肌肉をよく生長させ、いろいろな痺れを去り、長期間服用すれば、身体が軽くなり、飢えを感じなくなり、老いても若々しくて神明に通ずるようになる」とある。

201 崔禹は、「これを食べると、五臓の養いとなる。味は甘くて、平だが少し冷やす作用がある。その莖を切つてしたたり落ちる汁は、薄い蜂蜜のようで甘くておいしい。薯蕷の粉末にこの汁を和えて、煮て粥にして食べると、しゃっくりや、からえずきを止める薬となる。又、蜂蜜と一諸にして食べると身体によい」といつている。

日本の古代名は、アマヅラ。

200 千歳羹 ブドウ科アマヅル Vitis saccharifera,

Mak. の蔓茎だが、ツタを充てる場合もある。

蔓を切断して、その瀝汁をとる。筋骨を續ぐ 筋肉や骨を粘り強くすること。

神明を通ず 神のような明らかな心になるの意味。

五六の部第三

1 牛乳 本草に云う「微寒。虚羸を補い、渴を止め、氣を下す」と。

2 陶景の注に云う「犛牛を佳となす」と。

3 拾遺に云う「凡そ、乳を服するは必ず煮て一〇二沸して停めて冷し之を啜る。熱食するときは則ち擁るへ血脈塞なり。頓に服するを欲せず。兼ねて、酸の物と相反す。人をして腹中に結癥せしむ」と。

4 崔禹の云う「胃氣を益し人をして潤澤ならしむ」と。

1 牛乳 偶蹄類ウシ *Bos taurus* L. の分泌する乳で、脂肪、蛋白質 casein、乳糖、ビタミンなどを含む。牛乳を山羊などに注射すると諸免疫体の効果が上昇するし、白血球の食菌作

用や opsonin 作用の亢進を来するという報告もある。

2 犛牛 小さくて雑色の牛であって、牛の種類には犛牛と、水牛の二種があるわけで、その

中の犛牛は黄、黒、赤、白など数種の色の毛をもつ。

第三章 五肉の部

1 牛乳 本草には、「わずかに冷やす作用があつて、虚弱衰弱を補い、のどの渴きを止めて、上氣するものを下す」とある。

3 陶景はその注の中で、「アメ色の牛（アカ牛）が、最もよろし」といつている。

3 拾遺には、「乳を飲むのには、必ず煮て一〇二回沸とうさせて、その火を止めて冷えてからこれを飲め。熱いうちに飲むと、血脈を塞ぐ。しきりに飲んではいけない。酸っぱいものとの兼用はよくない。身内（腹中）に塊りが出来る」とある。

4 崔禹は、「胃の働きをよくし、人の身体をつややかに滑らかにする」といつている。

5 養生要集に云う「腹中に冷患あり、乳汁を飲すれば腹をして痛ましめ、泄利せしむ」と。

6 七卷經に云う「生肉と合すべからず、腹中に蟲を生ず。生魚を合すべからず。食せば、反つて癥を成す」と。

和名 宇之乃知。

7 酪 本草に云う「味甘・酸、寒、毒なし。熱毒を主り、渴を止め、胸中の虚熱、身、面上の熱瘡を除く」と。

8 養生要集に云う「腹中に小しく不佳あらば、酪を啖うべからず、消せしめず」と。

7 酪 哺乳類の乳汁より得た酥を精製したもの (Butter) で脂肪や、蛋白質を含んでいる。熱毒 有熱性の病毒をいう。

5 養生要集には、「腹の中が冷たい人が乳汁を飲めば、時に腹痛や下痢をしてしまう」とある。

6 七卷經には、「生の肉類と一諸にしてはいけない。腹中に虫がわく。生の魚と一諸に食べない方がよろしい。かえって腹の中に塊が出来るようになる」とある。
日本の古代名は、ウシノチ。

7 酪 本草には、「味は甘く、そして酸っぱい。性質は寒やす働きがあつて、毒はない。身体の熱性の毒をとるのがその主効である。のどの渴きを止め、胸の中の、虚によつて起こる熱とか、身体や顔の炎症性のおできを治す」とある。

8 養生要集には、「腹具合の悪いときには、酪は食べてはいけない。消化しない」とある。

熱毒 有熱性の病毒をいう。

9 蘇(酥) 本草に云う「微寒。五藏を補い、大腸を利し、口瘡を主る」と。

10 陶景の注に云う「乳は酪を成す。酪は蘇を成す。蘇は醍醐をなす。色、黄白」と。

11 養生要集に云う「甘」と。

12 道人の云う「乳、酪、蘇、髓を常に食せば、人をして、筋力をあらしめ、膽を轉くし、肌脉を潤澤ならしむ。卒かに食せば、人をして臃腫し泄利せしむるも、漸々に自ら已むなり」と。

9 蘇 酥と同じで哺乳類の乳汁(ここでは牛乳)の表面に浮游する脂肪の凝集物で乳皮(Ram)である。脂肪、蛋白質、乳糖を含む。ヨーグルトは乳腐で、酥のことではない。

10 醍醐 哺乳動物の乳汁より得た酥を精製したもので乳酒(Keer)または Kumys)などを含む。てることがある。

12 髓(髓) 骨の中にあるあぶらを指す。

膽を轉くす 五臓六腑の中の胆のはたらきをよくする意味。

臃腫 臃は皮のことで、腹の皮が膨満する。腹が前に張り出してくる病氣をいう。

9 蘇(酥) 本草には、「性質は、わずかに寒やす働きがある。五臓の栄養となり、大腸の働きを良くし、口のできものを治す」とある。

10 陶景の注には、「乳は酪をつくる。そして酪は、酥をつくる。そしてまた酥は醍醐をつくるものだ。酥の色は、黄白色をしている」とある。

11 養生要集には、「酥は、味は甘い」とある。

12 道人は、「乳とか、酪とか、酥とか、髓といったものを、常に食べていると、筋肉の力を強くするし、胆の働きを強くする。又、肌を潤し、つやを良くさせるものである。急にたくさん食べると、腹が脹って、下痢することがあるが、放置しておいても少しずつ、回復して来る」といっている。

13 鹿肉 本草に云う「肉は温。中を補い、五藏を強くし、氣力を益す」と。

13 鹿肉 本草には、「鹿の肉は、性質は身体を温めるもので、中焦を補い、五臓の働きを強くし、元氣を出させる」とある。

14 陶景の注に云う「野肉の中では、唯、麋鹿は食すべ

し。生にても羶羶ならず。又辰に非ず、八卦に屬する

主たるものなし。而して兼ねて能く人をして温補する

ときは則ち、生、死ともに尤なき故に、道家はこれを

許聴して肺を爲す」と。

15 蘇敬の注に云う「頭は消渴を主る。筋は勞損を主

る。骨は虚勞を主る。昭は癰腫、死肌、中を温め、

四支の不隨を主る。一つには陰に近づくべからずと

云う。角は中惡、注痛を主り、血は折傷、陰瘻を

補うを主る」と。

16 又云う「鹿茸は味甘・酸、毒なし。漏下、惡血、寒熱、

を主り、氣を益し志を強くし齒を生じ、虚勞、羸瘦、

四支酸疼、腰脊痛、洩精、溺血を療し、胎を安んじ氣

を下す。角は惡瘡、癰腫を主る。髓は味甘、温。丈

夫、女子の傷中、脈絶し、筋急、效逆を主り、酒

14 陶景の注には、「野獸の肉の中では、ただ、(鹿の仲間では)

と鹿のみは食べてもよい。生であつても生ぐさくない。又、十

二辰(えと)に入つておらぬし、八卦にあてはめる主たる動物

の中に入っていない。且つ人の身体を温め、補うので、生ける

ものにも、死せるものにも、誤りがないとして、道家は、これ

を許して干肉として食べるのである」とある。

15 蘇敬の注では、「鹿の頭は、小便の出しづるものによい。鹿の

筋は、疲れをとる。鹿の骨は、結核性疾患によい。血の凝固し

たものは、腫物や、知覚麻痺によろしい。又胃の働きを良くし、

手足の自由にならないものによい。これらは、陰の氣に近づか

ないようにしなければならない。鹿の角は、惡氣にあたつて病

むものや神經衰弱に効果がある。鹿の血液は骨折の傷や、陰の

氣、瘰癧などの、栄養となるものである」とある。

16 又、「鹿茸というものは、味は甘くて、やや酸で、毒はない。

婦人生殖器出血とか瘀血、麻痺や炎症性の病氣、を治す。氣の

働きをよくし、精神を安定させ、齒が生えて来て、疲労や、や

せ衰えたものや手足のうずき痛むもの、腰や背の痛むもの、精

液を洩らすもの、小便に血の混つたものなどのそれぞれの病氣

を治し、妊娠中の胎兒を安定させ、逆上の氣を引き下げる。角

夫、女子の傷中、脈絶し、筋急、欬逆を主り、酒

るものである。丈夫な人や、女性の傷中という病気で、肝も山

を以つて之を服す」と。

17 又云う「**聾**骨は、**虚損**、**洩精**を主る。肉は**五藏**を補益す。髓は氣力を益し人面を悦澤にす」と。

18 崔禹の云う「**味鹹**、**溫**、**毒**なし。**大風**、**冷氣**、**口噤**、**消渴**を主る。心は中を安んずるを主る。肝は肝を安んずるを主る。肺は肺を安んずるを主る。腎は腎を安んずるを主る。脾は脾を安んずるを主る。膏は、**四支不隨**を主る」と。

13 鹿 偶蹄類シカ Cervus nippon (Sika nippon)
Temn. だが中国産はアジアシカ C. elaphus
L. を指す。

14 麋 偶蹄類オオノロ Capreolus pygargus Pall.
またはキバノロを指す。
羶 なまぐさい肉。羊の肉は、なまぐさい
のでこのように言われる。

辰に非ず 辰は十二支のことで、子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥の十二支の中に入っていない。また、日月の意

味もあつて、食べるのに月日を忌まないとい

うことも含まれている。

八卦に属する主たるものなし **八卦**に動物を

あてたものが、馬、牛など八種あるけれど
も、この中にも入っていない。

生死ともに尤なし 生きているものも、死ん
でいるものも、毒はもっていない(草を食べ

ているからである)。

肺 干し肉のこと。

15 陷 陷とも書き、凝固した血液をいう。

まっってしまったて、筋肉がびくつくもの、咳がこみ上げてくるものなどには、これを酒で飲むとよい」とある。

17 又、「**聾**(のろ)の骨は、体のつかれをとり、精の洩れるのを治す。鹿の肉は、五臓の栄養である。骨髓は、氣力を充実させ、面色を良くする」とある。

18 崔禹は、「味はしおからしい。性質は温める働きがあつて、毒はない。流行性の病氣とか、冷氣、口のゆがみ、小便出しづるなどの病によい。鹿の心臓は、中焦を安定させる。肝臓は、肝を、肺臓は肺を安定させる、腎は腎によろしい。脾は、脾によろしい。膏は手足の不随によろしい」といつている。

死肌 皮膚の知覚麻痺のこと。

中惡 惡氣にあたつて病むものをいう。

注痛 神経衰弱で、下痢のとき訴える痛み。

注心痛ともいう。

瘰 頸の腫れる病氣だが、久しく癒えざる病

も瘰という場合がある。陰と瘰を一語にして

陰瘰とするものもあるが、別であると思う。

16 漏下 婦人性器出血をいう。

洩精 精液をもらすこと。

溺血 出血の尿、血尿をいう。

19 孟詵の云う「鹿頭は、消渴、多夢、夢見る物を主る。

蹄肉は脚膝、骨髓中の疼痛を主る。生肉は、中風、口偏正せざるを主る」と。

20 膳夫經に云う「腎いよいよ佳し」と。

21 千金方に云う「凡そ、餌薬の人は鹿肉を食すべからず。服薬必ず力を得ず、然る所以のものは、鹿は恆に解毒の草を食う。是れの故に能く、諸薬を制し散ずるなり」と。

22 養生要集に云う「鹿に豹文のあるものは食すべからず、人を殺す」と。

23 又云う「鹿茸、鹿角は皆、中を嗅がず。角中に細虫、白粟に似しものありて、咽に入らば人をして虫癩せしむ。萬術も、治すること能わず」と。

24 馬琬の云う「鹿胃は之を食して人を利せず」と。

25 朱思簡の云う「生菜を合して之を食せば腹中をして疰

19 孟詵は、「鹿の頭は、消渴や、多く夢をみて、疲労するものによい。鹿の蹄肉は、脚や膝に効果がある。骨髓は、骨髓の疼痛するのによろしい。生の肉は、中風や口のゆがんだものを治す」といつている。

20 膳夫經には、「鹿の腎が最もよいものだ」とある。

21 千金方では、「薬を服用している人は、鹿の肉を食べない方がよいだろう。きつとその薬の薬力が低下するにちがいない。どうしてかといえ、鹿は、平生食べるものが、解毒薬の草ばかりを食べているからであって、それを体内に持っているのだから、薬を服用した上に鹿の肉を食べると、薬の効果を制し、又、散らすことになるからだ」とある。

22 養生要集には、「鹿の皮に豹のような斑紋のあるものは食べない方がよい。死ぬことがある」とある。

23 又、「鹿茸や鹿角は、真中を鼻で嗅がないようにしないと、白粟のような、細い虫がいて、鼻から吸い込むと、のどが虫癩という病気になるって、どのような医術も役に立たなくなってしまう」とある。

24 馬琬は、「鹿の胃は、食べても何の益もなし」といつている。

25 朱思簡は、「生の野菜と一諸に食べると、腹中に悪性の腫物が出来やすい。又、鹿の胆は、白いのは食べない方がよろしい」

蟲を生ぜしむ。鹿の膽は白きものは、之を食すべからず」と。

26 食經に云う「鹿と鶏と合して煮て之を食せば人を殺す」と。

27 盧宗食經に云う「鹿は、五月已後に角なきものは食せば人を傷る」と。

和名 加乃志志。

23 虫癩 癩病の一種である。天刑病。

28 猪肉 本草に云う「味苦。血脈を閉じ、筋骨弱きを主る。人の肌を虚せしむ。久しく食すべからず」と。

29 陶景の注に云う「猪は用うるところは最も多し。唯、肉は人によろしからず、人、多く食するあり。皆、能く暴かに肥す。此れ蓋し、虚肥する故なり」と。

といっている。

26 食經には、「鹿と鶏と一諸にして煮て食べると死ぬことがある」といっている。

27 盧宗食經には、「鹿は五月から後になっても角のないのは、食べると害がある」とある。

日本の古代名は、カノシシ。

28 猪肉 本草には、「味は甘く、苦い。血液の流れを悪くし、筋肉や骨を弱くする。皮膚を弱くさせるので、長期間食べない方がよい」とある。

29 陶景の注には、「猪は利用するところの多いものだ。しかし肉は、それほどよろしくない。たくさん食べると、急に太り出す。しかし、これは身体の働きの悪い肥え方である」とある。

30 千金方に云う「久しく食すべからず、人をして精を少
なからしめ、宿病を發せしむ」と。

31 拾遺に云う「肉は寒。丹石を壓め熱を解すを主る。
人これを食せば、藥を殺す。風を動す」と。

32 七卷食經に云う「五辛を合して之を食せば、人の肝
脾を傷る。鰾と合食せば人をして損消を發せしむ。

又、鯉魚子と合すべからず、人を傷る」と。

33 朱思簡の云う「魚と合して共に食して、腹に入れば風
を動かす。蟲を生ぜしむ。肝と芹菜と合して之を食せ
ば、人をして腹中、身を終うるまで雷鳴せしむ」と。

34 養生要集に云う、「猪の肝を地に落して、土の着かざ
るものを食せば人を殺す」と。

35 又云う「猪干脯の火に焼きて動かざるもの之を食せ
ば、畢に泄利す」と。

36 馬琬云う「猪の目、睞へ目の毛なり」の交わるは食す

30 千金方では、「長期間食べない方がよろしい。精力を衰えさせ
て、持病、慢性病の再発を起こさせる」とある。

31 拾遺には、「肉は性質は、身体を冷やすものである。胆石を小
さくし、熱をさますのがこの効能である。食べる場合に、藥を
服用するとその効果が少なくなり、身体の病源を動かすことに
なる」とある。

32 七卷食經には、「五辛の類と一諸にたべると肝や脾のためによ
くない。鰾と一諸に食べると体力の消耗が起る。又、鯉の卵
と一諸に食べると、害することがある」とある。

33 朱思簡は、「魚と一諸に食べると、腹に入って、病源を動かし、
虫を湧かせることもある。猪肝と芹菜と一諸に食べると、腹の
中がゴロゴロ鳴って、死ぬまで治らなくなる」といつている。

34 養生要集には、「猪肝を土の上に落として見て、土が付着しな
いようなものを食べると死ぬ場合がある」とある。

35 又、「猪の干肉を、火で焼くときに少しも動かないものを食べ
ると、下痢する」とある。

36 馬琬は、「猪の目を見て、マツゲが交っているものは、食べな
い方がよい。害がある」といつている。

36 馬琬云う「猪の目、睞へ目の毛なり」の交わるは食す

べからず、人を傷る」と。

37 膳夫經に云う「豕の自ら死してその目青きは、之を食せば人を殺す」と。

38 又云う「豕の燔けて、死したるを食するとき其の肝を食せば人を殺す」と。

39 又云う「猪の白蹄、青爪、斑々のものを食すべからず」と。

40 又云う「白猪の青き蹄あるものは之を食せば人を殺す」

今案するに、損害物に和名乃志々。

28 猪肉 偶蹄類ブタ *Sus scrofa* L. var. domesticus Briss. の肉で、成分は蛋白質、脂肪のほか creatine, creatinine, methylguanidine, hypoxanthine, carnosine などを含む。
血脈 気血の運行するみちをいう。

32 宿病 慢性の持病をいう。
鯉魚子 骨鯉類コイの卵のこと。
33 芹菜 セリ科セリ *Oenanthe javanica* DC. の類の葉茎、でフラボン体や精油を含む。

37 膳夫經には、「猪の自然死したもので目が青いのは、食べると死ぬことがある」とある。

38 又、「猪が焼け死んだものを食べるときに、その猪肝は食べない方がよい。死ぬことがある」とある。

39 又、「猪の蹄の白くて爪の青い斑紋のあるものは食べるべきではない」とある。

40 又、「白い猪で蹄の青いものは、食べると死ぬことがある」とある。

日本の古代名は、損害物によると、ノジシ。

37 豕 イノシシ。ブタのことをいう。古代は、ブタとイノシシは同じであった。現代のイノシシは野猪として区別している。

41 雉 本草に云う「肉は、味酸、微寒、毒なし。中を補い、氣力を益し、洩利を止めるを主る。蟻瘻を除く」と。

42 陶景の注に云う「雉は、辰の屬に非ずへ八卦の禽に非ざるなり」と雖ども、而して正しく是れ離の禽にして、景かに午の日に食すべからざるのものなり」と。

43 蘇敬の注に曰く「雉は味甘。諸々の瘻瘡を主る」と。

44 崔禹云う「行歩、汲汲然たるを主る。肝氣を益し、目を明かにし、癰瘍、諸々の淺瘡を主る。丙午の日に食せば、心瘕を生じ、肝氣を損ず。五鬼内において起り、祥せざるを致す」と。

45 朱思簡、食經に云う「凡そ、雉肉を食するに骨を食するを得ず。大いに人の筋骨を傷る」と。

和名 支之。

41 雉 本草には、「肉は、味が酸で、性質はやや寒やす働きがあつて毒はない。胃の働きをよくし、氣力を出させ、小便の出すぎるのを止める。蟻瘻という病氣を治す力がある」とある。

42 陶景の注には、「雉は、十二支には入っていないけれども、明白にこれは、八卦の離の位置にあるべき鳥類であるから、午の日に食べてはいけない」とある。

43 蘇敬の注には、「雉というものは、味は甘い。あらゆる瘻瘡に効果がある」とある。

44 崔禹は、「歩くのに苦しがっているものによい。肝の氣、目を明らかにする。癰瘍や、皮膚の浅いところのできものによい。丙午の日に食べると、心に瘕をつくるし、肝の働きを悪くする。五鬼が身体の中に起って、とりかえしのつかないことが起こって来る」といつている。

45 朱思簡は、その食經の中で、「雉は肉は食べられるけれども、骨は食べてはいけないものだ。もし食べると、人間の筋骨を傷つけることになる」といつている。

日本の古代名は、キジ。

41 雉 ニワトリ類キジ属 Phasianus colchicus

karpowi But. で種類は多し。

蟻瘻 病源論には、蟻の精気が、飲食の中に入って毒気を五臓に流入して、それが首頸に小腫として出るが、全身にひろがってゆくものだとしている。

42 辰の属に非ず 十二支の中には入っていない。

離の禽 伏羲の八卦図では離の卦三は東方となっていて、鶏と同じであるが文王の八卦では南を離九の卦としており「景らかに午の

日」といつているので、離は南の火に属すると解しているわけだ。鶏は巽木で、煮ると冠の色がなくなるが、雉は煮ると冠が赤くなるので火に属するものであるとする。だから春、夏に食ってはならないとしている。丙午

は火の極の日という意味である。

43 瘻瘡 瘻管(アナ)をつくる病氣。できもの。

44 癰疽 癰はたむしのことで疽はハスの実であるからゼニガサを指す。またゼニタムシのことである。

五鬼 叢辰の名で、鬼宿、第五星に象つて名

づけられたものである。子の年に辰にあって十二辰を逆行するわけである。

辰は子と「水の精」、丑と卯と「木の精」、未と酉と「金の精」、午と戌は「火の精」、寅申巳亥は「土の精」で、逆行自然の和合の方則なりとしている。丙午の日に雉をたべると、火の食物だから「心瘕」を生じ、肝氣を損ずるといふ自然逆行の氣が身体の中で蒸成されるといふわけである。

46

雲雀

崔禹の云う「味鹹、大溫、毒なし、中を補

い、陰萎して起たず、虚勞、内損、赤白下利を主る。臛を作りて之を食せば、陰氣を強くす。貌は雀に似る。而して大なるは是れの鳥なり。春、夏は、陽あり、秋冬は陰あり、陽時は喜々鳴き、陰時には鳴かず。陰氣を吸いて天に登り、陽氣を含みて地に下る。

46 雲雀

崔禹は、「味は鹹い。性質は、大へん温める働きがあ

る。毒はない。胃の働きを良くし、陰萎して起たないものや、肺結核のような消耗性の病氣や、身体の疲労や、赤痢、白痢などを治す効能がある。臛をつくって食べると、陰の氣を強くすることが出来る。形は雀のようで、それよりも大きい。自然界は、春夏は陽氣、秋冬は陰氣というわけだが、雲雀は、陽氣になるとよく鳴き、陰の氣になると鳴かない。陰の氣を吸って天に登ってゆき、陽氣を含むと地に降りてくる。雲の陽に翔ぶと

雲陽うんようにおいて翔かけて、氣きを吐はく故ゆえに以もつて之これを名なづく。其その音おと、密密みつみつぜん然ぜんとして、人ひとの大たい句こうするに似にる」と。

和名 比波利。

46 雲雀うんじやく スズメ類るいヒバリ *Alauda arvensis japonica Temm. et Schl.* の肉。

なさないもの。インポテンツ。喜々しはは よろこんでという意味でなく、むしろ、しばしば、常じょうにという意。

大句たいこう 驚おどろいて出す声。

47 鶉じゆん 孟詵もうしん云いう「温うんにして五藏ござうを補おぎない、中ちゆうを益まし、氣きを續つなぎ、筋骨きんこつを實じつし、寒暑かんしよに耐たえ、結氣けつきを消しょうす」と。

48 又また云いう「猪肉ちよにくと共に之これを食しょくすべからず。人ひとをして、多おほく瘡そうを生しょうぜしむ」と。今案いまあんずるに拾遺しゅういに云いう「猪肉ちよにくと共に之これを食しょくせば、人ひとをして小黒子こくろこを生しょうぜしむ」と。又また云いう「痢りを患わづらうの人ひと、生薑しょうきやうと和わして之これを煮にて食しょくすべし」と。

いふので雲雀という名がついたのだ。その鳴く音というものは、こっそりとしていきなり人の大声を出すのに似ている」といっている。

日本の古代名は、ヒバリ。

47 鶉 孟詵は、「鶉は、性質は身体を温める働きがあつて、五臓の栄養となり、胃の働きを良くし、気の働きを続行させ、筋肉や骨を充実させ、寒さや暑さに強くなり、身体の中のしこりを、ときほぐしてくれる」といっている。

48 又、「猪の肉と一諸に食べてはならない。出来ものが発生しやすい」といっている。〈調べてみると、拾遺という本には、猪の肉と一諸に食べると、ほくろが出来やすいといっている。〉
49 又、「下痢しやすい人は、生姜と和えて煮て食べるとよい」といっている。

50 七卷經に云う「味辛、平、之を食せば人をして善く忘れしむ」と。

51 崔禹の云う「鶴鵒毒なし。赤白下利、漏下、血暴、風濕痺を主り、肝肺氣を養い九竅を利す」と。
和名 宇都良。

47 鵒 ニワトリ類ウズラ *Coturnix coturnix japonica* Temm. et Schl. の肉で、鵒の血液は眼創傷、夜盲、皮下溢血などに効果があるといわれている。

51 鵒 ウズラ的一种。
九竅 目二つ耳二つ口二つ鼻二つ前陰、後陰の九穴をいう。

52 鳩 崔禹の云う「味苦・鹹、平、毒なし。絶傷を續ぎ、中を補い、筋骨を堅くし氣力を益し、好んで逃走せしむ。任身の婦人は尤も食すべからず、其の子門を肥充し、産において難なる故なり」と。

50 七卷經には、「味は辛い。性質は平である。食べると物忘れしやすくなる」といっている。

51 崔禹は、「鶴鵒は毒はない。赤痢や白痢、婦人の生殖器出血、にわか出血、リウマチなどを治す働きがあり、肝や肺の働きをとりもどし、九竅を健にする」といっている。
日本の古代名は、ウズラ。

52 鳩 崔禹は、「味は苦く、鹹い。性質は、平であって、毒はない。離れた傷をつなぎ、胃の働きを良くし、筋肉や、骨を堅くして、氣力を充実させ、好んでよく走るようになる。妊婦は食べない方がよろしい。子宮の道を肥大させて、難産するからである」といっている。

53 古人の云う「是れの鳥は、噎せずと爲すの鳥故に、老

人、杖の頭に鳩像をつくりて、噎を療するに之を吒す」と。

和名 波止。

52 鳩 チドリ類キジバト Streptopelia orientalis

Lath. の肉だが他にドバトとかシラコバト、

イカルガなど多数の種類がある。

絶傷を續ぎ 絶は荒い布であるから傷口の離

れたものをつなぐ。

雄走 雄もはしるでよく走ること。

任身 胎児を宿したこと。妊娠。

子門 子供の産れ出ずる穴をいう。

53 古人は、「鳩は、決して、食べたものにむせることがないので、

老人が杖の頭に、鳩の像を彫刻しているのは、噎逆をしない鳩
にあやかっただ」といっている。

古代の日本名は、ハト。

53 噎 えつ、とも読む。食べたものが胃から反

って口に出て来ること、むせぶこと。

之を吒す 鳩にあやかっ、そのようになり

たいと希うことをいう。

54

鳩 崔禹の云う「味甘、温、毒なし。赤白下利

を主る。中を補い、氣を下す。貌は鳩に似て、白き

啄あり、眼は隼にして、翹羽は蔽々、斑々として

愛べし」と。

和名 伊加留加。

54 鳩 崔禹は、「味は甘くて、性質は温める働きがある。毒は

ない。赤痢、白痢を治す主効があつて、胃の働きをよくし、の

ぼせをさげる。姿は鳩に似て、啄が白く、隼のような眼をして

いる。翹羽には礼服のような斑点があつて可愛らし」といっ

ている。
日本の古代名は、イカルガ。

和名 伊加留加。

54 鵒 いかるが 斑鳩ともいふチドリ類シロコバト Streptopelia decapeta Friv. の肉であつて、鵒の

血液は眼創傷、夜盲、皮下溢血に用ゐられる

わせいという。

鵒々 (鵒々) 昔の礼服にほどこした背中合

の半青、半黒のぬいとり。

鵒 いかるが セキレイのこと。

55 鵒 ひどり 崔禹云「味酸、冷、毒なし。赤白下利、虚

損、不足を主る。中を補い、魂魄を安んず」と。

和名 比衣止利。

55 鵒 ひどり 崔禹は、「味は、酸っぱくて、性質は冷やす働きがある。

毒はない。赤痢、白痢を治し、身体の消耗によって不足しているところを、元に戻し、中焦(胃の働き)を補充し、肝腎の正気を安定させる」といつている。

日本の古代名は、ヒエドリ。

55 鵒 ひどり スズメ科ヒヨドリ Ixos (Microscelis)

anaulotis Temm. の肉。

56 鴈 がん 本草に云う「肪は味甘、平、毒なし。風撃(撃)、

拘急、偏枯、氣通ぜざるを主る。久しく服せば、髪、

鬢、眉を長じ、氣を益す」と。

56 鴈 がん 本草には、「その脂肪は、味が甘くて、性質は平である。

風によるひきつり、中風の半身不随、働きが悪い血脈などを治す。長期間服用しつづけるとヒゲや、髪の毛、眉などが伸びてくる」とある。

57 崔禹の云う「味甘、小冷。風熱、煩心を主る。面色

を駐め、腰脚の痿弱なるを理す。凡そ鴈の類は甚だ多

し。大なるものは鴻と曰い、小なるものは鴈と曰う」

と。

58 七卷經に曰く、「食して益損なし」と。

和名 加利。

56 鴈 ガン類ヒシクイ Anser segetum (fabalis)

serirostris Sw. の肉。

肪 あぶら。脂肪である。

風撃 一つには風撃とあるが、風邪によつ

て、ひきつるのは風撃であるので本草によつ

て訂正する。

拘急 ひきつり。
偏枯 半身不随のこと。

59 鴨 本草に云う「肉は、虚熱を補い、藏府を和す。

水道を利す」と。

60 孟詵の云う「寒。中を補い、氣を益し、食を消す」と。

61 馬琬の云う「目精の白きものは、之を食せば人を殺

57 崔禹は、「味は甘く、性質は少し冷えるようだ。風邪の熱や、

胸苦しさを治す。顔色をいつまでも若々しくし、腰や脚が痿縮

するのを調える働きがある。この種類は、たいへん多くて、大

きいものは鴻といい小さいものを鴈という」といっている。

58 七卷經には、「食べても、効果も、害もないものだ」とある。

日本の古代名は、カリ。

59 鴨 本草には、「肉は、身体が虚して、そのために起こる熱

を補い、臓腑の調和をよくするし、水の通る道をよく通じさせ

る」とある。

60 孟詵は、「胃の働きを良くし、元氣を出させて、消化を良くす

る」といっている。

61 馬琬は、「眼をみて真白いのは、食べてはいけない。死ぬこと

す」と。

和名 加毛。

がある」といっている。

日本の古代名は、カモ。

59 鴨 ガン類カルガモ Anas (Polionetta) poe-

clorhyncha zonorhyncha Sw. の肉である。

虚熱 消耗性の熱で、熱があっても解熱してはいけないものをいう。

62 鯉魚

本草に云う「肉は味甘。

効逆、上気、黄疸を

主り、渴を止む。生を煮れば、水腫、脚満、を主

り氣を下す。膽は味、苦、寒、毒なし。目、熱して赤

く痛み、清盲を主り、目を明らかにす。骨は、女子

の帶下の赤白を主る。齒は、石淋を主る」と。

62 鯉魚

本草には、「鯉の肉は、味が甘い。咳、シャックリ、

喘息、黄疸などを治し、のどの渴きを止める。煮たものは、む

くみや、脚の腫れなどを治す。鯉の胆は、味が苦く、性質は冷

やす働きがある。目などの炎症性のもので赤くなって痛むもの

や、盲を清しくし、目を明らかにする力がある。鯉骨は、女性

のこしけ（白いのも、色のついたもの）を治す効果がある。

齒は、尿路結石を治す効果がある」とある。

62 鯉魚 骨鯉類コイ Cyprinus carpio L. の脂

肪、蛋白質のほかにアミノ酸の glycocoll,

alanine, valine, proline, tyrosine, arginine,

histidine, lysine, tryptophan, phenylalanine,

aspartic-, glutamic- acid, taurine, ビタミン

A などを含む。

効逆 咳がこみあげてくる。それが頻発する

ものをいう。

上気 顔が赤くなり上気してくるものをい

う。

黄疸 全身や尿が黄色くなる病氣。

水腫 むくみのこと。

63 陶景の注に云う「鯉魚は、最も魚の主形と爲す。既に

愛すべし。又、能く神變あり。山上の水中に鯉あらば食すべからず。又、鯉鮓と小豆藿〔葉也〕と合して之を食すべからず。其の子と猪肝を合して之を食せば人を害す」と。

64 蘇敬の注に云う「骨灰は、陰蝕し、哽えて出でざるを

主る。血は小兒の丹腫を主る。皮は、丹、隱癰を主る。腦は諸々の癰を主る。腸は小兒の肥瘡を主る」と。

65 拾遺に云う「肉は、安胎、胎動、壞妊、身腫を主る。煮て

之を食せば、冷氣、痙癖、氣塊を破る。脊より中を當り、數えて尾に至れば、大小なしに皆三十六鱗あり」と。

66 七卷經に云う「鯉魚は平、中を補う。又鮓〔野王は是

れを鯉魚と云うなり〕又鰓〔説文には鯉なり〕又、鰓〔廣雅に云う大鯉なり〕と。

63 陶景の注には、「鯉魚は、魚の主形をなすもので、とても可愛らしい。よく変化するものであるから、山の上の水をたまりなどに鯉がいても、これを食べてはいけない。又、鯉の鮓と、小豆の葉と一諸に食べてはいけない。鯉の卵と、猪肝と一諸に食べると害がある」とある。

64 蘇敬の注には、「骨灰にしたものは、陰部の潰瘍や、物がのどにつかえて出ないものに効果がある。血は、小兒の丹毒や、おできによい。皮は、丹毒やカザホロセ、皮膚搔痒症によろしい。腦はいろいろな癰の治療に効果がある。腸は、子供の口唇ヘルペスに効果がある」とある。

65 拾遺には、「肉は妊娠中の胎児を安定させ、胎の動くものとか、妊娠や、身体の腫物に大へんよろしい。煮て食べると冷え症や、腹のひきつりなどのしこりをとることが出来る。背骨を数えと、大きくても、小さくても、皆三十六鱗あるものだ」とある。

66 七卷經には、「鯉魚というものは性質は、平であって、中焦の補いになるものだ。又、鮓は田舎では鯉のことである。鰓（はむ）は、説文には鯉だとしている。鰓は、大きな鯉のことである」とある。

63 小豆 マメ科アズキのこと。

薯 マメ科の食用になる葉。マメの葉。

64 陰蝕 婦女子の性生殖器がただれる病氣。

丹 丹毒。

隱疹 俗にいうカザホロセのことで、ジンマ

シンや細かい発疹をさしている。

小児の癩 小児の癰癤性疾患で、癰積とか、

驚風などともいう。

65 安胎 壞妊している胎児がやすらかであるの

意。

痲癰 塊り、しこり、凝結、腹筋のひきつりをいう。痲はひきつる病のことをいう。

氣塊 仮性腫塊のことをいう。

66 鮓 コイのことである。

67 崔禹の云う「鯉、溫、毒なし。脚氣を主る。疾に忤い、氣力を益す」と。

68 孟詵云う「天行病の後には食すべからず、再び發せば即ち死す。又、砂石中のものは、毒多くは腦髓中に在り、その頭を食すべからず。又、毎に脊上の兩筋及び脊内の黒血を斷去す。此れは是れの毒の故なり」と。

69 朱思簡の曰く「白頭のものは葱、桂を交えて食すべからず。之を食せば、人をして、惡病せしむ」と。

70 馬琬の云う「任身に之を食せば子をして瘡を多くなさしむ」と。

67 崔禹は、「鯉は身体を温める性質がある。毒はもっていない。脚氣を治す。病氣に対して抵抗力を持っていて、元氣が出てくるものである」といっている。

68 孟詵という人は、「流行病にかかったあとは、食べない方がよい。再發すれば、死ぬことがある。鯉の住んでいるところが砂石の多いところであれば、毒があつて、特にその毒は腦髓の中にあるから、鯉のその頭は食べてはいけない。又、つねに脊骨のところにくっついた筋とその黒い血は、毒があるから切つて捨てるようにすべきである」といっている。

69 朱思簡は、「頭の白い鯉は、ネギや、肉桂と一諸に食べてはならない。悪い病氣が出てくる」といっている。

70 馬琬は、「妊娠中の婦人が鯉を食べていると、できものの多い子が生れる」といっている。

和名わみょう
已比こひ。

に和わして之れを塗ぬる。又、腸癰ちようようを主つかさどる。一名鮒魚いちめいぎよ、鱠なますにつくる。久ひさしき赤白しやくびやくり利つかさどを主つかさどる」と。

74
七卷經に云う「味甘、溫。多く之を食せば熱を發す」と。

75 崔禹さいうの云いう「味あじ鹹かん、大たい冷れい、毒どくなし。心むねは煩悶はんもんを主つかさどる。五藏ごぞうを補おぎない、中ちゆうを安やすんず。鯽ふな鱸なますを食しして水みずを飲のむこと

日本の古代名は、コヒ。

73 拾遺には、「鰯の頭は、腥い痰の混る咳に効果がある。焼いて灰にして服用するとよい。鰯の肉は、やせ衰えた体力を回復させる。熱く充分に煮て食べる。鰯の鱠は、赤痢、白痢などの下痢や、痔のいろいろな種類に効果がある」とある。

74 七巻経という本には、「味は甘くて、身体を温める作用がある
だから、多く食べすぎた場合は、熱が出てくる」とある。

75 崔禹は、一味は醸くて、大へん身体を冷やすものだから、胸の煩悶をとることが出来る。五臓を養うことが出来、胃の働きを正常にしたりする。しかし鯛の鱠なますを食べるならば、あまり水を

な 勿れ、
めんちゆう 蛭蟲を生ず。
しょう へ彌、
えん 縁に反す。
はん 馬調。
いまあん 今案ずる

をくまひし次ぶよ。回は、*ア・メ・リ・カ*、

勿^なれ、蛔^{めんちゅう}蟲^{しゅう}を生^{しょう}ず。へ彌^み、縁^{えん}に反^{はん}す。馬^ば蝟^{ちよう}。今^{いま}案^{あん}ずる

に、蛔^{かい}に作^{つく}る可^べし。戸^こ恢^{かい}の反^{はん}、腹^{はら}蟲^{むし}なり。又^{また}、猪^ち肉^{にく}と合^がして食^{しょく}する勿^なれ。腹^{ふく}中^{ちゆう}に冷^{れい}癖^{へき}を成^なす」と。

76 孟^{もう}詵^{しん}の云^いう「鱠^{なます}を作^{つく}りて之^{これ}を食^{しょく}せば、暴^{ぼう}痢^りを斷^たつ。其^その子^こは、中^{ちゆう}を調^とえ、肝^{かん}氣^きを益^ます」と。

77 朱^{しゆ}思^し簡^{かん}の云^いう「鹿^{ろく}肉^{にく}と合^あして、生^なにて之^{これ}を食^{しょく}せば、筋^{きん}急^{きゆう}す。又^{また}、鯉^り魚^{ぎよ}子^し、鯽^{そくぎよ}魚^{おな}同^{どう}じく之^{これ}を食^{しょく}すべからず。又^{また}、共^{とも}に酪^{らく}と同^{どう}食^{しょく}すべからず。又^{また}、砂^さ糖^{とう}と鯽^{そくぎよ}魚^{おな}同^{どう}食^{しょく}すべからず。甘^{かん}蟲^{むし}を成^なす。又^{また}、筍^{たけのこ}と共^{とも}に之^{これ}を食^{しょく}すべからず。筍^{たけのこ}をして消^{しょう}せず、食^{しょく}癥^{しやう}を成^なして身^み行^{こう}歩^ほすること能^{あた}わす」と。

72 鯽^{そくぎよ}魚^{おな} 骨^{こつ}鱈^{たつ}類^{るい}フナ Carassius carassius (auratus) L. である。鯽^{そくぎよ}の字^じをあててゐる。

腸^{ちやう}癰^{よう} 虫^{ちゅう}垂^ち炎^{えん}のことであるが、腹^{はら}中^{ちゆう}に生^{しょう}ずる化^{くわ}膿^{なん}性^{せう}の病^{びやう}變^{へん}をすべて総^{そう}称^{しやう}する。

73 腥^{せい}嗽^{そう} 色^{いろ}のついた、かたまつた痰^{たん}が咳^{せき}をする

ときに出るものをいう。

75 冷^{れい}癖^{へき} 両^{りやう}脇^{わき}の季^き肋^{りつ}間^{かん}にかくれてゐる硬^{こう}結^{けつ}のた

めに腹^{はら}中^{ちゆう}に寒^{かん}冷^{れい}を覚^さえることをいう。

76 暴^{ぼう}痢^り はげしく、にわかにおこる下^げ痢^り。

77 筋^{きん}急^{きゆう} 筋^{きん}肉^{にく}のひきつり。

たくさん飲む。蛔^{かい}蟲^{ちゅう}を湧^{わう}かせることになる。又^{また}、猪^ち肉^{にく}と一^{いつ}諸^{しよ}に食^{しょく}べると腹^{はら}の中^{ちゆう}が冷^{れい}癖^{へき}という病^{びやう}氣^きになる」といっている。

76 孟^{もう}詵^{しん}は、「鯽^{そくぎよ}魚^{おな}の鱠^{なます}をつくつて食^{しょく}べると、ひどい下^げ痢^りを治^{ちやう}すこ
とが出来^{でき}るし、その卵^{らん}は、胃^いの働^{はたら}きを良^よくし、肝^{かん}の働^{はたら}きを良^よく
する」といっている。

77 朱^{しゆ}思^し簡^{かん}は、「鯽^{そくぎよ}と鹿^{ろく}肉^{にく}と合^あ食^{しょく}するとき、もし生^なであつたら、筋^{きん}
肉^{にく}のひきつりが起^{おこ}る。又^{また}、鯉^りの卵^{らん}と鯽^{そくぎよ}を一^{いつ}諸^{しよ}に食^{しょく}べてはいけ
ない。又^{また}、鯽^{そくぎよ}と、乳^{にゅう}製^{せい}品^{ひん}と一^{いつ}諸^{しよ}に食^{しょく}べない方がよい。又^{また}、砂^さ糖^{とう}
と鯽^{そくぎよ}魚^{おな}と一^{いつ}諸^{しよ}に食^{しょく}べると甘^{かん}蟲^{むし}が出^でやすい。又^{また}、筍^{たけのこ}といっしょに食^{しょく}
べない方がよい。筍^{たけのこ}が消化^{しょう化}しないので、そのために腹^{はら}中^{ちゆう}にしこ
りが出来ることがあつて、歩^ふ行^{こう}出^で来^きなくなることもある」とい
っている。

筍^{たけのこ} 筍^{たけのこ}と同じ。

食^{しょく}癥^{しやう} 腹^{はら}中^{ちゆう}に、食^{しょく}物^{ぶつ}のため^{ため}に傷^やれて塊^{かたまり}が出来^{でき}
て堅^{かた}くなつて動^{うご}かないものをいう。

78 養性要集に云う「鰯魚と猪肝と合せて之を食すべからず」と。

利名 布奈。

79 鰾魚 本草に云う「味甘、毒なし。百病を主る」と。

80 陶景の注に云う「今、臙をつくりて之を食するに補と云う。又、鰾魚あり、相似て、大なり。又、鰾魚あり、黄にして、美。並べて人を益す。又、人魚あり、鯢に似て四足あり、聲、小兒の如し、其の膏、之を燃せば、消耗せず。始皇、麗山の塚中に之を用う。これを人膏と謂えり」と。

81 蘇敬の注に云う。「鰾魚は一名、鮎魚、一名鯢魚。水、浮腫を主り、小便を利す」と。

78 養性要集には、「鰯と猪肝とを一諸に食べてはいけない」とある。

日本の古代名は、フナ。

79 鰾魚 本草には、「味は甘くて、毒はない。どんな病氣にもよろしい」といっている。

80 陶景の注には、「今、鰾魚のスープをつくって食べると、補になるという。又、鰾魚という魚があつて、よく似ていて、大きい。鰾魚というものがあつて、色が黄で、食べておいしい。そして人に大へん利益のある魚である。又、人魚というのがあつて、鯢という魚に似ているが、足が四本あつて、声は小兒のようであつて、その膏は、火をつけて燃やしても形がなくならない。始皇が麗山の塚の中にこれを用いた。人膏というものはこれである」とある。

81 蘇敬の注には、「鰾魚、もう一つの名は鮎魚とか鯢魚とか別名がある。むくみの薬であつて、小便が出やすくなる」とある。

82 崔禹云「鮎魚は、温、風冷、冷痺、赤白下利、虚損、

不足を主る。人をして皮膚を肥美せしむ。狼は、鱒魚に似て、小なり。色白く、皮の中に白垢あり、大なるものは一〜二尺、小なるものは七〜八寸にして鱗なし。春に生れ、夏に長じ、秋に衰え、冬死す。一名鰮という」と。

83 食經に云う「鰮魚は、赤目にて、鬚あり及び鰓なし、

食すれば人を殺す」と。

和名 阿由。

79 鰮魚 骨鰮類ナマズ *Parasilurus asotus* L.

で日本のナマズと同じ種類。一般に中国では鮎(ネンユー)と発音しているが、一属一種のもので、日本では鮎をアユにあてているが、中国では全く別のナマズを指しているの間違いやすい。和名も阿由、奈末都、那末豆となっていて混同しているわけではない。脂肪とか蛋白質、ビタミンCなどを含んでいる。

80 鰮 あつもの。スープ。

鰮魚 オオナマズ。やはりナマズの種類である。

鮎魚 コナマズで口が小さく背は黄色腹は白くて背には肉のひげがある。

人魚 トビハゼで、小さい魚で、鮎ともいっており、四足があつて、眼が頭の上にあつて、やや突出している。淡水魚である。

鰮 ナマズ。オオナマズ。鰮と同じものであるが、やや大きいものをいう。

82 崔禹は、「鮎魚は、性質は温める働きがあつて、風冷とか冷痺

といった病氣によく効果があり、赤痢とか白痢とか、身体の疲労の回復によい。これを食べると、皮膚を肥やし丈夫にする。すがたは鱒に似ていて小さくて、色が白く、皮の間に白垢があり、大きいものは一〜二尺、小さいもので七〜八寸であつて、鱗がない。春に生まれ、夏によく生長し、秋に弱つていつて冬に死ぬので、又の名を鰮ともいう」といつている。

83 食經には、「鰮魚というのは、目が赤くてヒゲがあつて、エラがないものは、食べると死ぬことがある」とある。

日本の古代名は、アユ。

麗山 驪山のことで、今の陝西省の臨潼県にある山の名で、始皇帝とやはり関係がある。

81 鮎魚 ナマズ。淡水魚の一種だが、日本のアユとは別である。

82 風冷 気血ともに衰弱したものが、寒さによつて、顔は青色になり、むなぐるしさを訴え、嘔吐し手足の先から冷えてくるものをいう。

冷痺 ひえて、しびれるのをいう。

84 鯛 ちよう

崔禹云う「味甘、冷、毒なし。水を逐い、水腫を消し、小便を利し、蟲痔を去る。積聚を破り、欬逆、上氣を主る。腸は、瘡中の蟲を出敗するを主り、筋骨を利す。狼は鯽に似て、紅き鱗と堅き鱗あり」と。

和名 多比。

84 鯛 ちよう

棘鱗類メダイ Pagrosomus (Chrysophrys) major Temm. et Schl. 蛋白、脂肪などをもつ。

水を逐う

身体の中の余分の水分を取るとい

う意味。

蟲痔

肛門から射する血の線か、虫のごとき

状をいう。

瘡中の蟲を出敗する

キズの中の虫を、外部についで出すちからがあるという。

85 鱸 ろ

崔禹云う「味鹹、大温、毒なし。風痺、癰瘡、面疱を主る。狼は鯽に似て而して鰓大なり。中を補い、五臓を安んず。臍、膾を爲るべし」と。

86 食経に云う「鱸魚は、羹を爲りて、食して人を利せず」と。

84 鯛 た

崔禹は、「味は甘くて、性質は冷やす働きがあつて毒はない。身体の水をとる作用があるので、むくみを取って、小便の出をよくする。肛門からの出血、腹中のかたまり、咳、のぼせを治すことが出来る。鯛の腸は、瘡中の虫をついえる状態で出す作用がある。筋肉や骨を丈夫にする。姿は鯽に似て、鱗は赤くて鱗は堅い」といつてゐる。

日本の古代名は、タイ。

85 鱸 ろ

崔禹は、「味は、しおからくて、性質は身体を大へん温める。毒はない。卒中風や、血がつまるとか、手足のひきつりとか、にきびなどを治す働きがある。形は、丁度鯉のようであるが、鰓が大きい。胃の働きを良くし、五臓のバランスを良くする。スープや、さしみ、膾などにして食べるがよい」といつてゐる。

86 食経には、「鱸魚は、あつものにして食べても、何の利益もなし」といつてゐる。

87

又云う「鱸肝は、之を食すべからず。人を殺す」と。

87

又、「鱸魚の肝は、食べない方がよろし。をな……ばう……」

87 又云う「鱸肝は、之を食すべからず。人を殺す」と。

88 又云う「鱸魚の中、毒を治するの方。蘆根を搗き、紋

り汁之を飲みて良し」と。

和名 須々支。

85 鱸 棘鰭類スズキ Lateolabrax japonicus Cuv.

et Val. 蛋白質、脂肪を含んでゐる。

風痺 脳卒中などを指す。

瘰癧 血液のとどこおり。
瘰癧 手足のひきつり。
面疱 にきび。

87 又、「鱸魚の肝は、食べない方がよろしい。死ぬことがある」といつている。

88 又、「鱸魚を食べて中毒した場合には、蘆根を搗いてしぼった汁をのむとよい」といつている。

日本の古代名は、スズキ。

88 蘆根 イネ科アシの根。

89 鯖 崔禹云う「味鹹、大温、毒なし。血利を主り、

中を補い、腎氣を安んず。狼、鯉に似て、小さく口尖

りて背蒼し、鮓を爲りて食すべし。中を補う。南人多

く鯖を喫い面色を益す。瘰癧の人、鯖の臍を食せ

ば、差え難し」と。

和名 佐波。

89 鯖 崔禹は、「味は、しおからくて、性質は大いに身体を温

める。毒はない。混血性の下痢を止める。胃の働きを良くし、

腎の働きを正常にする。形は、鯉に似ていてそれより小さ

い。口がとがって、背が青い。鮓をつくって食べるとよろし

い。胃の働きを良くする。南方の人は、たくさんたべているよ

うで、顔色がよい。てんかんを病んでいる人は、鯖のあつもの

を食べると、その病気はなかなか治らない」といつている。

日本の古代名は、サバ。

89 鰻 棘鰭類ホンサンバ Scomber (Pneumatophorus) japonicus Houtt. で蛋白質、脂肪を含んでいる。

血利 混血性の下痢。
鰻 タナゴ。淡水魚。

痼症 痙攣性の疾患であるが精神顛倒する病
気。疰は病のこと。

90 鰻 崔禹云「味甘、温、毒なし。下利を主り、

目を明かにし、心神を安んず。鰻鰻に似て、皮中に、
白垢あり、尾白くして刺連々逆々のものなり。頭中に
石あり、江南人は石首魚と曰うものなり。是なり」と。

和名 阿知。

90 鰻 崔禹は、「味は甘くて、性質は温める。毒はない。下痢

を止め、目が見えやすくなり、精神を安らかにするなどの効果
がある。形は鰻に似ている。皮の中に白垢をもっている。尾は
白くて、刺が逆につらなっているもので頭の中に石があるため
に、江南の人たちが、石首魚といっているものが、これであ
る」といっている。

日本の古代名は、アヂ。

90 鰻 棘鰭類メアジ Trachurus japonicus Temm. et Schl. で蛋白質、脂肪がある。

鰻 石首魚に似ているとされているので棘鰭類
イシモチ。またはシナニベのことである。

91 鰻 (鰻) 崔禹云「味鹹、大温、毒なし。下利を止

め、氣力を益すを主る。其の子、苺に似て赤光あ
り。一つには年魚と名づく。春に生じて年中に死する

91 鰻 (鰻) 崔禹は、「味は、しおからくて、性質は身体を大い

に温める。毒はない。下痢を止める、氣力が出てくるなどの効
果がある。鰻の卵は、丁度苺のようで赤く、光っている。別名
は、年魚という。それは、春に生れて、その年のうちに死ぬ故

故に之を名づく。風痺を瘰癧す驗ありと爲す」と。

和名 佐介。

に、そのようにいうのである。脳卒中に用いて、たしかに効果があった」といっている。
日本の古代名は、サケ。

91 鮭 等椎類サケ Oncorhynchus keta Walb.

である。鮭というのは本来はフグのことだとする説もあり、年魚といった言葉はアユのこととで源順の和名抄では、卵を産んで、腹が開

いたままで河を下って行くので、これまさに死のうとするところと見たのであろう。卵は、春になれば長じて塩水の中に入って行って大魚となる。その意味をいっているのでは

って、必ずしも「死ぬ」にこだわる必要はない。なお本草綱目では詳述していない。

92 鱒 七巻経に云う「味酸、熱多く、食せば瘡を發す」

と。

と。

92 鱒

七巻経には、「味は酸っぱくて、性質は熱が多いので、食べると瘡が出てくる」とある。

93 字林に云う「赤目魚なり。此の魚、鱒に似て小なり」と。

93 字林には、「目の赤い魚で、この魚は鱒に似ているが小さい」とある。

日本の古代名は、損害物によると、マス。

今案ずるに、損害物に和名 末須。

92 鱒

骨鱒類ソング Squariobarbus curriculus Rich. であるが日本では等椎類マス Oncorhynchus milkschitsch Walb (O. masou Br.)

を当てている。

93 鱒 鱒に同じで、毅然として迷わず行動するという意味で尊の字をあてたとある。鱒は、

アメノウオの別名でもある。

94 蠶魚 れいぎょ 本草に云う「味甘、寒、毒なし。濕痺、面目

浮腫を主り、大いに水を下す。五痔、瘡あるものは食すべからず、瘰癧をして白からしむ。一つには鯛魚と名づく」と。

95 陶景の注に云う「今鱧の字につくる。舊くは、是れを公蠣蛇の變ずる所と云う」と。

96 崔禹の云う「中を補い、目を明かにす。鱧肝を食して、水を飲むこと勿れ。蛇子を生ずるが故なり」と。
今案ずるに、損害物に和名 波牟。

94 蠶魚 無鱗類ハモ *Muraenesox cinereus*
Forsk. である。
湿痺 関節炎、脚気など。
瘰癧 足の疾をいう。

97 王餘魚 おうよぎょ 七卷經に云う「之を食するも、損益なし」と。

94 蠶魚 本草には、「味は甘くて、性質は身体を冷やす。毒はない。関節炎や、顔や目のむくみを治す働きがあつて、身体の水を下す力は強い。五痔とか、傷跡、腫物のある人は食べない方がよい。足の病氣は悪くなる。一名を鯛魚ともいっている」とある。

95 陶景の注には、「蠶魚は、今鱧と書いている。昔は、公蠣蛇の變化したものだということだ」とある。

96 崔禹は、「胃の働きを良くし、目が良く見えるようになる。しかし鱧の肝を食べて水を飲むな。蛇の子が腹中でわくからである」といつている。

調べてみると、損害物の中で日本の古代名は、ハム。

95 公蠣蛇 毒蛇の一種で、水蛇の異名である。
ヤマカガシの一種。

97 王餘魚 七卷經には、「これを食べても、損にも益にもならない」とある。

98 郭璞云「王餘、比目、同じ二片ありと雖、其の實は一魚なるなり。比べて行かざるもの名づけて王餘となすなり。比べて行くものを名づけて比目となすなり」と。

99 搜神記に云う「昔、越王は、鱠を爲すに魚を割きて、いまだ切らずして、半ばを海中に墮し、魚と化せり。王餘と名づくるなり」と。
和名 加禮比。

97 王餘魚 棘鰭類カレイ *Limanda angustirostris* Kit. (L. herzensteini J. et S.)

98 比目 棘鰭類ヒラメであって、比はならべる
99 越王 の意、目が一箇所にならんでいる。
この物語は呉王が魚鱠を食べ、残りの骨の残余を水中に棄てたが、これが化して比

98 郭璞は、「王餘も比目も、二面をもった魚だが、実際は一つの魚である。各個に目が一箇で相並んで行くものは比目で相並んで行かないのは王餘だ」といつている。
99 搜神記という本には、「昔のことだが、越王が鱠をつくるに、魚を半分に割いて、まだ肉を細かにしないうちに、半分が海の中におちて魚と化したので、王餘という名がついたのだ」とある。
日本の古代名は、カレヒ。

100 烏賊魚

本草に云う「味鹹、微温、毒なし。女子の漏下、赤經白汁を療す。血閉、陰蝕、敗瘡なり、腫痛、寒熱し癥瘕、子なく驚氣、腹に入りて腹痛し、痛

100 烏賊魚

本草には、「味、しおからくて、性質は、わずかに温める働きがあつて、毒はない。女性のこしけや、おりものを治す効果がある。月経閉止や、陰部の瘡などの腫れて痛むもの、おでき、ヒステリーなどで臍のまわりの痛むもの、陰部の

み臍を還り、陰中寒えて腫るるを主る」と。

101 陶景の注に云う「鵝鳥の化するところ。今其の口、脚を具え存す」と。

102 拾遺に云う「昔、寒の秦王が東遊して、箒袋を海に棄て、化して此の魚と爲す。其の狀、箒袋に似て、兩帶は、極めて長し、墨は猶、腹中に在るがごときなり」と。

103 孟詵云う「之を食して少しく髓に益あり」と。

104 養生要集に云う「味鹹、温、之を食して損益なし」と。

105 崔禹の云う「味鹹、生は大冷、干せば小温、毒なし。鬼の毒氣腹に入りて絞痛し、積聚を主る。南海に多く、釘を垂れるがごとくして浮く。烏鳥翔來して之を見、死すと爲して即ち啄む。因つて驚きて、巻きて捕えるを以つて之を殺す。故に名づけて烏賊と曰う。海神の吏となすなり」と。

中が冷えて腫れるものなどに効果がある」とある。

101 陶景は注の中で、「鵝鳥の化けたものだ。その証拠に口も、脚もちゃんと具えて残っている」といつている。

102 拾遺には、「昔、寒の国があつて秦王が東に遊行されたときに箒袋を海に棄てられ、それが化して魚になった。その姿が、箒袋に似ているし、両方のひもは長くて、しかも、墨を腹中に持っている」とある。

103 孟詵は、「これを食べると髓に多少は効果がある」といつている。

104 養生要集には、「味はしおからくて、性質は温める働きがある。これは、たべても害も利益もない」とある。

105 崔禹は、「味はしおからくて、生で食べると大いに冷やす。干して（するめにして）食べると、少し温める働きがある。わけのわからぬ毒氣が腹の中にあつて、ひきしぼるような痛みのと きや、腹中の塊りに効果がある。南海に行くと、たくさんいて、いかりを垂れたような形で浮いている。烏がとんでいてこれをみると、ちょうど死んでいるように見えるので、これを突 啄いたら、驚いてこの烏を包んで、つかまえて殺してしまうの で烏の賊という意味で烏賊という名がついた。海神の召し使い というわけである」といつている。

和名 伊加。

日本の古代名は、イカ。

100 烏賊魚

十腕類のコウイカ *Sepia esculenta*

Hoyl. で、甲殻を海蛸蛸、或は烏賊骨として

薬用に用いられる。

漏下

婦人の生殖器出血を一般に総称してい

血閉

月経閉止することをいう。

101 鴨鳥

ミヤマガラス。鴨だけの場合はヒヨド

102 葬袋

算は算に同じ。筆や硯を入れる袋のこと。

と。持ち運びしやすくした袋である。

103 髓

骨の中にあぶらをいう。

105 碇を垂れる

いかりをおろしたような形。舟から碇をおろした格好に見える。

106

海鼠

崔禹云う

「味鹹、大冷、毒なし。腎氣を補い、

百節風を去るを主る。狼は馬蛭に似て、大なるもの

は、長さ五〜六尺。小なるものは一〜二尺、體の上に

小さき角あり。數十枚の革囊の如きものを連ねて、

絨縮し、臆々膨々（蒲）なるものは是なり。干したるも

のは温。下利、毛髪を生じ、黄疸、疲瘦を主る。そ

の腸は、尤も痔を療して驗ありとなす」と。

107

七卷經に云う「食して損益なし。内に痺のあるもの

は、此れの生のものを食して利あり」と。

106

海鼠（海參）

崔禹は、「味はしおからく、性質は大冷のもの

であって、毒はない。腎の働きを良くし、身体の諸関節の痺

れ痛むのが良くなる。その姿は、馬につく蛭に似ていて、長い

ものは五〜六寸、小さいものは一〜二寸くらい。体の表面にた

くさんの角があって、数十物の革ぶくろのようなものが連って

いて、ふくれたり、ちぢんだりしているものがこの海鼠という

ものである。これの干乾したものは身体を温める。下痢を治

し、毛髪が生えてくる。やせ衰えたものや黄疸に効果がある

し、海鼠の腸というものは、痔に特効がある」といっている。

107

七卷經には、「これを食べても、損にも益にもならない。身体

和名 古。

日本の古代名は、コ。

106 海鼠 かいそ ナマコ類 *Stichopus japonicus* Sel. であるが、成分としてはサポニン物質、グリコシド、多糖類硫酸エステル、glucosamin、などを含んでいる。

百節風 ひやくせつふう 身体の諸関節のしびれ、をいう。

革囊 かくのう 皮でつくった袋をいう。

絨縮 じゅうしゆく 一本の糸で引っぱると縮むキンチャクのような形をいう。

膨々 ぼうぼう ふくれたり縮んだりの形容をいう。

臆々 おそく 臆はあまじし、臆肉のことだが、注のところで臆肉でないと断っているの、小さい革袋のようなものがたくさん外側に反張した形であるといっているわけである。

107 内に痺 ないにしび 痺は、消痺といえは素問では、糖尿病のような症状をいい、単に痺といえは疾病をさす。労病とか、つかれ、熱病、黄疸(但

しこの場合は痺黄という)、手足の関節のいたむもの(痺病) 熱なども含まれている。内に痺あるものは、というのだから、これは、病の意味である。

108 海月 かいげつ 崔禹云 さいいうい 「味辛 あじしん、大冷 たいれい、毒なし どくなし。大小腸 だいしやうちやう

(腹) つぎ を利し、關格 かんかく、黄疸 おうだん、消渴 しょうかつ を除くを主る。猥 かたち

月の海中 かいちゆう に在るに似たるが故に、以つて之を名づく。

又凝月 またぎようげつ ありて、味鹹・苦 あじかん、冷 れい、黄疸 おうだん、消渴 しょうかつ を主る。

海月に似て海中 かいちゆう に在り煮るときは即ち凝する故を以つ

て之を名づく。一名水母 いすいぼ という」と。

108 海月 かいげつ 崔禹は、「味は辛くて、性質は、大へん冷やす働きがあつて、毒はない。大腸、小腸の通じをよくするのがその効能であつて、大小便不通や、黄疸や、のどのかわく病気を治すことが出来る。姿は丁度、海中に月が浮かんだような形に似ているので海月という名がついた。そのほかに凝月というのもある。これは味はしおからくて、苦みがあり、性質は冷やす働きをもっている。黄疸やのどの渴く病気を治す効能がある。これは海月に似ていて、海中にあるのであるが、煮ると凝結するのでこの名がある。水母ともいう」といつている。

和名 久良介。

日本の古代名は、クラゲ。

108 海月

イタヤガイのことであるが、ここであ
う「クラゲ」と別物である。腔腸動物クラゲ
を指す場合と、ホタテガイを海月という場
合とがあつて混乱している。むしろ日本で
は水母を指しているのである。Rhopilema
esculentum Kish (真正クラゲ類 Scyphozoa)

のことである。

開格 格というのは格拒(こばむ)ことであ
り、関は関閉(閉じる)ということである。

ふつう上に吐き出すことを格と呼び、下に大
小便が通じないことを関と呼ぶ。大便の通じ
ないものを内関、小便の通じないものを外

関、両方とも通じないものを関格といってい
る。

黄疸 全身、尿などが黄色になる病気だが、
裏に瘀熱があつて表位に達することが出来な
いために起こるものとされている。

109 海蛸

崔禹云「味鹹、温、毒なし。虚勞、内損、
諸々の不足、及び下利を主り、中を補い、五臓を安
んず。又大なるものは長さ一丈、これを海肌子と
名づけ、小なるものは長さ尺餘寸、これを海蛸子と
名づく。江東、呼びて曰く觸妾子」と。

109 海蛸

崔禹は、味はしおからく、性質は温める働きがある。
毒はない。虚勞や内損、栄養不足などに効くほか、下痢を止め
る働きがある。胃の働きをよくし、内臓を安定させる働きがあ
る。大きいものは一丈もある。これは、海肌子という名で
呼ばれ、小さいものは尺あまりでこれが普通、海蛸子とよばれ
るものである。江東地方では觸妾子というのである」といって
いる。

109 海蛸

八腕類タコ Octopus (Polypus) octo-
podia L. でタコは章魚である。本草綱目に
は「南海に生棲し、形はイカのように大きく

て八足であり身の上に肉がある」といって
いる。和名抄には、蛸は正しくは蛸と書く、と
いつている。昔から「食い合せ」の中によく

蛸が出てくるのは、うまいので、食べすぎる
ためであらう。

110 七卷經に云う「味辛、平、生にては冷、干しては温。人、内瘕あるものは、此れを生にて食するものは利あるなり」と。

和名 多古。

110 七卷經では、「味は辛くて、性質は、冷やしも、温めもしない。生のままでは少し冷やす働きをもっている。身体の中に病氣のある人は、生で食すると効果がある」とある。

日本の古代名は、タコ。

III 蝙蝠 七卷經に云う「味甘、微寒。之を食して損益

なし。或は云う。中を補い、煩熱を去る。狀は大蚯蚓如く、海邊、池泥の中に生ず、甚だ大蚯蚓に似たるなり。湖に往きて後、人、其の穴を視て、掘りて之を取り、蘆刀を以つて之を挫く。其の腹中の土沙を去り、豉塩醬を以つて、闔食して美なり」と。

和名 委。

III 蝙蝠 七卷經には、「味は甘く、性質は、少し冷やす。これは食べても損もなく益もないものだ。又、胃の働きを良くして、煩熱をとってくれる。その姿は、大きな、みみずのようなもので、海邊や、池の泥の中で生れてくる。大蚯蚓に似ている。

湖の水がひいたあとに、穴があいているのを人がみつけて、穴を掘ると出てくるので蘆刀でこれを挫いて、こさげ、しごいて、腹の中の泥を出してから、醬油などにつけて、あえものにして食べると大へんおいしい」とある。

日本の古代名は、イ。

III 蝙蝠 ゴカイのことである。汐海砂中に生れ、蚯蚓のごとく、竜腸とも云う。体の長さ

三寸許り細長くて数多の環節より成るとある。蝙蝠は魚の名で蛸

は蟹とも書き、さすという意味である。大蚯蚓 ゲジゲジのこと。

112 蠣

本草に云う「牡蠣は味鹹、平、微寒、毒なし。

傷寒、寒熱、溫虐を主り、拘緩、鼠瘻、女子の下血、

赤白、心痛・氣結を除く。渴を止め、老血を除き、

喉痺、咳嗽を療す。久しく服せば骨節を強くし、年を

延ぶ」と。

113 陶景の注に云う「是れ百歳の鵬の化して作せるところ

なり」と。

112 蠣 擬鱗鰓類マガキ *Ostrea* (Crassostrea)

gigas Thunb. (O. laperonsei Th.) の成分と

しつは glycogen, betaine, taurine, leucine, arginine, trimethylamine, oburidine, adenine, venterpin, glycolipid, コハク酸、ビタミン A, sterol 脂肪などを含む。血糖降下作用物質がある。

傷寒 感冒の重症のもの。
寒熱 往来寒熱を起こすカゼのこじれたもの

を指す。

溫虐 まず熱からはじまり後惡寒する虐、マ

ラリヤなどを指す。

拘緩 発作性のひきつりけいれんをいう。

鼠瘻 「るいれき」を指していると思われる。

下血 腸出血、子宮出血、痔出血などを指す

が、女子の下血という場合は子宮出血のことである。

心痛 むねの疼痛をいう。

112 蠣

本草には、「味はしおからく、性質は、平かあるいは微

かに冷やすもので、毒はない。寒熱往来を起こす病氣とか、間

歇熱がある病氣、などを治す働きがある。発作性の痙攣や、ル

イレキ、婦人のこしけや子宮出血、胸の痛み、働きが悪いため

におこる胸のつまりなどを治すほか、のどの渴きを止め、老癥

113 陶景の注には、「百歳にもなった鵬が、化してなったものだ」とある。

とある。

老血 新陳代謝のわるくなった状態をいう。役

に立たなくなった血液。

喉痺 喉中閉塞して通ぜざることをいう。

咳嗽 せき。痰もあり、声もある。咳は声だ

けで痰がない。嗽は痰があつて声がない。

113 百歳の鵬 年老いているクマタカ、大わしの

こと。

114 拾遺に云う「天は萬物を生ず、皆牝牡あり、唯蠣は鹹

水、結ばれて塊と成る。然して動かず。牝牡の事、何

114 拾遺には、「天は万物を生んだのだが、そこに牝、牡の別があ

るものである。しかし蠣は、海の塩水が、固まって塊になった

に従つて而して生ずるや。經に言うところの牡は、まさに、其の雄には非ざるべきなり」と。

115 崔禹の云う「魘魅を殺し、夜不眠なるもの、鬼語し錯亂し、志意の定まらざるを治す。冬時のものは優と爲し、夏時のものは劣と爲す。煮蒸して之を食す」と。

116 孟詵の云う「火に上せ、沸せしめて殻を去り、食せば、甚だ美し。人をして、肌膚を細潤せしめ、顔色を美にす」と。

117 七卷經に云う「癩瘡あるものは食すべからず」と。
和名 加支。

115 魘魅 魔法をもつて、人をいのり殺す邪法をいうのであるが、魘はうなされる、おそろし

い夢を見て苦しい声を出す。魅は、まどわす。もののけなどという。

ので、動かないのだから、どうして牝牡の区別が出来るだろうか。本草經に言っている牡蠣の牡というのは雄のことではなからう」とある。

115 崔禹は、「もののけを感じてうなされるようなものを封ずるし、不眠症とか、うなされてわけのわからぬことを口走るもので、心定まらないものを治す。冬時のものは、優れており、夏時のものは劣る。煮て食べる」といつている。

116 孟詵は、「一度火で焼いてから殻をとり去って食べると大へんおいしい。皮膚をキメ細かに潤いある肌にし、顔の色も良くなる」といつている。

117 七卷經には、「癩の瘡のある人は、食べてはならない」とある。
日本の古代名は、カキ。

118 海蛤

本草に云う「味苦・鹹、平、毒なし。欬逆、

118 海蛤

本草には、「味は苦くて、しおからい。性質は平であ

上氣、喘、煩滿、胸痛、寒熱を主り、陰痿を主る」と。

119 陶景の注に云う「鴈の矢中にこれを得るなり」と。

120 説文に云う「千歳驚化して海蛤、魁蛤と爲る。一名、

伏老とす。伏翼化して蛤と爲る。今亦、子を生みて滋々長ず」と。

118 海蛤 真正鸚鵡類ハメグリ Meretrix meretrix L. (M. lusoria Rod.) で、ハメグリが多

糖類硫酸エステル glucan polysulfate は血液

凝固阻止作用があるという。

陰痿 精気の消耗が過度のために陰茎が用をなさないうもの。陰萎の字をあてる場合もある。

119 鴈の矢 矢の字はもと尿の古字。糞のこと。

小さいときに鴈に食べられるので、未消化のものが糞の中に出て来るわけである。

120 千歳驚 千年も生きたツバクロという意であるが、その肉質を指している。

魁蛤 フネガイ科のハイガイ Anadara granosa Linne ヲウブガイ科ともいわれてい

って、毒はない。咳込み、のぼせ、息苦しく、胸苦しく、胸痛むもの、悪寒し発熱するものを治し、インポテンツのような陰の萎縮によい」とある。

119 陶景の注には、「鴈の糞の中にこれを見ることがある」とある。

120 説文には、「千歳驚が変化して海蛤、魁蛤が出来る。一名を、伏老ともいい、伏翼が変化したものが蛤となる。これが子を生んで生長していくものである」とある。

る。海蛤と魁蛤を同一物としているものもあるが、本草綱目では、全く別ものとしているので、別種とした。

伏老 貝の名、アカガイ。蝙蝠（伏翼）の年

老いたものが化して成るといふ。

伏翼 動物の名で、コウモリ。服翼ともい

121 拾遺に云う「案ずるに海蛤は、是れ、海中の爛殻にし

て、久しく泥沙に在りて、風波にて陶灑せられて、自

然に圓淨せるものなり。文蛤は是れ未だ爛ざるの時

121 拾遺には、「海蛤は、海の中で殻が海水や砂のためにすり減ら

されて、久しい間に、光るようになって古い質がなくなつてしまったものであり、文蛤はまだみがかれてないので紋がある」とある。

は、殻は猶文あるもののごとし」と。

122

崔禹の云う「冷、氣勞を主り、氣力を補う。猥小

さきものは、巨勝に似て、而して潤澤。然して鵝

鴈の吞食するところなり。大なるものは圓二寸三寸及

び五寸六寸、殻の上に文理あり、而して紫斑或は、彫

彫黃黃、或は淥々斑々、或は蔽々黒々、純黒を以つ

て良と爲す」と。

和名 波末久利。

121 風波にて陶瀝せられ 海中で海水や砂で、み

がかれて光ってくることをいう。

122

氣勞 精神的な疲労のことで五勞のうちのひ

とつ。

巨勝 本文には、巨勝となっているが巨勝と
いう本草名は見当らない。巨勝は胡麻のこと
である。

鵝 ガチヨウで、鴈を飼いならした変種であ
る。

鴈 雁のことでかりがね。

彫々黄々 彫は祭の翌日にとり行う祭のこと

だが、彫々はきわめて和楽に富む美しい色の
黄色をいう。

淥々斑々 淥は水のしたたるさまで漣に同じ

122

崔禹は、「海蛤は、性質は身体を冷やすものであって、精神の
疲労に効果がある。氣力を強める。形の小さいものは胡麻に似
ていてつやがある。これらは鵝や鴈が吞食する。大きいものは
二寸三寸から五寸六寸にも達し、殻の上に、模様の入ったもの
は、紫や、黄、緑、黒などで彩られているが、純黒のものが上
等である」といつている。

日本の古代名は、ハマグリ。

であるから、水が清くしたたつたような斑点
がつながってある。

蔽々黒々 蔽の字と同じで、説文には蔽は黒

と青とが交った文理としているので、黒の中
に青色を上へのせたような斑紋をいう。

123 石決明

本草に云う「味酸、平、毒なし。目、白翳して痛み、清盲を主る。久しく服せば精を益し、身を軽くす」と。

124 陶景の注に云う「是れ鰻魚の甲あるもの」と。

125 蘇敬の注に云う「七孔のあるもの良し」と。

123 石決明 前鯢類アワビ Halotis (Notohalotis)

rigantea Gmel. の介殻で石灰質・膠質などを含む。肉に遊離アミノ酸がある。

白翳 白内障のような症状をいう。

清盲 緑内障のことで一般にはアキメクラと

いった。緑風とか緑眼、青盲などともいわれる。

124 鰻魚の甲 鰻魚の甲はちょうど蛤のようだが、一片だけが殻があるだけなので石に附着して生じるが、ちょうど一片だけが甲になっている。

123 石決明

本草には、「味は、酸っぱく、性質は平であり、毒はない。目に白くかがりのあるものや緑内障を治す働きがある。長期間服用すると、精力を強くし、身体が軽くなる」とある。

124 陶景の注に、「鰻魚に甲のあるものが、石決明だ」とある。

125 蘇敬の注には、「七つの孔をもっているものが上等である」とある。

126 崔禹云う「温。腰脚の諸病を主り、五臓を補い、中を安んじ精氣を益す。狼は、細孔ありて離々。或は九、或は七、鰻を以つて眞となす。或は鮑の字に作るも亦、誤りと爲す。之を食して、九竅を利し、心目を聰了にするが故に決明の名あり。亦、石に附きて生くるが故に、呼びて石決明と曰うのみ。秦皇の世に、

126 崔禹は、「性質は温める働きがあり、腰、脚などの諸病をよくする。五臓の働きによく、胃腸を安らかにして、精氣を増す。その姿は、細かい孔が、はなればなれに、或は九つとか七つとかある。鰻と書くのが本当である。鮑の字をあてているのは間違っている。これを食すると九竅（目二つ。耳二つ。鼻二つ。口、陰部と尻の穴を入れて九つとする）の働きをよくし、特に、心目をさとき明らかにするために、決明という名をつけたものである。又、石にくっついて生活するために石決明とい

不死の藥を東海に覓すというものは、豈に斯れにおいて謂えるものなるか」と。

和名 阿波比。

覓 覓の俗字であつて、さがす、もとめるなどの意味である。

うわけである。秦の始皇の時代に不死の藥を、東海にさがしに行かせたというのは、このようなものを言うのかも知れない」といっている。

日本の古代名は、アワビ。

127 靈羸子

崔禹云「味鹹・甘、小冷、毒なし。下氣を主る。肝膽の氣を補い、目を明らかにす。東海に多し。狼は橘に似て圓し。其の甲、紫色にして、芒角を生じ、角を以つて脚となす。口は人の臍に似る。臍中にもものあり、馬齒の如くして堅く白し。腸は蛭の色の如く赤黒し。殊に喉痺を療し、丈夫に利あり。」

和名 宇仁。

127 靈羸子

崔禹は、「味はしおからく、甘味もあつて、性質は少し冷やす働きがある。上氣を下し、肝、胆の働きを良くし、視力を良くする。東海の地域でよく穫れ、形状は、橘のように丸くて、その甲は、紫色をしていて刺のような角が生えていて、この角は、脚の役割をしている。その口は、丁度人間の臍のようで、この臍のようなものの中に馬の歯のような、堅くて白い歯がある。腸は、蛭の色のような赤黒いものがある。効能としては喉痺とか、男子に特に精力をつけるものである」といっている。

日本の古代名は、ウニ。

127 靈羸子

海膽ともいひ、棘甲羸などともいわれるウニ類 (Echinoidea)。主としてムラサ

キウニ Anthocidaris (Helicidaris) crassipina, A. Agass. べ成分は lyssolecithin. 棘皮

色素は spinochrome, testachrome など、一種の脳下垂体ホルモン様作用がある。

芒角 本来は、のぎの末端のような「つの」という意味で、星の光の種先をいう。稜角、触角なども芒角と云つてよい。

喉痺 喉中閉塞して通じないこと、急性の喉頭気管カタルなどの症状や、扁桃腺炎などにも喉痺をあてている。

羸 和名類聚鈔には、羸羸子となっており、本草和名では羸に訂正してある。羸でよいのであろう。

128

辛羸子

崔禹云「味辛壘、大熱、毒なし。猯は田

螺に似て、口に蓋あり、蓋は甲香に似て、色は琥魄（琥珀）の如く、薄々、光々とするものはなり。之を噉えは快味と爲す。師門、此を得てまさに之を食せんとするの間に、夜中に、耳に數十層（尼の古字）の唄聲を聞く。覺むるに及びては、聞えず。門は即ち、放生してこれを噉喫せず」と。

和名 於保安支。

128

辛羸子

崔禹は、「味は辛さをあつめたもので、性質は大熱であり、毒はない。形態は、タニシに似ていて、口にはフタがあり、そのフタは甲香（タニシ類などの厖）に似ていて、色は琥魄色をして淡く輝いている。食べるとさわやかなうまさである。師門という人が、辛羸子を手して、食べようと思つていたが、夜中に、数十人の尼さんが唄っている声が耳に入つて、眠りから醒めてみると、その唄聲は聞えなくなった。門は、食べたことをやめて、生かしたまま海に放してやった。」といっている。

日本の古代名は、オホアキ。

128

辛羸子

小辛羸は、ふつう羸と称するものであつて、このものは大きい種類である。前

鰓類ナガニシ、又はアカニシ (Rapana thomasi Cross) を指している。

辛壘 からい上にもからく、からさをあつめ

たような味をいう。

甲香 甲香は流螺 Turbo cnutus Solander のことだと中葯大辞典にある。蟹の腹部に、か

たい、丸味のものがあるが、これを厖という。タニシ類の殻口をとじるうすいフタのこ

とをいう。

琥魄 前世紀の針葉樹脂が地中で石化したもので松ヤニの色である。

噉喫せず たべなかった。

甲贏子

崔禹云「味澁・鹹、小冷、毒なし。蝓毒

を主り、中を補う。蝦は辛螺に似て口に角蓋あり、

蓋の上は、甲錯、鮫魚の皮に似て臄々膨々のもはれ

なり。昔、烈眞は、東海の碣陂に到りて、巨螺を獲

る。其の大きいさ十升の器の如し。まさに、之れを食せ

んとするの間、夜中に化けて女人となりて語りて云

う。夫婦と爲らむと。十日共に俱に之と遊ぶ。忽然と

して見えず。爰に眞は贏を視るに、中に光る物あり即

ち敗りて見れば大きな珠あり。いまだ作りて之を食せ

ざるに、仙に登りぬ」と。

和名 都比。

甲贏子 本草和名によると、蝦は、辛螺に似

て口に角蓋があつて、蓋の上に甲錯があつて

鮫魚に似るとあり、榮螺、板螺、一名を、紺

とある。前鰓類 Prosobranchia の一之である

が黒色螺のこととする人もある。

蝓毒 虫の毒、虫による毒。

甲錯 さめはだ。

臄々膨々 臄は小さい盛り上った肉が膨はさ

甲贏子 崔禹は、「味は渋く、しおから味があつて、少し冷

える性質がある。毒はない。蝓毒を消す効用があつて、中焦の

氣を補う働きがある。形は、辛贏子と似ているが、口に角蓋が

あつて、蓋の上は鮫肌のようにザラザラしてサメの皮のように

なつていて、凸凹に膨れているのがこれである。昔、烈眞とい

う人は、東海の碣陂というところで、すぐ大きな螺を獲つ

た。その大きさは一升入りの器くらいあつた。これを食べよう

とするが、その間、夜中に女性の姿に化けて語るには『一諸に

住もう。夫婦になろう』という。十日ほどその化けた女性と遊

んだが、とつぜん姿が見えなくなった。烈眞は、贏の中をのぞ

くと光るものがあつたので殻をこわしてみると、大きな珠が見

つかった。螺を食べないのに、とうとう仙人になった。」とい

っている。

日本の古代名は、ツビ。

らにふくれる。小さい粒々の肉が盛り上った

形容。

東海の碣陂 広東省の海岸の石山。

130 小羸子

崔禹云「味澁・鹹、小冷、毒なし。赤

白下利を主り、中を補う。猥、甲羸に似て細く小

く、口に白き玉の蓋あり、煮て之を噉う」と。

和名 之多多美。

130 小羸子

崔禹は、「味はしぶく、しおから味があつて、性質

は、少し冷やす働きがある。毒はない。赤痢、白痢などの下痢によく効果があつて、胃腸の働きを良くする。形は甲羸子と似ているが細くて小さい。口には、白い玉のようなフタがある。煮てたべるとよい」といつてゐる。

日本の古代名は、シタタミ。

130 小羸子

羸の文字は羸の文字を省略したもの

で螺、蝨と同じで、虫に従うという意味だ。

蝨の羸形のものという意味だと李時珍は説明している。だからこの種類は螺の小さい種類

だという。

白き玉の蓋 磨というのは閉じ藏れた状態を

いうのであつて、これが白玉のような蓋、つまり磨(317頁甲香の注参照)があつて、光彩

が美しいので鏡の背面を飾るのに用いるとい

う。

131 口廣大辛螺

七卷經に云う「肉は味甘、冷。其の膽

は味辛。形は大辛螺に似て少しく小。其の甲は少

色薄く、少し青黒し」と。

和名 於保爾之。

131 口廣大辛螺

七卷經には、「肉は甘い味があつて、性質は冷

やす働きがある。その胆の味は辛い。大辛螺と似ているが、少し小さく、その甲の色は薄く、やや青黒」とある。

日本の古代名は、オホニシ。

131 口廣大辛螺

本草和名には七卷食經に出典が

あり、黒色貝の種類だとしてゐる。腹足類

Gastropoda に属す。

132 石陰子

崔禹云「味酸、小冷、毒なし。消渴、

渴利、黄疸、癰瘡を主る。目を明らかにし、中を補

う。狼は、人の足に似て、表は黯黒にして毛を生ぜ

り。是の物、海中に生じて、陰の精ある故に名づけて

石陰子と曰う」と。

和名 加世又は伊加比。

132 石陰子

崔禹は、「味はすっぱくて、性質は、少し冷やす働きがある。消渴に大へん効果があるものだ。のどの渇きや、黄疸、おできなどにも利益がある。目をよく見えるようにし、胃の働きを良くする。形容は人の足のような形で、表は真黒く毛が生えている。石陰子というのは海の中で生れて、陰の精をもっているという意味で、石陰子という名がついた」といっている。

日本の古代名は、カセ、イカヒ。

132 石陰子

淡菜ともいい、糸鰓類イガイ Mytilus crassitesta Lischk. (M. coruscus Gould.)

で蛋白質や脂肪を含む。

黄疸

全身及び尿が黄色になる病気であるが、陰病とされるために、陰の精をもって補うという意味がある。

癰瘡

ふきでもののキズなど化膿性の病変をさしている。

133 龍蹄子

崔禹云「味鹹・辛、冷、毒なし。黄疸、

消渴渴利を主り、酒を醒ます。狼、大の蹄に似て、

石に附く。肉を生じ頭に黒髪を生じ、白く巻曲せる

ものは是れなり」と。

和名 世。

133 龍蹄子

崔禹は、「味はしおからく、辛い。性質は冷やす働きがある。毒はない。黄疸や、口渇甚だしくて排尿回数が多いものや、のどが渇いて水を飲みたがるものや、下痢の症などに効果があり、酒の酔を醒ます働きがある。形容は犬の足の蹄のようで、石がくっついていて、肉の先の方には黒髪のようなものが生えていて、白く巻いているものが龍蹄子である」といっている。

日本の古代名は、セ。

133 龍蹄子 石蛸ともいひ蔓脚類カメノテ Mitel-
la mitella L. のこと。

134 寄居 崔禹云「味鹹、冷、毒なし。渴を主る。

酒を醒まし、煩熱を去る。狼蜘蛛に似る。是のものがよく他殻中に容り居して殻を負う。行人、犯驚せば即ち、足を縮めて轉びて墮ち、死せるに似せる。乃ち人物、過りて行けば行く。掇り取りて之を噉うには、殻を以てて炙火すれば即ち走り出す。亦拾い掇りて之を食す」と。

135 拾遺に云う「之を食せば顔色を益すなり」と。
和名 加牟奈。

134 寄居 十脚類ヤドカリの中のアシボソヤドカリ
Spiropagurus spiriger de Haan. のこと。

蜘蛛 クモとタコ。

134 寄居 崔禹は、「味はしおからみであって、性質は冷やす働きがある。毒はない。のどの渇きに効果があつて、酒の酔をさまし、わずらわしい熱をとり去る。形容は、蜘蛛か蛸のようである。他の殻に寄生して生きており、殻を背負つて歩く。人がびつくりさせると、足を縮めて、ころげ落ちて、人が居なくなる

と走り出す。これを取つて来て食べるのには、殻を火であぶるととび出してくるから、これを拾つて食べるとよい」といっている。

135 拾遺には、「これを食べると顔の色ツヤがよくなる」とある。
日本の古代名は、カムナ。

136 擁劔 膳夫經に云う「藥用に入れず」と。

137 七卷經に云う「廣志に云う、蟹に似て、色黄なり、方

二寸。其の一釐は、偏長にして三寸餘り。特に光りあ

り。其の短きものは、物を食するに口に着ける。一つ

に云う、その大釐は、和して、劔の如くに利す。その

愛すべきこと如實也」と。

和名 加佐女。

135 擁劔 蟬ともい、十脚類モクズガニの
中のガザシ Portunus trituberculatus Miers.

137 蟹 である。小児の痞氣に用いることがある。
かにのはさみのある前足をいう。

136 擁劔 膳夫經には、「藥用には用いない」とある。

137 七卷經には、「廣志に云っていることだが、蟹に似ていて、色

が黄である。二寸四方くらいの大さきで一本のカニのはさみの

ついた手は、特に片寄って三寸ばかりにのびていて、特に鋭く

光っている。そして短い方は、食べものを食するとき口に着け

る。大きいのはさみと調和して、劔のように利用している。その

愛すべき状態は実際に見ないと判らない」とある。
日本の古代名は、カサメ。

138 蝦 七卷經に云う「味甘、平。之を食するも、損益

なし。梅李、生菜と合すべからず。皆人をして病ま

しむ。」と。

139 養生要集に云う「蝦は、鬚なく、又、亦腹の下、黒く

通りたるものは、之を食せば人を殺す」と。

138 蝦 七卷經には、「味は甘く、性質は平である。人がこれを

食べても、害にも利益にもならない。梅や李や生の野菜と合食

してはいけない。病氣になる」とある。

139 養生要集という本には、「蝦は鬚のないものや、腹に黒いすじ

の通ったものは食べると死ぬことがある」とある。

140 又云う「蝦を煮るときはまさに赤かるべきに、反つて白きものは之を食する勿れ。腹中に蟲を生ず」と。
和名 夜比。

138 鰕 十脚類エビ Palamon (Leander) pauci-dens de Haan. で、小毒ありとするものもあ

る。この種類も多く、海鰕シナクルマエビ、イセエビなども含まれる。

140 又、「蝦は、煮ると赤くなるはずなのに、反って白いものは、これを食べると腹の中に虫がわくことがある」とある。
日本の古代名は、エビ。

141 蟹 本草に云う「味鹹、寒、毒あり。胸中の耶熱、氣、結ばれて痛み、咽僻して、面腫するものを療す。血氣を散じ、漆瘡を愈すを主る」と。

142 崔禹の云う「皸鼻、惡血を主り、目を明らかにし、酒を醒ます。蟹類は亦多くして、蔡謨、初めて江を渡るに、識らずして蟹を喫いて幾んど死なんとす。乃ち歎じて云う。爾雅を讀みて熟せず。勸學の誤れるところなるのみ」と。

141 蟹 本草には、「味はしおからく、性質は寒の働きであつて、毒がある。胸の中の邪熱や、氣が結滞して痛むもの、顔面の神經麻痺によつて顔の浮腫するもの、などには効果がある。月経痛を散し、うるしかぶれを愈すのがその効用である」とある。

142 崔禹は、「赤鼻、ざくろばなや、惡血などを治し、目が明らかになり、酒の酔をさます。蟹の種類は大へん多く、蔡謨という人が、初めて河を越えたときに、知識なしに蟹を食べて、ほとんど死にそうになったときに、なげいて言うことは、爾雅という知識の宝庫のような本を讀んで、とくいになつていたが、熟達してないためにこのような目に合つた。これは、學問の仕方間違ひがあつたからだと言つた」といつている。

141 蟹 十脚類カニ（モクスガニ）Eriocheir japonicus de Haan. (Camposcia retusa Latr.) で成分としては脂肪、蛋白質、arginine, tryptophane, tyrosine, alanine, leucine, kanitrim, histamine 様物質を含む。子宮収縮作用があり血圧下降作用もあるという。

喝僻 喝は口ゆがむ。僻は一方に片よる。つまりは、顔面神経麻痺のことをいう。
漆瘡 うるしかぶれ。
142 鼓鼻 酒鼓鼻ともいふ、赤鼻、ぎくろばな、酒鼓、鼓赤砲などともいう。
爾雅 十三経の一つであり文字の説明書でも

ある。爾雅の作者は周公ということになっているが、孔子の門人の作という主張もある。勸學 学問をするようにはげますことをいう。

143 孟詵に云う「蟹の脚の中の髓、及び腦（腦）は能く、斷筋の骨を續ぐ。人、蟹の腦髓を取り、之を微熬して、瘡中に内れしむれば、即ち、筋をして連續せしむ」と。

144 七卷経に云う「蟹の目、下に在るものは食せば人を傷む」と。

145 馬琬云う「蟹に六足ありて腹の下に毛なきものは、並べて人を殺す」と。

146 養生要鈔に云う「蟹の目、相向い、及び、目赤く、足に斑あるものは食すべからず。人を殺す」と。

143 孟詵は、「蟹の脚の中の髓や、脳を食べると、筋ちがいの骨の痛みをとって早く治す。骨と骨との断筋のとき、蟹の腦髓を少し熬ってその瘡の中に入れておくと、早くつながる」ともいつている。

144 七卷経には、「蟹の目が、下についているものは、食べると害がある」とある。

145 馬琬は、「蟹に六本足のものがあつて、腹の部分に毛のないものがある。これを食べると死ぬことがある」といつている。

146 養生要鈔には、「蟹の目がふつうは併行しているものが相対していたり、目が赤かったり、足に斑点のあるものは食べない方がよろしい。死ぬことがある」とある。

147 食經に云う「率べて、皆冷利。嗽を動ずるものは、多く食すべからず」と。

和名 加爾。

147 食經には、「すべて蟹は皆、冷やす働きと下痢の性質があるので、嗽の持病のあるものは、あまり多くは食べない方がよろしう」とある。
日本の古代名は、カニ。

148 河貝子

崔禹云う「味鹹、冷、毒なし。黄疸、消

渴を主る。」と。

和名 美奈。

148 河貝子

崔禹は、「味はしおからく、性質は冷やす働きがある。毒はない。黄疸や、のどが渴き、小便頻数のものを治す効果がある」といつている。
日本の古代名は、ミナ。

148 河貝子

蝸螺ともいふ、前鰓類ヒメタニシ
Viviparus histricus Gould. (*Sinotata histrica*)

(G.) の肉。石灰塩類を含み、この種類にカワニナの類もある。

149 田中螺汁

本草に云う「大寒、目熱して赤く痛む

を主る。渴を止む」と。

149 田中螺汁

本草には、「性質は大いに冷やす働きがある。目は、熱して赤くなって痛むものによい。喉の渴きを止める」とある。

149 田中螺 前鰓類タニシ *Viviparus japonicus* Mart. (C. japonica Mart.) オオタニシヤ

ルタニシなども含まれている。成分としては脂肪、蛋白質、のほか glycogen, choline,

taurine, p-lactic acid など。利尿効果もあるといわれる。

150 陶景の注に云う「田水の中及び、湖濱の岸側に生ず。

形は圓くして、大なるは梨、柿の如きものあり。人は又赤く煮て之を食す。熱を療し酒を醒し、渴を止める。眼痛を患うときは、眞珠、ならびに黄連を取りて壓裏に内れ、久しくして汁出づるを取り、以つて目中に注ぐに差ゆること多し」と。

151 蘇敬の注に云う「殻は尸注、心腹痛を療す。又失精を主る」と。

152 拾遺に云う「煮て食せば之れ大小便を利す。腹中の結熱を去る。目、黄にして脚氣、上に衝き、少腹急硬、小便赤く澀り、脚手浮腫を生ずるには、水〈新汲水なり〉に浸し、汁を取りて之を飲む。消渴を止む。此のものの死に至るは難し、誤りて、壁中に泥ぬれるありて、廿歳にして猶活きたり」と。

153 崔禹の云う「田中螺子は味鹹、小冷、毒なし。酒を

150 陶景の注に、「田の中の水中とか、湖や、耕地間のみぞの岸に發生する。形も丸くて大きさは梨や柿のようなものもある。赤くなるまで煮てこれを食べる。熱性の病氣を治し、酒の酔いをさまし、のどの渴きを止める。もし眼痛を患うようなときは、眞珠と黄連を入れて裏フタに蒸発した汁がつくまで長時間煮、その汁を目の中に注入すると、治療効果が高い」といっている。

151 蘇敬の注には、「殻は、尸注や、心腹の痛みを治し、精を漏らすのを治す」とある。

152 拾遺には、「煮て食べると、大小便の通じをよくする。腹中にむすばれた熱をとることが出来る。目が黄色で、脚氣、衝心して下腹部ひきつり、硬くて、小便が赤く、しぶって、手や足がむくんでくるような病氣のときには、新汲水で浸しておいてその汁をとって飲む。消渴を止める。田中螺汁は、なかなか死なないもので、誤って泥の中にあるものを、そのまま壁に塗り込んであったものが、二十年を経過してもまだ生きていたという話もある」とある。

153 崔禹は、「田中螺子というものは、味しおからくて、性質はやや冷やす働きがある。毒はない。酒の酔いをさます効果がある。働きは冷やすのであるが、冷しっぱなしでなく補う働きがあるのだ」といっている。

日本の古代名は、タツビ。

醒ますを主る。冷し、之を補う」と。

和名 多都比。

150 湖漬 湖はみずうみ、漬は耕地用水などのみ

ぞをいう。

眞珠 擬鱗鰓類シユガイやアコヤガイな

どの殻内に生ずる一種の病的産物である。

黄連 オダマキ科オウレンの根である。

懸裏 懸は中が黒いという意味で、フタの裏

がわを指す。

151 尸注 病源には五尸というのがあって、その

中の一つで、外鬼邪の気をさしはさみ、身体に流れ注ぎ、寒熱淋瀝し、黙々として苦しむところを知らず、処としては病まざるところなしという。尸は屍のことをいう。

失精 夢の中に交接して精液をもらすことをいう。これは精力ぜつりんのためではなくて

虚しているためとされる。

152 新汲水 新しく汲み上げた井戸水をいう。

五菜の部第四

第四章 五菜の部

1 竹筴ちくせき(筴) 本草に云う「味甘、毒なし。消渴を

主り、水道を利し、氣を益す。久しく食すべし」と。

2 崔禹さいう云う「味甘、少冷、水道を利し、消渴を止め五痔を主る。」と。

3 孟詵もうしん云う「筴は氣を動かし、能く冷癥を發す。多食すべからず」と。

和名 多加牟奈。

1 竹筴ちくせき タケ科のタケノコ。特にハチク *Phyllostachys nigra* Munr. var. *Henonis* Stapf. の地下茎嫩芽をいう。成分としては asparagine, tyrosine, guanine, hypoxanthine, xanthine, betaine, pentosan, leucine, aspartic acid, glutamic acid, valine, 酵素、エグ味、色素、フラボノイドなどがあり、中国ではあらゆる料

理の中に入れ用いられる。

消渴 日本では古来から、婦人の淋疾や、膀胱、尿道のやまいを、消渴といっている。口渇と多尿の伴う病氣。

五痔 千金方では、牡痔と云って肛門のふちに、ねずみの乳房のようなものがぶつぷつと腫物ができて、時々くずれて、膿血を出すも

1 竹筴ちくせき(筴) 本草には、「味は甘く、毒はない。消渴を治す

効果が有り、身体の体液の通過をよくし、働きをよくする。長期間食べるとよい」とある。

2 崔禹は、「味は甘く、性質は、少し冷やす働きがあり、体液の流れをよくし消渴を治し、あらゆる痔に効果がある」といっている。

3 孟詵は、「筴は、邪氣を動かし、冷やして腹中に硬結をつくらせることがあるので、あまり多食はしない方がよろしい」といっている。

日本の古代名は、タカムナ。

の、牡痔といつて、肛門が腫れたみ、瘡のできるもの、脈痔といつて、肛門のふちに瘡ができ、かゆく痛むもの、腸痔といつて、肛門のふちに核が生じ、痛んで発熱するもの、血痔といつて、大便のたびに、血が出て、その都度衣服をよごすものをいう。以上の五つを五痔としてあげている。

4 白蒞子^{はくがし}

本草に云う「味甘、平、寒、毒なし。人を

して悦澤^{えつたく}ならしめるを主る。顔色^{がんしよく}をよくし、氣^きを益^まし、飢えず、久しく服^{ふく}せば、身を軽くし老いに耐^たう」と。

5 陶景の注に云う「熟蒞^{じゆくか}に數種あり、瓢^{じょう}瓜^{うり}の實なり」

を除きて之を食す。人を害せず。若し、食多く入るを覺^{さと}らば、水に自ら漬^{みず}れば、即ち、便^{すく}に消^{しょう}す」と。

6 又云う「博物志^{はくぶつし}に云うには、水に浸^{ひた}りて、項^{うなじ}に至^{いた}りなば、蒞^{うり}を食^{しよく}して數^{かず}なきなり」と。

7 崔禹^{さいう}の云う「味甘、冷、毒なし。之を食せば水道^{すいみち}を利^りし淡水^{たんすい}を去^さる。未熟^{みじゆく}のものはへ味甘、冷、毒なし。冷^{れい}。黄熟^{おうじゆく}のものは平^{へい}。其^その瓢^{じょう}は甘^{かん}。中^{ちゆう}を補^{おぎな}い、腸胃^{ちやうい}の中風^{ちゆうふう}を除^{のぞ}き三蟲^{さんちゆう}を殺^{ころ}し、眩冒^{げんぼう}を止^とむ」と。

8 養生要集^{ようせいようしゆ}に云う「瓜^{うり}、二蒂^{ふたつへた}および二莖^{ふたつきぎ}のあるものは之^{これ}を食^{しよく}せば人^{ひと}を殺^{ころ}す」と。

4 白瓜子^{しろかうり}

本草には、「味は甘く、性質は平である。又は寒^ひやす作用がある。毒はない。人の肌膚^{きふ}のつやをよくする。顔色がよくなり、働^{はたら}きをよくし、餓飢^{がけ}にならない。長期間食^くべていると身体が軽^{かろ}くなって、老^{おい}化^かしない」とある。

5 陶景の注には、「熟瓜^{じゆくか}の種類は、たくさんあるが、瓢^{じょう}（種子^{たね}のワタ）を取り除^{はず}いてたべる。へ瓜^への実^みであつて、女^{じよ}、良^{りやう}の反^{はん}である」食^くべても人に害^{がい}がないので、もしたくさん食^くべすぎたと感^{かん}じたならば、水の中に、身体^{しんたい}を漬^{ひた}けておくと、速^{すみ}く消化^{しょう化}する。

6 又、「博物志^{はくぶつし}に、水に浸^{ひた}つて、首^{くび}の辺^へまで漬^{ひた}つて瓜^{うり}を食^くべると、いくらでも数^{かず}に制限^{せいげん}なく食^くべられる、と書いてある」とある。

7 崔禹^{さいう}は、「味は甘くて、性質は冷^{れい}やすものだ。毒はない。これを食^くべていると、体液^{たいえき}の流れがよくなり、痰^{たん}をとつてくれる。未熟^{みじゆく}なものは、味は甘く、冷^{れい}やす性質^{しやうしやう}があつて、毒はない。黄熟^{おうじゆく}したものは性質^{しやうしやう}は平^{へい}である。その種^{たね}のところのワタのようなものは、味は甘く、胃^いの働^{はたら}きをよくし、腸胃^{ちやうい}の風^{ふう}にあたつたもの（冷^{れい}え）をよく治^なし、三蟲^{さんちゆう}（蛔虫^{かいちゆう}、蟯虫^{しゆうちゆう}、條虫^{じょうちゆう}）を殺^{ころ}す。めまいを止^とめる」といつてゐる。

8 養生要集^{ようせいようしゆ}には、「瓜^{うり}というものは、へタの二つのものや、莖^きが一^{ひと}つのものは食^くべてはならない。死^しぬことがある」とある。

9 馬琬ばえんの云う「兩鼻りょうびのあるものは之これを食しせば人ひとを殺ころす」と。

10 孟詵もうしんの云う「寒かん。多食たしょくせば瘰癧たんおうを發はつし、宿冷しゆくれいの病やまいを動うごかす。又、瘰癧かへきの人ひとは多く之これを食しすべからず」と。
和名わみょう 宇利うり。

4 白瓜はくが子し ウリ科 Cucurbitaceae のシロウリの

ことであるが、現在げんざいは白瓜はくが子しと、次章じしやうの冬瓜とうかとを同一どういつに扱あつかっている。又、冬瓜とうかの種子たしを白瓜はくが子しとするものもある。宋そうの開宝かいほう本草ほんそうでは白瓜はくが子しとして冬瓜とうかとわけて記載きざいし、別録べつろくにのせてある。そのためこの種しゆを二項にきやうにわけたものと思おもわれる。ここでは白瓜はくが子しは冬瓜とうかの種子たしとして認識にんしすべきであらう。トウガ Benincasa

hispidula Cogn. (B. cerifera Sav.) の種子たしは、

煎せんじて痔疾しじの腫痛しゆとうに特効とくこうありという。

5 瓠こ ウリの種子たしのわた。

7 腸胃ちやうい 原文げんぶんの傍字ぼうじの腸胃ちやういの二字にじは、無用むように思おもえるが、腸胃ちやういの三虫さんちゆうを殺ころしと読よめば、意味いみは通とおじる。

9 兩鼻りやうび 二つの鼻び、又、鼻びのような形かたちをしたものが二つという意味いみで、酉陽雜俎ゆうやうざくには瓜うりの兩

9 馬琬ばえんは、「兩りやうヘタのある瓜うりは食くべると死ぬしぬことがある」といつてゐる。
10 孟詵もうしんは、「性質せいしやうは、寒ひやす働きがある。貧血ひんけつして動悸どうきの多い病びやう氣きが發生はうじんしたり、もともとの冷れいえ症しやうの症狀しやうがが出る。腹はら中に移動いどう性の腫塊しゆかいのある人ひとは、食くべてはいけない」といつてゐる。
日本の古代名こくたいなは、ウリ。

鼻び、兩蒂りやうていのもの、之これを食くせば人ひとを殺ころすと思おもえる。

10 瘰癧たんおう 黃胖わうぱんのこと、萎黃病ゐわうびやうともいい、貧血ひんけつして動悸どうきのつよい病氣びやうきである。

宿冷病しゆくれいびやう 慢性まんせいの冷れいえ症しやう。宿しゆくはふるくからある病氣びやうき。

瘰癧かへき 持病ちびやうとなつてゐる腹中の移動性いどうせいの腫塊しゆかいをいう。

11 冬瓜とうか (瓜か) 本草ほんそうに云いう「白冬瓜はくとうかは、微寒びかん。少腹しょうふくの

水脹すいちやうを除のぞき小便しょうべんを利りし渴かつを止とどむるを主つかさどる」と。

12 陶景とうけいの注ちゆに云いう「冬瓜とうかは、性せいは冷れい、毒どくを解かいし、消渴しょうかつを利りするなり」と。

11 冬瓜とうか 本草ほんそうには、「白冬瓜はくとうかは、その性質せいしやうはわずかに寒ひえる。下腹部げふぶのむくみをと、小便しょうべんの出でをよくし、のどの渴かつきをとめるのが主な効能きうのうである」とある。

12 陶景とうけいの注ちゆには、「冬瓜とうかは、性質せいしやうは、冷れいやす働きがあつて、毒どくを解毒どくごさせ、消渴しょうかつを治ちすものだ」とある。

13 神農經に云う「冬瓜は味甘、毒なし。渴を止め、熱

を除く」と。

14 崔禹云う、「冬瓜は、水瘕を除く。風冷の人は食する

こと勿れ、益々病む。又、胃反病を作る」と。

15 膳玄子張の云う「冬瓜は、之を食せば、丹石を壓し、

頭面の熱を去る」と。

和名 加毛宇利。

11 冬瓜 ウリ科トウガ Benincasa hispida Cogn.

(B. cerifera Sav.) で成分は adenine, histidine, trigonelline, 蠟、樹脂などを含むと云う。

少腹の水脹 下腹部がむくみのために腹脹することという。腹水。腹の内側が腫れのち

外側も大きく腫れて、次第に四肢まで腫れてくるものという。

14 風冷 血気の不足するものが、風の冷たさによって、顔青く心悶し、嘔逆し手足の厥冷するのという。

胃反 胃の弛緩拡張状態で、飲食物は消化せ

13 神農經には、「冬瓜は味は甘く、毒はない。渴きをとめ、体の熱をとる効果がある」とある。

14 崔禹は、「冬瓜は、むくみのために起こる腹脹をとる作用がある。風冷のある人は、食べない方がよろしい。ますます悪化する。又、胃反という病気になる」といつている。

15 膳玄子張は、「冬瓜は、胆石を押し出し、顔面ののぼせた熱をとる作用がある」といつている。

日本の古代名は、カモウリ。

ずして、朝に食すれば夕に吐す、夕に食すれば朝に吐すといったものという。

15 丹石を壓す 胆石は時に痛み、時におさまるので、圧えることという。

16 越瓜 孟詵云う「寒。陽を利し、腸胃を益し、渴

を止む。久食すべからず、氣を動ず。渴を止ると

雖も、仍お諸瘡を發し、虚脚して行立すること能わざ

16 越瓜 孟詵は、「性質は冷やすものである。消化器の働きを

よくし、のどの渴きを止めるはたらきがある。長期間は食べない方がよろしい。邪氣を動かすので、渴をとめる効力はあるけれども、いろいろの腫物を発生させて脚の力が抜けて立つこと

らしむ」と。

17 本草、陶の注に云う「越瓜は人、菹をなすを以つて、これを食せば亦た冷ゆ」と。

18 拾遺に云う「之を食せば、小便を利し、熱を去り、酒毒を解す」と。

今案ずるに、損害物に和名 都乃宇利。

16 越瓜 ウリ科シロウリ Cucumis Melo L.
var. Cononon Mak. の果実。成分としては

ビタミンBが多く含まれている。
陽を利す 陽は皮膚の表面が陽であり、気は

陽だから、はたらきをよくするという意味。
17 菹 つけもの、酢づけの野菜や塩漬をさす。

19 胡瓜 孟詵云う「寒。多食すべからず。寒熱を動かし、瘡病を發す」と。

20 晤玄子張の云う「疝氣を發し、百病を生ず。人の陰を消し、諸々の瘡疥を發し、脚氣を發す。天行の後、卒に之を食すべからず、必ず再發す」と。

も歩くことも出来にくくなる」といつている。

17 本草と陶景の注に、「越瓜は、人々は菹にして食べるけれども、これを食べてもやはり冷やす作用がある」とある。

18 拾遺には、「これを食べると、小便がよく出るようになり、身体を熱をとって、酒の中毒を解毒する」とある。

今損害物を調べてみると、日本の古代名は、ツノウリ。

19 胡瓜 孟詵は、「性質は寒やすものだから、多食してはいけない。病気の寒熱を動かすので、マラリアのような病気を起こしやすい」といつている。

20 晤玄子張は、「筋肉のひきつる病を發して、あらゆる病気のもとなる。人の精気を消耗させ、いろいろな化膿性の病変やひぜんがさを發生させ、脚氣になる。流行病のあとでにわかになれを食べてはいけない。必ずといってよいほど再發するもの

今案するに、損害物に和名 加良宇利。

だ」といっている。

今損害物を調べてみると、日本の古代名は、カラウリ。

19 胡瓜 ウリ科キウリ *Cucumis sativus* L. の

果菜で成分としては、pentosan, adenine, trigonelline, arginine, surkenalcohol, rutin, isouercitrin, arginin-glucoside など、ビタミンC破壊酵素も含まれるという。

20 疝氣 す。筋肉の急縮する一種の病気を疝というのであるが、疝氣は、肋骨弓下にある凝結物をさす。しこり。

さ。腫瘍のすべてをいう。

脚氣 きやつき、或はカッケとも読む。腫れるのを湿脚氣、腫れないのを乾脚氣という。

天行の後 流行性の病氣にかかったあと。

人の陰 精氣の消耗をいう。

瘡疥 瘡は化膿性疾患をいい、疥はひぜんが

21 茄子 かし

崔禹云「味甘、噉、温、小毒あり。皮膚を充し、氣力を益し、脚氣の人、苗葉を以つて、煮て脚を濡せば、皆毒氣を除く。尤も良き驗を爲すなり」と。

21 茄子 なす

崔禹は、「味は、甘く、あく氣があつて、身体を温める力がある。少し毒がある。皮膚を充実させ、元氣を出させる。もし、脚氣のときは、苗のときの葉を煮て、その汁に脚をひたしておくと、毒氣がなくなる。最良の効果があるものだ」といっている。

22 七卷経に云う「温、平、之を食せば多く氣を動かす陽

を損ず」と。

七卷経には、「温める作用がある。あるいは平ともいう。これを食べると、氣を動かすために陽の働きが少なくなる」とある。

和名 奈須比。

日本の古代名は、ナスビ。

21 茄子 ナス科ナス Solanum Melongena L. の
果実及び苗葉で、成分としては delphinidin,
delphinidin-3-glucoside, delphinidin-5- (p-
coumaroyl-L-rhamnosyl-D-glucoside)-5-gluc-

coside chloride, delphinidin-3, 5-diglucoside,
nasunin, violanin (delphinidin-glucoside),
quercetin, carotin, hyacin, chlorogenic-, neo-
chlorogenic-, caffeic acid, adenine, choline,

trigonelline, imidazolethylamine など、
更に種子には myristic-, palmitic-, stearic-,
arachidic-, oleic-, linoleic acid などがある。

23 龍葵

本草に云う「味苦、寒、毒なし。之を食せば
勞を解し、睡を少なくし、虚熱、腫を去る。其の子
は、疔、瘡を療す」と。

24 崔禹云「之を食せば、氣力を益す」と。

25 孟詵云「其の子は療すること甚だ妙。其の赤き珠
は、龍珠と名づく。久しく服せば、髪、長くし、黒
く變じ、人をして不老ならしむ」と。

26 養生要集に云う「五臓を補い、身を軽くし、目を明ら
かにす」と。

和名 己奈須比。

23 龍葵

本草には、「味は苦くて、性質は、寒やすはたらきが
ある。毒はない。これを食べると、疲労回復によく、睡が少な
くなって、氣力のない発熱や、腫れものを治すはたらきがある。
その種子は、疔や、瘡に効果がある」とある。

24 崔禹は、「龍葵を食べると、元氣が出る」といっている。

25 孟詵は、「その種子は、病気を治す奇妙な効果がある。赤い色
の種子は、龍珠というが、長期間食べ続けると、髪を長く伸ば
し、黒々として年をとらなくなる」といつている。

26 養生要集という本には、「五臓のはたらきを補助して、身体が
軽くなり、目がはっきり見えるようになる」とある。
日本の古代名は、コナスビ。

23 龍葵

ナス科イヌホオズキ *Solanum nigrum*

実は

β -carotene, solanargine solanone

が、ナス科アカミノイヌホオズキ *Solanum*

L. の果実をいう。成分には solanin, サポニン、アルカロイド (solanargine) を持ち、果

25 龍珠

本文には実の赤きものとなっている

nigrum L. var. *miniatum* Hook. 又はハダカホオズキを指している。

27 苦瓠

本草に云う「味苦、寒、毒あり。大水、面目

四支の浮腫、水を下すを主る。人をして吐せしむ」と。

28 蘇敬の注に云う「瓠は、冬瓜、瓠瓢と、全くの別類に

は非ず。味甘、冷。水道を通利し、消渴を止む」と。

29 陶景の注に云う「又、瓠瓢あり、亦、是れ、瓠の類。

小なるものを瓢と名づく。之を食するに、乃ち瓠に勝る」と。

30 拾遺に云う「煎じ汁を、鼻中に滴らせば、黄水出でて、

傷寒、鼻塞、黄疸を去る」と。

31 又云う「苦瓠を食して中毒せるものは、黍稷の煮た

る汁、之を飲む」と。

27 苦瓠

本草には、「味は苦くて、性質は、寒やす作用がある。毒がある。身体の中の水が多すぎて、面、目、手、足が浮腫して、その水を下す働きが、その効用とされる。水を吐かすのである」とある。

28 蘇敬の注には、「瓠には、冬瓜、瓠瓢などがあるけれども、全

く類の違うものではないのである。味は甘く、性質は冷の働きがあり、体液の通るみちをよく通利させて、小便の出しづるのを止める」とある。

29 陶景の注には、「瓠瓢というのがあるが、これも瓠の類なので

あって、小さなものを、瓢といっている。これを食べてみると、瓠より優れている」とある。

30 拾遺には、「煎じた汁を、鼻の中に点滴すると、黄水が出て、

かぜや鼻づまりや黄疸などにも効果がある」とある。

31 又、「苦瓠を食べて、中毒したものには、黍の穂のついた桿を

煮た汁を飲むとよい」とある。

32 堺蒼の云う「瓠瓢は、王苳なり。瓠瓢は酒を酌み、琴書は自ら娛むなり」と。

和名 爾加比佐古。

32 堺蒼は、「瓠瓢というのは、王苳のことであって瓠瓢は、酒をこれで酌む。それぞれ、ところを得るにある、琴書は、自ら娛しむものと同じ意味だ」と述べている。
日本の古代名は、ニガヒサゴ。

27 苦瓠 ウリ科ニガヒサゴ *Lagenaria vulgaris*

Ser. form. の果実をいう。

大水 平地に水あるを大水という。辞書にあるが、大は体表の意味で浮腫のこと。体表のむくみを指す。

28 冬瓠 トウガはふつうカモウリという。

瓠瓢 括楼、あるいは落萼とも書き、カラス

ウリのことである。

29 瓢 ヒョウタン。

31 黍穰 キビの穂と桿。ワラをいう。

32 王苳 ウリ科の、オオスズメウリ。又はキバナカラスウリである。

琴書 琴と書籍のことであるが、共に風流なもの。魏志崔琰伝に「……琴書を以て自ら娛しむ」の文がある。

33 葵菜 本草に云う「味甘、寒、毒なし。惡瘡を主

り、淋を療し、小便を利し蜀椒の毒を解す。葉は百菜の主たるなり」と。

34 陶景の注に云う「秋を以て種き、冬を経て春に至れば子を作す、之を冬葵という。至りて滑かにして利し、能く石淋を下す。」と。

33 葵菜 本草には、「味は甘く、性質は寒やす働きがある。わるいできものを治すのがその効能である。小便の出しづるのを治し小便をよく出るようにし、蜀椒の中毒を治す作用があつて、百菜の王といつてよい」とある。

34 陶景の注には、「秋に種子を土におろして、冬を経過して、春になると種子が出来るので、冬葵という。性質が滑らかであるので、大便秘便を出しやすくして、結石（尿路）を下ろす働きがある」とある。

35 蘇敬の注に云う「北人、これを蘭香と謂いて常に食の中に之を用いて〈鼻の〉臭氣を去るといふ」と。

36 神農經に云う「味甘、寒。久しく食せば骨氣を利す」と。

37 崔禹云う「之を食せば肝膽の氣を補い、目を明かにす。内熱、消渴、酒客、熱解せざるものを治するを主る」と。

38 孟詵云う「若し〈葵を〉熱するものは之を食せば亦、熱悶せしむ」と。

39 膳夫經に云う「葵葉は尤も冷利なり」と。

40 千金方に云う「十日に一、葵を食せば、葵の滑は五臓の擁氣を通ずる所以なり」と。

41 馬琬の云う「葵の赤き莖、背の黄なるは之を食せば人を殺す」と。

和名 安不比。

35 蘇敬の注には、「北方の人は、これを蘭香といつて、常に食べて、鼻に変な臭氣を感じることはない」とある。

36 神農經には、「味は甘くて、性質は寒やす働きがある。長期間食べると、骨の働きがよくなる」といつている。

37 崔禹は、「これを食べると、肝、胆の働きをよくし、目がよく見えるようになる。体内の熱、小便の出しづるものや、二日酔いで熱氣のあるものを治す」といつている。

38 孟詵は、「もし、煮たり、熱くして食べると熱煩を起こす（もともとは冷やすものだが）ので注意せよ」といつている。

39 膳夫經には、「葵葉は、他の野菜と比べれば、冷やし、利す作用がある」とある。

40 千金方に、「十日に一度くらい葵を食べると、葵はもともと滑らかなものだから、五臓の滞っている働きをよくして、通ずるものである」とある。

41 馬琬は、「葵の茎の赤いものや、葉の裏が黄色のものを食べる」と死ぬことがある」といつている。

日本の古代名は、アフヒ。

33 葵菜 アオイ科アオイ *Malva verticillata* L. の葉、茎など。成分はタンニン、粘液物、malvalic-, stearic acid などが含まれてい

る。種子は冬葵子といひ、古方の薬方には多く用いられている。古代は好んで葵葉を食べたらしいが、現代は殆んど食べられていな

い。蜀葵、錦葵、黄葵、終葵、苋葵などの種類がある。

42 山葵

崔禹云「味辛壺、菹をつくりて食せば人を

益す。壺を作らば快味と爲す」と。

和名 和佐比。

42 山葵

崔禹は、「味はとくにはげしく辛い。つけものにして食べると大變効果がある。なますを造ると快味がある」といつている。

日本の古代名は、ワサビ。

42 山葵

アブラナ科のワサビ *Wasabia japonica* Matsum. (*Eutrema Wasabi* Max.) の根で成分としては配糖体 sinigrin, 酵素(アミラ

tyrosinase, esterase) allylthiocyanate, butylthiocyanate, KNO_3 , Ca, Ca 塩 Vitamin C などを含む。辛味成分である sinigrin の分解によって生ずる硫シアンアルールは局

所刺激作用があるので少量ならば辛味性健胃剤となる。なお、辛味成分には、抗菌性、抗

徴性がある。

43 菹葵

本草に云う「味甘、寒、毒なし。諸石、五淋

を下すを主る。武(虎)蛇の毒を止む」と。

43 菹葵

本草には、「味は甘くて、性質は寒やす働きがある。毒はない。いろいろの結石を溶かし、いろいろの小便の出しづる病気を下す作用がある。毒へびの毒を止める」とある。

44 崔禹云

「味甘、大冷。之を食せば、諸石及び蛇毒を

崔禹は、「味は甘くて、大いに身体を冷やす。これ食べると、

下す」と。

和名 以倍爾禮。

いろいろの結石や、へびの毒を下毒させる」といっている。

日本の古代名は、イヘニレ。

43 菟葵 アオイ科ウサギアオイ *Malva parviflora* L.) の茎葉で葉には malvolic-, sterculic acid などの成分を含有している。

武蛇 毒へびのことで、本草綱目では虎蛇となつてゐる。

45 莧菜 本草に云う「味甘、寒、毒なし。青盲、白翳

を主る。目を明かにし耶を除き、大小便を利し、寒熱を去り、虵蟲を殺し、氣力を益す」と。

46 蘇敬の注に云う「諸の腫、瘰、疣目を主る」と。

47 拾遺に云う「鰾を食するは、忌むところ、今鰾を以つ

て細かく剉き、莧に和して、水處に之を置くとときは則ち、變じて、生鰾と爲す」と。

48 七卷經に云う「味甘、氣力を益し、飢えず」と。

49 崔禹云う「之を食せば、氣力を益す。信陵の女、時に

45 莧菜 本草には、「味は甘くて、性質は寒やす働きがある。毒はない。緑内障や、白内障を治療する効能があつて、目が、よく見えるようになる。又、その害を除いて、大便、小便を通じやすくし、熱や、寒をとり、蛔虫を殺し、元氣を出させる」とある。

46 蘇敬の注には、「あらゆる腫瘍、久しく治らない瘡、うおの目を治す効能がある」とある。

47 拾遺には、「スッポン、ドロガメと一諸に食べるのは、よくないのだが、ドロガメを小さく刻んで、莧に混合して、水につけておくと変化して、生きた鰾のようになる」とある。

48 七卷經に、「味は甘く、氣力を増加させて飢餓感をなくする」とある。

年十八。いまだ嫁がずして、胎を任めり。父、陵は、自ら迫問せり、何にして任みたることあるや。因つて之を殺さんとす。女、答えて云う。僕都て、爲すところなし。但、好みて此の菜を食するのみ、然る所以を知らず、云々…と。父、心に恠を含みて、年少婢に取りて此の莧菜食せしむ。いまだ出ること、十月を數えずして胎を任す。遂に淨全の産を獲る」と。

和名 比由。

49 崔禹は、「これを食べると氣力が湧いてくる。信陵という人の娘で、十八歳のときに未婚のまま妊娠してしまった。父親は、自から聞いただした。どうして妊娠したのか。殺してしまふといった。娘は、私に、思いあたるようなことは何一つありません。ただ莧を好んで、たくさん食べましたが、それ以外に心あたりはありません…と云った。父は、いぶかしく思いながら、若い婢女に、莧菜をたくさん食べさせたところ、十ヶ月も経過しないうちに妊娠してしまつたので、とうとう完全な産をさせることになつた」と述べている。

日本の古代名は、ヒユ。

45 莧菜 ヒユ科ヒユ *Amaranthus* sp. 特にイヌヒユ *Euxolus ascendens* Hara (A. Bitum L.) が用いられ、主成分は KNO_3 である。小動物に麻痺作用をおこすタンニンや、サポニンなども含まれている。

青盲 緑内障のことで、目は外見美しいのに見えないのでアキメクラともいわれた時代がある。
虻蟲 蛔虫と同じ体内の虫をいう。
46 瘰癧 慢性化した瘡をいう。

疣目 うおの目。
47 驚 スッポン。どろがめのことと驚の字をあてる。
49 恠 怪に同じ。
淨全の産 完全な出産をした。

50 羊蹄 本草に云う「味苦、寒、毒なし。頭禿、疥癩を主る。女子陰蝕、浸淫、疽、痔を除き、三蟲を殺す。」

50 羊蹄 本草には、「味は苦くて、性質は、寒やすはたらきがあつて、毒はない。頭髮の脱落、ひぜんがき、を治す効能があ

す」と。

51 萬畢方に云う「蟲を療す」と。

52 崔禹の云う「五臓を補い、氣力を益す」と。
和名 志。

50 羊蹄 タデ科ギンギン Rumex japonicus
Hout. の根で、成分としては oxymethyl-
anthracinone (chrysophanol, emodin, chry-

sophanol-anthron, rumedin, nepodin) タンニ
ン、ピタシン A など。
女子陰蝕 女性の陰部潰瘍をいう。

浸淫 浸潤性の瘡瘍一般をさす。
疽 悪性のはれものをいう。
51 蟲 腹中の虫をいう。

って、女人の陰部潰瘍や、浸潤性の潰瘍、悪性のはれもの、痔
などを治し、体中の虫を殺す」とある。

51 万畢方には、「腹中の虫を治す」とある。

52 崔禹は、「五臓の働きを助け、元氣を出すもの」といつている。
日本の古代名は、シ。

53 薺 本草に云う「味甘、温、毒なし。肝氣を利し、
中を和するを主る」と。

54 孟詵云う「五臓不足を補い、葉は氣を動ず」と。

55 陶景の注に云う「詩に云う、誰か謂う、茶の苦く、そ
の甘きこと薺の如し」と。

53 薺 本草には、「味は甘くて、性質は身体を温める作用があ
って、毒はない。肝の働きをよくし、中焦を調えるのがその効
能である」とある。

54 孟詵は、「五臓の働きの足りないものを補い、薺の葉は氣を動
かすものだ」といつている。

55 陶景の注には、「詩に云うように、『誰か謂う、茶の、苦く甘き
こと薺の如し』というではないか」とある。

56 崔禹の云う「之を食せば、甘く香し、心脾を補う」と。
和名 奈都奈。

53 薺 アブラナ科ナズナ Capsella Bursa-pas-
toris Med. (var. triangularis Grun.) 成分
としては, choline, acetylcholine, fumaric-

bursic- palmitic- birbic- sulfanylic acid, 脣
酸、酒石酸、リンゴ酸、クエン酸、アミノ酸、
炭水化物、フラボノイド、メルカプタン類、

酵素、灰分、HSCN などを含む。血圧下降作
用をもち日本古代から春の七草粥にとり入れ
られている。

56 崔禹は、「薺を食べると、甘味と香りがあって、心と脾の補い
になる」といつている。
日本の古代名は、ナズナ。

57 生薑 本草に云う「味辛、微温。傷寒、頭痛、鼻
塞、欬逆、上氣を主り、嘔吐を止む。久しく服せば、
臭氣を去り、神明を通ず」と。

58 神農經に云う「小志、小智ならしめ、心性を傷る。多
きに過ぐるべからざるのみ」と。へ今案ずるに、拾遺
に云う「今薑を食するのところも亦、いまだ人愚なる
を聞かず。薑なきところも、いまだ人、智なるを聞か
ず」と。浪説と爲す。」

57 生薑 本草には、「味は辛くて、性質はわずかに温める働き
がある。寒による傷害、頭痛や、鼻づまり、咳込み、のぼせな
どを治す効能がある。嘔吐を止める働きがあり、長期間服用し
ていると、身体の臭氣がなくなり、精神がさわやかになる」と
ある。

58 神農經には、「志を少なくし、智を少なくし、心性を傷つけると
いうのは、多く食べすぎるからだ」とある。へこの説を考えて
みると、拾遺に書かれているように、生姜を食べる人がみな愚
かだということは聞いたことがないし、生姜のないところの人
が皆賢いということも聞いたことがない。これは単なる流言
のような説にすぎない」

59 膳夫經に云う「甜き粥を食し訖つて、薑を食すること

勿れ。即ち交吐して、霍亂と成る。空腹に生薑を

食すること勿れ。喜、渴せしむ」と。

60 崔禹云う「之を食せば淡水病なり。痰に作るを去

り、氣を下し、風邪を除く。味辛壘。是の物は調食の

主と爲す」と。

61 食科に云う「男子、多食するものは、人をして尻肛を

緩大にせしめ、女人は、其の陰器を緩大にせしむ」と。

62 孟詵の云う「之を食せば、鼻塞を除き、胸中の臭氣を

去る。」と。

63 養生要集に云う「微温。之を食するは尤も良し。然

して多きに過ぐるべからざるのみ。心氣を傷る」と。

64 又云う「空腹に喜食せば、楊上善をして骨蒸および

癰癤を作らしむると爲す」と。

和名 都知波之加美。

59 膳夫經には、「甘味のお粥を食べおわってから生姜を食べるな。

粥も生姜も吐き出して吐き下しの病気になる。空腹のときに生

姜を食べてはならない。のどの渴きがひどくなる」とある。

60 崔禹は、「生薑を食べると、痰を除き、氣を下し、風邪を発

散させる。辛さの集まった味であるから、食味を調えるのが本

来の役目である」といつている。

61 食科には、「男が、これを沢山食べると肛門が拡がってゆるみ、

女性がこれを沢山食べると、生殖器が拡がりゆるむ」とある。

62 孟詵は、「生姜を食べると鼻づまりが治り、胸の中の悪い臭を

消す」といつている。

63 養生要集という本には「性質は、わずかに温める働きがあるか

ら、食べるのに上等のものであるが、食べすぎると精神の働き

がわるくなる」とある。

64 又、「腹の空いたときにしばしばこれを食べると、楊上善とい

う人が言っているように、体内の奥深いところの熱（結核性の

ようなもの）が出たり、おでき、吹き出ものをつくる原因にな

る」とある。

日本の古代名は、ツチハジカミ。

57 生薑 ショウガ科 ショウガ Zingiber officinale L. (Rosc.) の根茎。成分としては zingerone, zingiberol, cineole, citral, borneol, *d*-camphene, β -phellandrene, geraniol, linalool,

nonylaldelyde, methyl heptenon, bisabolene, α -curcumene, farnesene などの精油を含んでいて辛性の健胃作用があり、人の唾液中の diastase 作用を促進する。又チフス菌やコレ

ラ菌に対しても殺菌作用があるという。
59 霍亂 急性胃腸カタルのような吐き下しをする症状をいう。
喜 よろこぶという意味でなく数々の意。

65 蕪菁 本草に云う「味苦、温、毒なし。五臓を利し、身を軽くし、氣を益すを主る。長く食すべし」と。

66 蘇敬の注に云う「蕪菁、北人は蔓菁と名づく」と。

67 拾遺に云う「子は急黄を主る。黄疸、腸結ぼれて通ぜざるを主る。」と。又云う「蔓菁園中に蜘蛛なし。是れ其の相畏するなり」と。

65 蕪菁 本草には、「味は苦く、性質は温める働きがあつて、毒はない。五臓の働きをよくし、身体が軽くなり、元気になるのがその主作用であるから長期間食べるとよろしい」とある。

66 蘇敬の注には、「蕪菁は北方地方の人は、これを蔓菁という名で呼んでいる」とある。

67 拾遺には、「蕪菁の種子は、急性黄疸を治す働きが主作用であつて、黄疸や腸の働きがわるくて通じの悪い場合によろしい」とある。又、蕪菁の畑にはクモがいけないが、これは、相畏お互いにおそれるという理由からである、といっている

65 蕪菁 アブラナ科カブラ Brassica Rapa L. の根葉、種子。成分としてはビタミンC、HSCN, peroxidase 種子には配糖体 (sinigrin) 醇素、精油、脂肪油 (arachic, erucic, rapinic,

linoleic acid, phytosterin) などが含有されてゐる。
67 急黄 急性の黄疸をいう。
蜘蛛 クモ。

相畏 互いに抑制し合っていることをいう。互いに助け合うのは相須などと呼ぶ。漢方用語である。

68 崔禹云「之を食べば、五臓を利す。其の根を蒸して

脚の腫れに傅ければ、即ち消す。又、子を一斗取りて

擣き、研き、水三斗を以て煮て、一斗を取り汁を濃

くして之を服せば、癥瘕、積聚、及び霍亂、心腹の

痕満を除くの妙薬爲り」と。

69 神農經に云う「根は多く食すべからず。人をして氣脹

せしむ」と。

70 蘇敬の脚氣論に云う「脚氣を患らうの人は、蔓菁を食

するは宜しからず。」と。

71 七卷經に云う「陳、楚にては之を薑と謂い、魯、齊は

之を薺と謂い、關の東西は之を蕪菁と謂う。趙、魏は

之を大芥と謂う」と。

和名 阿乎奈。

68 痕満 腹みちはれる。

69 氣脹 機能障碍のために腹部が鼓脹すること
をいう。

70 脚氣 回春には腫れるのを湿脚氣、湿と風と

を去るべしとある。腫れないのを、乾脚氣と
いう。血を潤し、燥を清すべしとある。

68 崔禹は、「蕪菁を食べると五臓にとつて有益である。その根を

蒸して、足の腫れたところの患部につけると、早く治る。又、

蕪菁の種子を一升つき砕いて、水三升で煮て、一升くらいまで

煮つめて、その濃い汁を服用すると、腹中のできもの、かたま

り、吐き下し、胸、腹の脹れ膨れるのを取り去る妙薬である」

と述べている。

69 神農經には、「根は、あまり多く食べない方がよろしい。腹が

脹って鼓脹する」とある。

70 蘇敬の脚氣論には、「脚氣を患う人は、蔓菁は食べない方がよ

ろしい」とある。

71 七卷經には、「陳や楚では薑といっている。魯や齊では、薺と

いい、関西、関東では、蕪菁といっており、趙、魏の地方では

大芥と名づけている」とある。

日本の古代名は、アオナ。

72 菘菜 しょうさい 本草に云う、味甘、温、毒なし。腸胃を通利

するを主る。胸中の煩を除き、消渴を解す」と。

73 拾遺に云う「魚腥を去り、病を動かす。又南土には薑なし。盡く、此の物を用うるところと爲す」と。

74 崔禹云う「味甘、少しく冷、毒なし。菜の中で尤も常食を爲す。中をし、餘の逆忤するところなくんば、多食せしむ」と。

75 孟詵の云う「腹中の冷病あるものは服さず。熱あるもの之を服す。亦病發せず。其の菜の性は冷なり」と。

和名 太加奈。

72 菘菜 アブラナ科ハクサイ *Brassica campestris* L. var. *pekinensis* Mak. (B. *pekinensis* Rupr.) の莖葉を菘菜とし、種子を菘子と

74 逆忤 ぎやくてい さからうそむくことぞう。

72 菘菜 本草には、「味は甘くて、その性質は温める作用がある。毒はない。消化器の働きをよくするのが、その主たる効能である。胸苦しさをとりのぞき、消渴を解決する働きがある」とある。

73 拾遺には、「魚のなまぐささをとりのぞき、慢性病を動かす。南方の地区に生姜のないところがあるので、これをそのまま食べている」とある。

74 崔禹は、「味は甘くて、少し冷やす性質がある。野菜類の中では、最も食べられている一般的なもので、消化器の働きをよくするので、他に、そむくものはないから、多食してもよい」といつている。

75 孟詵は、「腹の中に冷えの病氣がある人には、食べさせない。熱のあるものには、食べさせると、病氣にならない。それはこの菜が冷やす働きがあるからである」といつている。
日本の古代名は、タカナ。

76 蘆荻

本草に云う「味辛・甘、温、毒なし。大いに氣を下し、穀を消し、痰癖を去るを主る。服せば人を健にす。生を搗き汁を服せば、消渴を主る。試みて大いに驗あり」と。

77 崔禹云う「味辛、薰ばしく、温。五穀及び魚肉の毒を消す」と。

78 又云う「其の葉の嫩きは美し。亦、生菜の主と爲す。之を噉えば、食を消し、中を和し、九竅を利し、人を益す」と。

79 七卷經に云う「久しく土中に在るは之を食して人を利せず」と。

80 馬琬の云う「夜食には用いず。蘆荻根を噉えば、氣散ぜず、人を利せず」と。

81 孟詵の云う「蘿菔は冷、五臓を利し、人以下の十字は正本に在り、關節、五臓の中風を除く。身を軽く

76 蘆荻

本草には、「味は辛くて甘味があり、性質は温める作用がある。毒はない。大へん氣のつまっているのを、さわやかにし、胃の働きをよくして、消化しやすくし、痰癖を治すはたらきがあるものだ。これを食べると健康となる。生の搗き汁を飲めばのどの渴きをとめ、消渴を治す。実際にやって見て、たしかに効果がある」とある。

77 崔禹は、「味は辛い。性質は温める作用があつて、五穀とか、魚や肉の、それぞれの毒を消す働きがある」といつている。

78 又、「その葉の嫩いのは、うまい。野菜の中心である。これを食べると消化がよくなり、胃の働きがよくなって、人体の九竅（目、耳、鼻、口、前後陰）の排泄に効果があるので、人間に利益がある」といつている。

79 七卷經には、「長期間土の中に放置してあるものは、人間が食べても利益がない」とある。

80 馬琬は、「夜食には用いない方がよろしい。大根を食べると、体内の氣が結ばれて散らない、など利益のないものである」といつている。

81 孟詵は、「大根は、性質は冷やすものだ。五臓の中風を治して身体を軽くし、元氣がよくなる。根は、消化を助け、氣を下す働きがある」といつている。

し、氣を益す。根は、食を消し、氣を下す」と。

82 又云う「甚だ、關節を利し、五藏の中風を除き、五藏中の惡氣を練び、人をして白淨せしむ」と。

和名 於保禰。

82 又、「關節を良くするし、五藏の中の中風を治して、五藏中の惡邪の氣を特に選んで去らすので、人の身体を清淨にする」といつている。

日本の古代名は、オホネ。

76 蘆菔 アブラナ科ダイコン *Raphanus acan-*

tiformis M. Mor. (R. sativus L.) の根
葉、嫩葉で、成分は精油、ブドウ糖、配糖体、

methylmercaptan, HSCN, pentosan や diastase,

peroxydase, galactase, amylase, zymogen な

どの酵素が含まれており胃液分泌促進作用が

ある。

淡滌 痰癖ともいふ、右の脇下に塊があつて、痞塞して通じない病氣をいう。

83 芥 本草に云う「味辛、溫、毒なし。鼻を埽い、腎

の耶氣を除き、九竅を利し、耳目を明にし、中を安んずるを主る。久しく食せば中を溫む」と。

83 芥 本草には、「味は辛くて、性質は温める働きがある。毒はない。鼻を刺戟して掃除するよう、腎の邪氣をとりぞいて、すべての穴の働きをよくする。特に、耳や目がよくなり、消化器管が安定するのが主なる働きである。長期間食べていると、胃を温める」とある。

83 芥 アブラナ科カラシナ *Brassica cernua* F.

et H. (*Sinapis cernua* Thunb.) とあつて刺激性成分を含み、皮膚刺激作用がある。全草に

グルタミンを含んでおり、配糖体 (sinigrin)

酵素 (myrosin)、脂肪油 (erucic-, arachic-, inoleic acid のグリセリド)、精油、sinapic

acid, sinapine などを含んでいる。

84 陶景の注に云う「菰に似て毛ありて味慳し」と。

85 崔禹の云う「之を食して、中を安んず。又、芥の類多し。鼠芥あり、鼠、その花を食いて皮毛皆頤落する故を以て之を名づく。又、雀芥あり、雀其の子を食いて、飛翔を能くするを獲る故に之を名づく」と。

86 七卷經に云う「芥に兩種あり、大芥、小芥是れ、治に之れの異なることなし」と。

87 孟詵の云う「生にて、食せば丹石を發す。多食すべからず」と。

和名 加良之。

88 白荳 崔禹云う「味苦、冷、毒なし。目を明らかに

するを主る。食を進むるの要たり」と。

89 孟詵云う「寒。筋力を補うを主る」と。

84 陶景はその注に、「菰に似ているが、芥は毛があつて激しく辛い」といつている。

85 崔禹は、「これを食べると胃の働きが安定する。又、芥はその種類が沢山ある。鼠芥というのがあつて、ネズミが芥の花を食べると毛がぬけ落ちてしまうので、この名がある。又、雀芥というのがあつて、スズメがその芥の種子を食べると飛翔力が強くなるのでこの名がついた」といつている。

86 七卷經には、「芥は大きく分けると二つで、一つは大芥、一つは小芥であるが、その効能には、それほど違いはない」とある。

87 孟詵は、「生で食べると胆石が出来るので、沢山は食べない方がよい」といつている。

日本の古代名は、カラシ。

88 白荳 崔禹は、「味は苦くて、性質は、冷やす働きがある。

毒はない。目をよく見えるようにしてくれるのが、この働きの主なものである。食欲を増進させるのが要点である」といつている。

89 孟詵は、「性質は寒の働きがある。筋肉を補うのが主な効能で

90 胃玄子張の云う「五臓を利し、胸膈を開き、寒氣を擁ぎ、經脈を通じ、筋骨を養い、人の齒をして白淨とせしめ、聰明にし、少し睡りて可ならしむ。常に之を食せば小しく冷氣せしむ。之を食して亦腹冷ゆるを覺ゆると雖も、終に人を損せず。又、産後は之を食すべからず。人をして中を寒しめ、少腹を痛からしむ」と。
和名 知佐。

88 白莖 キク科シロチサ *Lactuca sativa* L. var. の葉莖である。

91 蔞菜 本草に云う「味甘、温。養精、保血を主る」と。

91 蔞菜 キク科アザミで大蔞は *Cirsium nipponense* Koidz. (オニアザミ) 小蔞は *Cirsium japonicum* DC. (ノアザミ) である。成分と

ある」といつてゐる。

90 胃玄子張は、「五臓の働きをよくし、胸のつまったのをひらいて、寒氣を防ぎ、經脈をよく通じさせ、筋骨を養って、人の齒を白く美しくし、頭腦をすっきりとさせて、少し眠ればよいようになり、常食していると少し身体が冷えるけれども、長期間食べて害になるようなことはない。しかし、産後には食べない方がよろしい。胃の働きが悪くなつて下腹部が痛くなる」といつてゐる。

日本の古代名は、チサ。

91 蔞菜 本草には、「味は甘く、性質は、温める作用がある。精力をつけ、血を安定させるのが主効である」とある。

してはフラボノイド pectolinarin や精油があり、その一種モリアザミの根は、一般にミソ漬けとして「ヤマゴボウ」の名でみやげ物店

などで売っている。ヤマゴボウは商陸の別名だが、これは毒があつて食べられないので混同しないよう注意せねばならない。

92 陶景の注に云う「大薊は是れ、虎薊。小薊は是れ猫薊

なり」と。

93 蘇敬の注に云う「大・小薊は、相似たりと欲するも、功力に殊なれるあり」と。

94 拾遺に云う「宿血を破り、新血を止める。暴かに血下り、血利し、瘡より出血して驚となり、血を嘔する等には、汁を取りて温服す。又、金瘡、又、蜘蛛、蛇蝎の咬毒には之を服して佳し」と。

95 崔禹の云う「之を食せば、精神を養い、人をして肥健ならしむ。女子の赤白汝を主り、胎を安んじ、吐血を止む」と。

96 孟詵の云う「葉は亦、羹を煮て食するに堪う。甚だ熱、風氣を除く。又、金瘡の血止まらずんば、葉を按みて、之を對よ、即ち止む」と。

和名 安佐美。

92 陶景の注には、「大薊というのは虎薊のことであり、小薊というのは、通常猫薊のことである」とある。

93 蘇敬の注には、「大・小薊は似たようなものだが、その効能は大へん違うものだ」とある。

94 拾遺には、「滞った血を排除し、新しい血を止める働きがある。にわかに出血するもの、便に血の下るもの、瘡などから出血して人事不省になるもの、吐血するものなどには、汁をしぼって温めて服用させると、止血の効果がある。又、刃物傷、クモや、虫さされ、へびなどに咬まれた毒には、服用させるとよい」とある。

95 崔禹は、「これを食べると、精神力を強くし、健康になる。女性の白帶下、赤帶下などに効能があり、妊娠中の胎児を栄養し、吐血の血を止める」といつている。

96 孟詵は、「葉は、羹にすれば何とか食べられないこともない。甚しい熱とか、風邪の邪氣を除くのによい。又、刃傷の血の止まらないときは、葉をもんで、その汁をつけると、即時に止まる」といつている。

日本の古代名は、アザミ。

94 宿血 内出血や鬱血のように、必要のない血が体内にとどまっているものを指す。

驚 脳性の痙攣をいう。意識不明になる場合もあるが、出血によるひきつけの状を指して

いる。

金瘡 切りきず。刃傷。

蛇蝎 蛇蝎とも書き、ヘビとサソリと。

95 赤白淡 赤白帯下のこと。こしけ。ただし

赤白「沃」が本当であろう。

96 揉む 揉む。すりつぶすこと。

封さぐ とじこめる。上に貼ること。

97 杞莖菜

崔禹云「之を食せば利止む。味甘、苦、

少冷、小毒あり。心熱、煩嘔を主る。一名、落。

又、根を取りて擣きて、釘腫（疔腫）の瘡に傅くれ
ば、瘡根は即ち之を抜くなり」と。

和名 不々木。

97 杞莖菜

崔禹は、「これを食べると下痢を止めることが出来る。味は甘く、苦味があつて、性質は少し冷やす作用がある。

僅かに毒があつて、胸苦しさや、胸の煩しさによる嘔き氣をとめる効能が主たるものである。又、一名を落ともいっており、これの根を擣いて、疔腫の瘡に貼っておくと、瘡の根を抜くことが出来る」といっている。

日本の古代名は、フフキ。

97 杞莖菜

キク科フキ Petasites japonicus Max.

で杞は長いという意味である。成分は根に caproic-, caprylic-, angelic-, dioxibenzoic acid や、苦味質、蛍光性物質、choline などがあり、解熱作用が知られている。一般腫れものに用いられる。

落 一般に茎を用いる。細長い茎は煮て食用

にするため杞莖菜といい、杞は単に呂という

場合もある。

釘腫 病名で釘疽ともい、疔瘡のこと

で癰よりも重く癰の蜂窩織炎を伴った場合で劇症とされる。

98 薰葉くんぎょ

崔禹さいう云い「味辛あじしん、溫うん、毒どくなし。之これを食しよくせば効がい

嗽そう、冷利れいり（痢）を止とめ、噦えつを止とどむ」と。

和名 曾良そらし之。

98 薰葉あぎ

崔禹は、「味は辛くて、性質は温める作用がある。これを食べると、咳を止め、身体からだの冷えて下痢するのを止め、しやつくりを止める」といっている。

日本の古代名は、ソラシ。

98 薰葉くんぎょ

セリ科アギ *Ferula asa-foetida* L., F. Nartex, Boiss., (F. foetida Rgl.) で樹脂じゆしのほかに含硫精油くわんりゆ ferulic acid, vanillin, umbellif-

erone, farnesiterol を含む。通常阿魏あぎという。和名のソラシは薬本りやくほんにも同名がついているが薰葉は一種独得の臭気があり、その臭気が反

射的に神経を安静あんじやうならしめているので、嗅神きうしん経薬きやうともいわれている。葉はというのはハスの花をさすものである。

99 藜藿れいこく

本草ほんぞうに云い「味酸あじさん、平へい、毒どくなし。積年せきねんの惡瘡あくそう癒いえざるを主つかさどる」と。

100

蘇敬そけいの云い「即すなわち是れ鷄腸けいちょうなり」と。

101

七卷經しちかんきやうに云い「之これを食しよくせば、消渴しょうかつ、雜瘡ざつそうを主つかさどる」と。

102

膳玄子張ぜんしちやうの云い「煮こて羹かうをつくりて之これを食しよくせば、人ひとに甚はなはだ益えきあり」と。

和名 波久倍良はくべら。

99 藜藿れいこく

本草には、「味は酸っぱくて、性質は平（温めも、冷やしもしない）。毒はない。慢性化した悪質の瘡でなかなか治りきらないものに用いる」とある。

100

蘇敬は、「これは別名を鷄腸という」といっている。

101

七卷經には、「これを食べると消渴とか、いろいろのできものを治すことが出来る」とある。

102

膳玄子張は、「煮て、あつものにして食べると、人体に有益である」といっている。

日本の古代名は、ハクベラ。

99 藜蘆 はんとろ

藜蘆とも書き、ナデシコ科ハコベ *Stellaria neglecta* Weihe. (S. media Cyr.) の全

草で草本にサポニンを含まない。アルカロイドや脂肪油を含んでゐる。

103 蘭葶草 らんかくそう

崔禹云「之を食するに辛、香、冷、平、

毒なし。水道を利し、不祥を辟け、老いず、神明を通ずるを主る」と。

和名 阿良々支。

103 蘭葶草 らんかくそう

崔禹は、「これを食すると辛く、香ばしい。冷やす作用があるが、平の部に属する。毒はない。身体内の水の流れをよくし、邪を避けて、老衰しない。精神がはっきりしてくる」といつている。

日本の古代名は、アララギ。

103 蘭葶草 らんかくそう

キク科サワヒヨドリノ葉で *Eupatorium chinense* L. var. *simplicifolium* Kit. (E. japonicum Th.) で、成分としては精油とかアルカロイド反応物質がある。蘭というのは、細小で叢をなすのが、ちょうど蘭の茂る様子に似ているので蘭の字を冠してある。葶は、ギョウジャニンニクにも用いられているが、蒲の穂のついているところを葶というのである。アララギの古代名は、ギョウジャニ

ンニクともう一つはイチイ（一位）である。

塔の九輪のあたりをアララギというのは、同名の植物に似ているところから名づけられている。植物ではニンニクを指す場合もある。又、蘭葱をアララギと呼ぶ場合もあって、倭訓栞によるとやはり「阿蘭若」に由来するところがある。庖厨備用倭名本草には、フジバカマ（蘭草）の項に「味辛、平、毒なし。水道を利し、不祥を辟く。久服すれば身軽くして不

老、神明に通ず」と同一文が出ている。ここではサワアララギが該当していると考えられる。

104 胡荽 崔禹云「味辛、臭あり。之を食せば、食を

調え、氣を下す。河海の鳥、魚などの膾なるものに
は尤も是れを要となすなり」と。

105 孟詵の云う「之を食せば、穀を消す。久しく之を食せ
ば忘を多くす」と。

106 膳玄子張の云う「五臓の不足を利するも、多くは食す
べからず、神を損す」と。

今案ずるに、損害物に和名 己志。

104 胡荽 セリ科コエンドロ Coriandrum sativ-
um L. であって成分としては capric aldehyde
などであって精油成分は抗菌性がある。

107 蓼 本草に云う「味辛、温、毒なし。目を明かにし、
中を温め、能く風寒にたえ、水氣を下す。面目浮腫、

104 胡荽 崔禹は、「味は辛く、臭気がある。これを食べると、
胃中で食を調べて、働きをよくする。河や、海の鳥とか魚など
を膾にするときには、是も重要な役目を果たすものだ」といっ
ている。

105 孟詵は、「これを食べると、穀物の消化をよくするが、長期間
食べると物忘れしやすくなる」といっている。

106 膳玄子張は、「五臓の働きをよくするので利益はあるが、多く
食べると精神を消耗させる」といっている。

日本の古代名は、損害物には、コシ。

107 蓼 本草には、「味は辛く、性質は温める作用があつて、毒
はない。目がはつきりし、中焦を温めて、風寒に耐える。水分
を下す作用があるので、面や目のむくみや、できものを治すこ

癰瘍を主る。葉は、舌を掃し、大小腸の邪氣を除き、中を利し、志を益す」と。

108 拾遺に云う「蓼は、疔癰を主る。一名を女憎という。是れ、その陽事を弱くするなり。陰に近づくべからず。又、蓼、戟は、俱に陽を弱くす」と。

109 七卷經に云う「多食すれば水を吐す。又、多くは陽事を損す」と。

110 千金方に云う「黃帝の曰く、蓼を食すること過多なるときは、有毒なり。心痛を發す」と。

和名 多天。

107 蓼 タデ科タデ *Persicaria Hydropiper* L. (*Polygonum Hydropiper* L.) の主成分としては、polygonic-, melissic acid, リンゴ酸、蟻酸、酢酸、吉草酸、タンニン、ブドウ糖、果糖、精油、phytosterin、辛味質、tadeon, tadeonal, isoladeonal などを含む。

108 疔癰 腹筋の拘攣を含めて塊り、しこり凝結の出来るものをいう。

陽事 房事と同じ。男女の性交をいう。

蓼 ドクダミ科ドクダミ *Houttuynia cordata* Thunb. の成分としては精油 (methyl-nonyl ketone, myrcene), capric acid, caprylaldehyde,

とが出来る。葉は、舌を刺す辛味があるので、大小腸の邪氣をとることが出来、消化器をよくし、意志の力を増す」とある。

108 拾遺には、「塊り、しこり、凝結、腹筋の拘攣などによい。別の名を女憎というほどで、陽事（性交のこと）を弱くさせるからである。陰（女性をいう）に近づくかない方がよろしい。又蓼と戟とは、ともに、陽を弱くさせるものだ」とある。

109 七卷經には、「多く食べすぎると、水を吐くことがある。又、多くの場合、性欲を失くする」とある。

110 千金方には、「黃帝が云うには、蓼を多く食べると、毒があるので、胸を痛くする」とある。

日本の古代名は、タデ。

laurylaldehyde, アルカロイド (cordarine), フラボノイド (quercitrine), カリウム塩、臭気 (decanoylacetaldehyde) 及び laurylaldehyde) などが知られている。中国ではこれを魚腥草とよぶ。

III 藁荷

本草に云う「微温、中蠱、及び瘡を主る」と。

112 陶景の注に云う「今、人は赤きものを藁荷となし、白

きものを覆菹となす。葉は同一種なるのみ。食用にお

いては、赤きもの勝れりと爲す。薬に用うるは、白き

ものは蠱に中るときは其の汁を服して其の葉に臥せれば

蠱主の姓名を呼う。多食せば、薬勢を損じ又、脚を利

せず。人家は白藁荷を種えて、亦、蛇を避けると云う」

と。

113 蘇敬の云う「諸々の惡瘡を主る。蝱蠱の毒を殺す。

根は、稻、麥の芒、目に入るものは汁を中に注げば即

ち出ずるを主る」と。

114 崔禹の云う「今、常に之を食せば益ありて損なし」と。

和名 米加。

III 藁荷

本草には、「性質はわずかに温ためる作用があり、中蠱に効があり、又、瘡を治す」とある。

112 陶景の注には、「人々は、赤いものを藁荷といい、白いものを

覆菹といっているが、葉は同一種である。ふつう食用にするの

は、赤い方が優れているが、薬用には白い方がよい。もし腹中

の虫に食われてその毒にあたったときには、白い種類の汁を服

用して、その葉の上に伏せると、蠱主の姓名をよぶものだ。食

べすぎると、他の薬の力がなくなったり、又は脚がきかなくな

る。人家で白藁荷を植えるのは蛇を避けるためだという」とあ

る。

113 蘇敬は、「いろいろな種類の惡瘡を治す。虫さされの毒を殺す。

その根は、稻や麦の芒が目に入って出ない場合に、その汁を絞

って目に注ぐと出てくる」といっている。

114 崔禹は、「ふだん、食べ続けても有益であって、少しの損もな

いものだ」といっている。

日本の古代名は、メカ。

III 藁荷

シヨウガ科シヨウガ Zingiber Mioga

の上林賦には傳首と書いてある。

III 蝱蠱

蝱とされのこと。

III 薑荷

シヨウガ科シヨウガ Zingiber Mioga

Rosc. で、赤いものがシヨウガ、白いものは覆蒔という。説文には薑宜と書き、司馬相如

の上林賦には傅宜と書いている。

112 蠱主の姓名を呼う 蠱主というのは蠱を使うもの。

III 蠱蠱

蠱さざれのこと。

115 芹

本草に云う「味甘、平。女子の赤波(沃)を療

し、血を止め、精を養い、血脈を保ち、氣を益し、人をして肥健ならしめ、食を嗜なむ。一名、氷英という」と。

115 芹

本草には、「味は甘く、性質は、平である。女性の赤帶下を治し、出血を止め、精を養う。身体の脈を正常にし、元氣を出させ、健康にして食事がおいしくなる。又の名を氷英といっている」とある。

116 拾遺に云う

「莖葉汁は、小兒の暴熱や、大人の酒熱毒、鼻塞、身熱、大小腸を利す」と。

116 拾遺には、「莖や葉の汁は、子供の急に出る熱とか、大人の酒の熱毒(中毒)や、鼻つまり、身体の奥に鬱した熱などのほかに、大腸、小腸の働きをよくする」とある。

117 崔禹の云う

「味甘、少冷、毒なし。小便を利し、水痕を除く」と。

117 崔禹は、「味は甘く、性質は、少し冷やす作用があつて、毒はない。小便を出やすくして、浮腫のための腹脹をなくする」といつている。

115 芹

セリ科セリ Oenanthe javanica DC. で成分としては精油、pentosan, フラボン体(pent-icaric)を含んでゐる。

女子の赤沃

赤波と書いてあるが、沃が本字で帶下のことという。血利や尿赤を含んでゐる。

117 水痕

浮腫のための腹脹をいう。

118 孟詵云「之を食べば、神を養い、力を益し、石薬の

毒を殺す」と。

119 膳玄子張の云「醋の中において之を食べば、人の齒、

黒色に損ず。若し、之を食する時は、高田のものに

如かず、人に宜し。其の水にあるものは、蟲あり、子

を生ず。之を食せば、人に患を與う」と。

120 養生要集に云「芹菜の細葉に毛あるは、之を食せ

ば、人を殺す」と。

和名 世利。

121 蘇菜 本草に云「味甘、寒、毒なし。暴熱、喘、

小兒の丹腫を主る」と。

122 七卷經に云「廣陵の人、蘇を呼びて、椀と爲す。一

名蘇菜。一名を水葱という」と。

118 孟詵は、「芹を食べると、精神力を強くして力が出るようにな
り、石薬の毒を、無毒にする」といつている。

119 膳玄子張は、「酢の中に入れて食べると齒を黒くしてしまふ。

これを食べるときは、田の高いところのものがよい。低湿地の
ものは、虫の卵などがあつて病氣のもとになる」といつている。

120 養生要集には、「芹の葉の細いところに毛のあるものは、食べ
ない方がよろしい。死ぬことがある」とある。

日本の古代名は、セリ。

121 蘇菜 本草には、「味は甘くて、身体を寒やす作用がある。

毒はない。子供の、にわかに出る熱や、喘息、子供の丹腫とい
う皮膚病の一種を治す」とある。

122 七卷經には、「廣陵というところの人が、蘇のことを椀とい
ており、蘇菜とか水葱という別名がある」とある。

和名 奈支。

日本の古代名は、ナギ。

121 蕨菜 ミズアオイ科コナギ *Monochoria vaginalis* Presl. var. *planaginica* Solms-Laub.
の全草である。いわぐすりともし、蕨菜は

水旁に生じ、葉は沢瀉に似て青白色の小花をつける。魚を蒸すとき一諸にするとうまい。五〇六月に茎をとって乾かしておいて用いる

とある。
丹腫 皮膚病の一種

123 蕨菜 崔禹云「味鹹・苦、小冷、毒なし。之を

食せば、中を補い、氣力を益す。或は云う、多く之を食して睡れば、人をして身を重からしむ。是れのは、陽の人には宜しからず。即ち陰に宜し。吒瘻の人、蕨一兩斤を食せば、終身、病まず。脯を作りて之を食し、又、煮蒸して干して腊にして之を食す」と。

124 孟詵の云う「人をして脚を弱らしめ、行くこと能わざ

らしむ。陽事を消し、玉莖縮む。多食せば、人をして髪落、鼻塞、目を闇くせしむ。小兒、之を食すべか

123 蕨菜 崔禹は、「味は、しおからみと、苦みがあつて、少し

身体を冷やすものである。毒はない。これを食べると胃の働きをよくし元気になる。又、別に、多食して眠ると、身体が重くなる。これは、陽の人にはよくない。陰の人によろしい。口のあいた瘻の人が、一兩斤ほどの蕨を食べると一生涯病まないから、これを干してから食べるとよろしい」といっている。

124 孟詵は、「人の脚が弱くなつて歩行困難になる。性欲がなくなり、陰莖が縮んでしまう。多く食べると髪がぬけ落ち、鼻がつまり、目がぼんやりしてくる。子供はこれを食べない方がいい。たちまち歩行困難になつてしまう」といっている。

らず、立ちどころに行くを得ざらしむるなり」と。

125 拾遺に云う。「小兒食せば、脚弱くして行かず。四皓

は、芝を食して壽く、夷齊は、蕨を食して夭す。固より良き物には非ず」と。

126 搜神記に曰く「郗鑒が丹徒を鎮せしめて、二月、出

獵す。田ありて云う、一莖の蕨を折りて之を食す。心

中、淡々として病と成るを覺ゆ。後、一小蛇を吐き

て、屋前に懸くれば、漸に乾きて蕨と成るを視る。

即ち遂に差ゆ。此の物を生にて之を食すべからざるこ

と明らけし」と。

和名 和良比。

123 蕨菜 フラビ科フラジ Pteridium aquilinum

Kuhn. var. latiusculum Und. 成分としては
adenine, betaine, choline, pentosan, ergosterin,
アミノ酸 (leucine, aspartic-, glutamic acid,
asparagine, alanine, tyrosine, valine, histidine,

phenylalanine), pteridanic acid, フラボノイ

ド (astragalin, isoquercitrin, kaempferol-3-
maloside) など。

吐瀉 久しく癒えない瘡で口をひらいたもの
で陰虚症とされる。

125 拾遺には、「子供が食べると足が弱くなって歩けなくなる。四

皓という人は、靈芝を食べて寿命が長かったが、夷齊は蕨を食
べて早く死んだ。もともと良いものではないのだ」とある。

126 搜神記には、「郗鑒が丹徒を鎮めて二月に出獵したが、その兵
卒の中に、蕨を折って食べたところ、心中に痰がつまったよう
になって発病したのが感じられた。その後小さい蛇を吐き出し
たので家の軒にかけておいたが、それが乾くにつれて蕨となっ
た。病氣は治ったが、蕨は、生で食べてはいけないことを覚つ
た」とある。

日本の古代名は、ワラビ。

125 四皓 人の名。

芝 担子菌類のレイシのこと。

126 田 田獵のことで禽を取る狩人をいう。兵
卒。

127 薺蒿菜

七卷經に云う「冷。之を食して損益なし」

と。

128 崔禹云う「之を食せば、目を明らかにす。味鹹、溫、

毒なし。胸腑を開くを主る。狀は艾草に似て香し。

羹をつくりて之を食せば人に益あり」と。

和名 於波支。

127 薺蒿菜

キク科カワラニンジン Artemisia
apiacea Hance で青蒿ともいう。成分は苦味

質、精油 abrotanin を含む。韓国ではこれに
オトコヨモギを充てる。

129 蓴

本草に云う「味甘、寒。消渴、熱痺を主る」

と。

130 陶景の注に云う「氣を下す」と。

131 蘇敬の注に云う「久しく食して、大いに人に宜し」と。

132 孟詵の云う「多食せば、痔を動かす」と。

127 薺蒿菜

七卷經には、「冷やす作用があつて、食べても害も
なく利益もない」とある。

128

崔禹は、「これを食べると目がはっきり見えるようになる。味
はしおから味で、毒はない。胸のつかえをとる作用が主効であ
る。艾に似ていて香ばしい香りがある。羹を作つて食べると
利益のあるものだ」といつている。

日本の古代名は、オハギ。

129 蓴

本草には、「味は甘く、性質は寒やす作用がある。消
渴とか、熱によるひきつり、麻痺にはよろしい」とある。

130 陶景の注には、「氣を下す」とある。

131 蘇敬の注には、「長期間食べるのは大へんよろしい」とある。

132 孟詵は、「あまりたくさん食べると、痔を発病させる」といつ
ている。

133 拾遺に云う「案ずるに此の物は、水草と雖も、性、熱

にして氣を擁ぐ。溫病起りて食するものは、多くは

死す。體滑らなる爲に、脾は、磨すこと能わず。常に

食せば氣を擁ぎ、關節の氣を急ならしめて唾を嗜な

む」と。

134 蘇敬の云う「上品は脚氣を主る。脚氣論中に人をし

て食せしむ。此れの誤りは、極めて深きなり」と。

和名 奴奈波。

129 葦 スイレン科ジュンサイ *Brasenia Schre-*

beri J.F. Gmel. (*B. peltata* Pursh.) の茎葉

で、成分は粘液物質がある。

133 溫病 体内に熱が結ばれ、全身が熱するもの

で傷寒とちがって特に「溫病論」というものがある。

急 いそぐという意味ではなく、此の場合は

ひきつりと考えるべきである。緩急の急である。

133 拾遺には、「考えてみると、もともとは水の中の草だが、性は

熱であるので、氣の滞りを起こす。だから熱の内部にこもった

溫病の人が食すると死ぬことがある。もともとの本体はぬるぬ

るしているので、脾が充分消化することが出来ず、關節をひき

つらせて、唾が多く出るようになる」とある。

134 蘇敬は、「上品というものは、脚氣によいということになって

いる。その脚氣論の中にこのものが入っている。これは大へん

な間違いで、罪は深い」といつている。

日本の古代名は、ヌナハ。

135 骨蓬

崔禹云う「味鹹、大冷、毒なし。黃疸、消渴

を主る」と。

135 骨蓬

崔禹は、「味はしおからく、大いに冷やす作用があつて、毒はない。黃疸や、小便の出しづる病に効果がある」とい

っている。

和名 加波保彌。

日本の古代名は、カワホネ。

135
骨蓬

コウホネ科 コウホネ Nuphar japoni

cum DC. で萍蓬、川骨などの異名がある。

成分として、アルカロイド nupharidin がある。
名である。

136

莠頭

拾遺に云う「味辛、寒、毒あり。癰腫、風毒

を、主る。磨して腫上に傳く。擣き碎きて灰汁を以つて、煮て麤を成して五味に調え、之を食の如くに爲す。消渴を主る。生しきは即ち、喉を戟きて出血す。吳、蜀に生ず。葉は半夏の如く、根は腕の如し。好みて陰地雨滴に生ず。葉に子を生ず。一名は莠菟という。又、斑枝ありて、根苗、相似たり。秋に至りて花あり、直出して赤き子あり。其の根を癰に傳く。莠は毒あり、食せず」と。

和名 古爾也久。

136
莠頭

拾遺には、「味は辛く、性質は寒す作用があり、毒が

ある。癰腫や転移性の膿腫に効果がある。すり潰して腫れものの上にすりつける。又、擣き碎いて、灰汁と一諸に煮るとモチが出来るから、五味に調えて食べものとする事が出来る。そのものは消渴によい。生のままで食べると、のどがいがらく、刺激して出血することがある。吳の国や蜀の国に生産される。葉はカラスビシャクのように、根に腕のような芋が出来る。陰地の雨滴のあるところに好んで生える。葉に子がつく。又、コニヤクという名もある。枝に斑があつて、根も苗もよく似ている。秋になると直出して花が咲いて種が出来る。その根は癰につけるが食べると毒があるので、ふつうは食べない」とある。

日本の古代名は、コニヤク。

136 蕁頭

サトイモ科ロンニヤク Amorphophallus Konjac K. Koch. の根で成分として
は mannan (konjakmannan), 澱粉, adenine,

trigonelline, choline, trimethylamine, ブドウ糖などがある。
風毒 転移性膿腫のことをいうが脚気のこと

をいう場合もある。

137 牛蒡

本草に云う「惡実。一名牛蒡、一名鼠黏草。味辛、平、目を明らかにし中を補い、中風、面腫、消渴を主る」と。

137 牛蒡

本草には、「惡実という名で、牛蒡とか、鼠黏草などと呼ばれている。味は辛くて、性質は平である。目はつきりし、胃の働きをよくし、中風とか顔の腫れ、小便の出しづるものなどによろしい」とある。

138

蘇敬の注に云う「根は、牙齒の痛み、脚の緩弱、癰疽、欬嗽、疔瘻、積血を主る」と。

138

蘇敬は、「その根は、齒の痛みによく、脚の軟弱や、腫れもの、咳、仮性腫瘤で発作性疼痛のあるもの、血の滞り、痛むものなどによろしい」といつている。

和名 支多支須。

日本の古代名は、キタキス。

137 牛蒡

キク科ゴボウ Arctium Lappa L. の成分としては脂肪酸 (palmitic acid, phytosterin) 精油、苦味質、植物粘液質、タンニン、vit.

in, adenine, arginine, trigonelline, choline などが知られている。驅風作用があり西洋では古くから利尿作用が知られていた。

139 木菌 もくきん

七卷經に云う「味甘、溫、平。之を食せば、

身を輕くし、九竅を利す。凡そ、諸々の、毒ある朽木に生ずるところものを、人、識らずして、煮て食せば死せざるものなし。これ、よろしく輕がるしく之を噉うべからざるべし」と。

140 又云う「石耳は性は冷、石の上において生ず。之を食せば益ありと爲す」と。

141 へ宇本は以下に之れなし。又云う「地菌は溫、平。之を食せば、五藏を補い、氣を益す」と。

142 崔禹云う「菌茸、之を食せば毒を去り、氣を熱す。生は溫を冷やす」と。

139 木菌 もくきん 担子菌類キクラゲ属 *Auricularia* sp. 殊にキクラゲ *A. polytricha* Pat. の菌体である。成分としては *ergosterin* が知られている。

木菌は木耳ともいい、キクラゲのことであるが、石耳や地耳が一諸に論じられているが、それぞれ別種のものである。

139 木菌 もくきん

七卷經には、「味は甘く、性質は溫める作用と、平とである。これを食べると、身体が軽くなり、目、耳、鼻、口、前後陰などの働きをよくする。毒のあるものはすべて毒を持った木が朽ちたものに生えたものであるから、それを知らずに食べると死ぬことがあるので、キノコを食べるときは充分注意が必要である」とある。

140 又、「石耳というのは、石の上に生えるもので、冷やす作用があるが、これは食べて利益のあるものだ」とある。

141 又、「地菌というのは性質は溫と平で、これを食べると五臓の働きをよくし、元氣になる」とある。

142 崔禹は、「菌茸はこれを食べると体内の毒を去らすので、氣が熱するが、生のものは溫を、逆に冷やすことがある」といっている。

143 拾遺に云う「採りて掃し、色の變ずるものは毒あり。

夜中に光るものあるは毒あり、煮て熟さざるものは毒あり。蓋の仰げるものは毒あり。又冬春は毒なし。秋夏のものには毒あり、蛇の過ると爲すなり。冬に生じて、白軟なるものは毒なし。久しく食せば腸胃を利す」と。

144 養生要集に云う「木菌はへ字本に之れ爲し」味甘、温、平。之を食せば、身を軽くし九竅を利す」と。

145 又云う「菌の赤き色のものは食すべからず。人を害す」と。

146 又云う「菌生じて捲まれるもの之を食せば人を傷る。青色のものも亦食すべからず。木耳の色青き、及び仰ぎて生ずるものは、食すべからず。人を傷る」と。

147 又云う「楓樹に生ずるところの菌は之を食せば人をしめて咲み止まらしめず」と。

143 拾遺には、「木菌を採取して、掃いてみて、色が変色するようであれば、毒がある。夜中に光るのは毒がある。煮ても、なかなか煮熟しないものには毒がある。傘が上向きに生えているのには毒がある。又、冬とか春のものには毒がないが、秋や夏のものには毒があるのは、蛇などが過つたからだ。冬に生えるもので白くて軟かのものには毒がないので、長期間食べると消化器の働きをよくする」とある。

144 養生要集には、「木菌は、味は甘く、性質は温、平である。これを食べると身体が軽くなり、九竅の働きがよくなる」とある。

145 又、「菌の色の赤いものは、食べてはいけない。人に害がある」とある。

146 又、「菌が、捲まって生えているのは害がある。青い色のものや傘が仰向いて生えているものは食べてはいけない。人に害をする」とある。

147 又、「楓の樹に生える菌は、食べると笑いが止まらなくなる」とある。

148 又云「食菌中毒して煩亂し死せんと欲するを治

するの方は、大豆を煮てその汁これを飲ますが良し。

又、土漿、これを飲ますが良し」と。

149 へ今案ずるに、七卷經に云う「石耳は性冷。石上にお

いて生じ、之を食するは益ありと爲す」と。へ又、地

菌は温平。之を食せば五臓を補い氣を益す。」

和名 支乃多介。

148 又、「食菌に中毒したときには、煩亂して死にそうになるが、

このとき大豆の煮汁を飲ませるのがよいとか、又、漿をつくつて飲ませるとよい」とある。

149 へ七卷經には、「石耳は、その性質は冷やす作用がある。石の上

に生えるものでこれを食べると利益がある。又、地菌というのは、その性質は温める作用、平の作用である。これを食べると五臓の補いになるし元氣になる」とある。

日本の古代名は、キノタケ。

150

榆皮

本草に云う「味甘、平、毒なし。大小便通

ぜず、水道を主る。耶氣を除き、腸胃の中の熱氣を

除き、腫を消す。性滑にして利す。小兒の頭瘡、疔瘡

上の甲なり。周禮にも疔あり、癰は便ち醫の治す。鄭

玄の曰う疔頭瘍、亦禿を謂うなり」を療す。久しく服

せば身を軽くして飢えず。其の實は尤も良し。花は

150

榆皮

本草には、「味は甘く、性質は冷やしも温めもしない

平である。毒はない。大便小便の通じないものや、水道を通じ

させるのが主な作用である。邪氣をとり、消化器の中の邪熱を

とって腫れものを消す作用がある。その性質は粘滑であつて、

大小便を出やすくする。兒童の頭のクサやカサブタを治す働き

がある。へ疔というのは痺と同じ発音で『ひ』と読むが、頭のできものである。周禮という本の中にも疔という文字が出てくるけれども、癰というのは医の治療の対象となるもので、疔とい

小児の癰を主り、小便の不利を主る」と。

151 陶景の注に云う「人をして睡眠せしむ。嵇公の謂うと

ころ、榆は人をして眠らしむ」と。

152 禮記「宇本に之れなし」に云う「榆を粉にして以つて

之を滑らかにす。榆の白きを粉と曰う」と。

153 養生要集に云う「睡りを多くせしめ、淡(痰)を發す」と。

和名 爾禮。

150 榆皮 ニレ科ニレ Ulmus campestris L. の

樹皮で特にハルニレ U. Davidiana Pl. var. japonica Nak. (U. japonica Sarg.) を用ふる。

成分としては粘液、ゴム質、タンニン、phlobaphene, phytosterol, stigmasterol, siossterol など認められており、根皮は骨折の瘡法料などに利用されている。

疔 ぐさ。頭のできもの。

うのは鄭玄のいっている疔頭瘍のことで、放置しておくとう

なるといっている。長期間服用すると身体が軽くなり、饑餓感がなくなる。その実の方が効果がある。その花は、小児の癰に効果があつて、小便の出をよくする作用がある」とある。

151 陶景の注には、「このものを服用すると睡眠をよくする。嵇公は榆というものは睡眠薬だといっている」とある。

152 礼記には、「榆を粉末にして、滑らかなものにするといっている。榆の白いものを名づけて粉という」とある。

153 養生要集には、「睡眠を長時間させるのであるが、痰を発生させることがある」とある。

日本の古代名は、ニレ。

周禮 書名、四十二卷、周代の官制を書いた

ものというが、前漢の末に古文学者が自説の裏付けのために偽作したものらしい。十三經の一つ。

鄭玄 じょうげんとも言い、後漢の人で字を康成といった。門人が千数百人いた大へんな学者であつたといわれる。

151 嵇公 晋の人で竹林の七賢人の一人。著書に

養生論がある。

152 禮記 書名、五經の一つ合計四十九篇あつて、漢の戴聖が伝えたものという。各種の禮に関する記録が集められている。

154 辛夷 しんい 本草に云う「味辛、毒なし。五藏身體の寒風、

風頭、腦痛を主り、九竅を利し、髮鬢を生じ、白

蟲を去り、年を増す」と。

155 崔禹の云う「之を食せば、九竅を利す。味辛、香し、

溫、毒なし。其の子は之を敢うべし」と。

和名 也末安良々支。

154 辛夷 しんい モクレン科コブシ *Magnolia Kobus*

DC. (中国産は *M. fargesii* Cheng.) の花蕾で成分には精油 (citral, eugenol, cineole, methyl-

chavicol, pinene, capric acid, oleic acid), rutin,

とされているので、「白」に結びつけたものであろう。

アルカロイド反応物質などが含まれている。白蟲 腹中の虫であるが辛夷は肺経をめぐ

154 辛夷 しんい 本草には、「味は辛く、毒はない。内臓や身体の寒や

風に犯された病氣、あるいは、風によつて起こった頭痛、腦痛を治す作用が主な効能である。九竅をよく働くようにし、頭髮やビンのヒゲを生えさせ、白虫を除去して、年齢をのばす」とある。

155 崔禹は、「これを食べると、九竅の働きをよくする。味は辛く、香ばしい。その作用は、身体を温める。毒はない。辛夷の種は食べるとよろしい」といっている。

日本の古代名は、ヤマアラギ又はコブシハジカミ。

156 昆布 こんぶ 本草に云う「味鹹、寒、毒なし。十二種の

水腫、癭瘤、氣癭を主る」と。

157 陶景の注に云う「乾したものは性熱、柔かきものは甚

だ冷」と。

156 昆布 こんぶ 本草には、「味はしおからく、性質は寒やす作用がある。毒はない。十二種のむくみ、良性の腫瘤や頸の腫れる病氣などに効果がある」とある。

157 陶景の注に、「乾燥したものは、その性質は熱する作用があり、柔かい(生の)ものは、はなはだ冷やす作用がある」とある。

158 拾遺に云う「頰卵腫を生ずれば、汁を含みて之を嚥

む」と。

159 崔禹の云う「九瘰、風熱、熱瘰、手脚の疼き痺れを治す。生をもつて之を食せば人を益す」と。

和名 比呂米。

156 昆布 褐藻類コンブ *Laminaria japonica*

Aresch. の藻体で、成分としては mannit, arginine acid, galactan, cystine, glutamic acid, lysine, aspartic acid, glycine, cysteine acid, aranine, proline, adenine, mono-iodacetic acid, 不飽和脂肪酸、ビタミンA、D、揮発成分、アミノ酸など豊富な成分がある。

十二種の水腫

むくみに十二種あり、遍身腫、四肢腫、面腫、脚腫、脛腫、膚脹、鼓脹、腸覃、石瘕、飢飽、労役、房欲などにわけてゐる。

瘰癧

くびの下のコブをいう。瘰に五種あり瘰に六種ありといわれている。

氣瘰

瘰は、くびのはれる病氣。氣瘰は形な

158 拾遺には、「頰卵腫が出来たときは、よく嚥んで汁を飲み込むとよい」とある。

159 崔禹は、「瘰孔のある淋巴腺炎や、風による熱や、熱病による手足の関節の痛む病氣や、手足の疼き、痺れを治す作用がある。生のまま食べると利益があるものだ」といつている。日本の古代名は、ヒロメ。

く、自覚的なものをいう。

158 頰卵腫

頰に四種あり、腸、卵、氣、水で陰囊水腫のこと、ふつう睾丸炎などを指す。

159 熱瘰

瘰というの一種の熱病を指しているが、手足の関節の痛む病で、熱と湿と風とがある。

160

海藻

本草に云う

「味苦・鹹、寒、毒なし。瘰癧の

氣、頸下の核を破散し、結氣、癰腫、癥瘕、堅氣、腹

中に上下して鳴るを主る。十二水の水腫、皮間にあ

る。

瘰癧

瘰癧

瘰癧

瘰癧

160 海藻

本草には、「味は苦く、しおから味があつて、毒はな

い。頸の下のコブ、頸下の腫れものを散らし、氣の結ばれて、

出来もの腫れものや腹中の硬結、腫瘍が腹の中で上下して鳴る

などを治す効能がある。むくみの各種の症状を治し表皮の水毒

るを下し、**積聚**、**暴瀕**、**留氣**し熱結するを主る。小便を利す」と。

161 崔禹云「味鹹、小冷。一名を海髮という。其の状、亂髮の如し」と。

162 孟詵曰「之を食せば男子の陰起こる。恆に食せば、男子の癰を消す」と。

163 唐玄子張云「瘦人は之を食すべからず」と。

和名 爾支女。

160 海藻 海中に生ずる藻類、ふつうは褐藻類ホンダワラ *Sargassum* sp. を充てている。多量の *L. manni* 粘液、sargasterol を含んでいる。

癰腫 良性の瘤腫をいう。
癰腫 ねぶと。
癰瘕 腹中の硬結、瘕は非移動性の硬結、瘕

は移動性の硬結である。
積聚 腹腔の腫瘍硬結を指す。
暴瀕 急性の睾丸ヘルニアを指す。

164 鹿角菜 養生要集に云う「味鹹、冷。之を食して利あり、嗽を動ず」と。

164 鹿角菜 養生要集には、「味はしおからくて、性質は冷やす作用がある。これを食べて利益があるが、嗽のある人はそれを動かす」とある。

を下す作用や、腹の中の塊り、又にわかに睾丸炎の起こるのを治し、熱が氣に勝って結ばれたものを主効として、小便の出をよくする」とある。

161 崔禹は、「味はしおからくて、性質は小し冷やす作用がある。別名を海髮というが、それは形が乱髮に似ているからだ」といっている。

162 孟詵は、「これを食べると男子の陰茎が起ってくる。平生食べていると、陰囊水腫などはなくなる」といっている。

163 唐玄子張は、「やせた人は食べてはいけない」といっている。日本の古代名は、ニキメ。

今案するに、損害物に和名 都乃末多。

今損害物を調べてみると、日本の古代名は、ツノマタ。

164 鹿角菜 紅藻類フノリ *Gloiopeltis furcata* Post.

et Rupr. var. *intricata* Okam. の藻体をいうのであるが、ツノマタ *Chondrus ocellatus*

Holmes で、フノリは海羅とする説とがある。成分としては N-(1-carboxylethyl)-taurine やアミノ酸 (condrine, aspartic acid, threo-

nine, serine, glycine, alanine, valine, leucine, citrulline, ornithine, taurine) などが含まれてゐる。

165 石莼 *せきじゆん*

崔禹云「味鹹、至つて滑々然たり。大冷、

毒なし。之を食せば、口の爛れを止め、消渴を治して食を進む」と。

和名 古毛。

165 石莼 *こも*

崔禹は、「味はしおから味であつて、そのねばりは滑々然としており、性質は大へん冷やす作用があつて、これを食べると口内炎を治し、小便の出しぶるものをよくして食欲を増進させる」といつてゐる。

日本の古代名は、コモ。

165 石莼 緑藻類アオサ属 *Ulva* sp. アナアオサ

U. pertusa Kjellm. を孔石莼とす。石莼とす。莼と莼とは同じである。成分としては、adenine, hypoxanthine, xanthine, arginine,

histidine, choline, cystine, aspartic, glutamic acid, glycine, threonine, alanine, valine, leucine, 粘物質、揮発性物質、などを含有してゐる。

166 紫苔(しだい) 崔禹云「味酸、小冷、毒なし。水底の石

上に生ず。之を食せば消渴を止む」と。

和名 須牟乃利。

166 紫苔(しだい) 崔禹は、「味は酸っぱくて、少し身体を冷やす作用が

ある。毒はない。水の底の石に生えるものだ。これを食べる

と、消渴を治すことが出来る」といっている。

166 紫苔(しだい) 紅藻類アマノリ Porphyra sp.

で主としてアサクサノリ *P. tenera* Kjellm. で

酢酸、ビタミンA、B₁、B₂、C、色素などを
含有しているといわれる。

167 藪(しゅう) 本草に云う「味辛、微温。多食せば、人をして

氣喘せしむ」と。

167 藪(しゅう) 本草には、「味は辛くて、性質はわずかに温める作用が

ある。多く食べると、咯痰を咯出することなく、喘鳴促進を起

168 陶景の注に云う「人の肺を利せず。恐らくは氣を閉ず

るが故なり」と。

168 陶景の注には、「人の肺にはよくない。それは恐らく氣を閉じ

る作用のためであらう」とある。

今案するに損害物に和名之不支。

167 藪(しゅう) フクダミ科フクダミ *Houttuynia cordata*

Thunb. で成分としては精油 (methyl-nonyl-k-

lauryl aldehyde, アルカロイド (cordarine), フ

シボノール (quercetin), カリウム塩、臭気
などが知られている。中国ではこれを魚腥草

(decanoyl acetaldehyde 及び lauryl aldehyde)

169 葱 そう 本草に云う「葱の實は、味辛、溫、毒なし。目

を明らかにし、中の不足を補うを主る。莖は傷寒、寒熱、汗出でて、風に中り面目腫れ、喉痺して通ぜざるを主る。胎を安んじ肝の邪氣を除き、五藏(臟)を利し、百藥の毒を殺す。根は、傷寒、頭痛を主る」と。

170 崔禹云う「其の莖の白きものは性冷。青きものは性熱なり」と。

171 七卷經に云う「味辛、溫、食すべからず。人の心氣を傷る」と。

和名 紀。

169 葱 そう ネギ科ネギ *Allium fistulosum* L. べ、
その成分には精油 (allylsulfide) phytin, プ

ドウ糖、果糖、mannose, fucan などを含み、
発汗利尿作用があるといふ。

172 薤 がい 本草に云う「味辛・苦、溫、毒なし。金創、創

169 葱 ねぎ 本草には、「葱の実は、味が辛くて、身体を温める作用がある。目をはつきりさせ、消化器の働きをよくする。莖は傷

寒や寒熱、そして汗が出て、風にあたって、顔や目がむくんでのどがつかえ、しびれ、閉塞して通じないものを治す作用がある。妊娠中の胎児を安定させ、肝の邪氣を取り去り、五臟の働きをよくし、あらゆる薬物の毒を消す作用があつて、その根は、カゼや頭痛によろしい」とある。

170 崔禹は、「莖の白いのは、身体を冷やし、青いのは身体を熱ためる」といつている。

171 七卷經には、「味は辛く、性質は温める作用がある。人の心氣を損うので食べない方がよろしい」といつている。

日本の古代名は、キ。

172 薤 らっきょう 本草には、「味は辛く、苦くて、性質は温める作用があ

敗するを主る。身を軽くし、飢えず、老いに耐え、寒熱を除き、中を温め、病人に利あるなり」と。

173 拾遺に云う「中を調え、久利差えず、大腹内の常に悪しき者を主とる。但し、多く之を煮て食すべし」と。

174 蘇敬云う「薤に赤白の二種あり、白きものは補い、而して美し。赤きは金瘡を主る」と。

175 崔禹云う「食せば、毛髪を長くす」と。

176 孟詵云う「長く之を服せば、神靈甚だ通ずべし。魂魄を安んじ、筋力を續ぐ」と。

和名 於保美良。

172 薤 ネギ科ラッキョウ *Allium Bakeri* Reg. の鱗茎(薤白)で、成分としては、糖(果糖、ブ

ドウ糖、蔗糖、galactose, arabinose, galacturonic acid, rhamnose, pentose) 精油など

がある。ふつう祛痰作用があるといわれている。

177 韭 本草に云う「味辛・酸、温、毒なし。五臓(臓)を安んじ、胃熱を除くを主る。病人に利あるなり。

る。毒はない。刀創や、刀創の化膿したものを主として治す効果がある。身体が軽くなり、饑餓感がなくなり、老いに耐える。往来寒熱を起こす病気を治し、胃を温めるなど、病人には利益のあるものだ」とある。

173 拾遺には、「中焦(胃)を調え、慢性化した下痢が治らないで、腹中が常に気持わるいものに主効がある。ただ、たくさんたべるのがコツで、煮て食べるとよい」とある。

174 蘇敬は、「薤には、赤と白と二種があつて、白い種類は補いになるし、うまい。赤いものは刀創を治す作用がある」といつてゐる。

175 崔禹は、「食べると毛髪が長くなる」といつてゐる。

176 孟詵は、「長期間食べると神靈に通ずるといふ。魂魄をしずめ、筋肉の力を強くする」といつてゐる。

日本の古代名は、オホミラ。

177 韭 本草には、「味は辛く、酸っぱくて、性質は温める作用がある。毒はない。五臓を安定させ、胃の熱を除去するのが主

ひさしく食すべし。根は髪を養うを主る」と。

178 陶の注に云う「是れ性を養うを忌むところなり」と。

179 孟詵の云う「冷氣の人は、煮て之を長く服すべし」と。

180 拾遺に云う「中を温め、氣を下し、虚を補い、府臓を調和す。人をして能く食せしめ、白膿の洩、腹冷痛を止める。並べて煮て之を食せしむ。葉、根を擣ぎ絞り、汁を服せば、諸々の薬毒、狂犬に咬まれし人を解す。亦た蛇蛭蝎、惡蟲の毒を殺す。又、汁を、多く服せば、胸痺、骨痛を主る。俗に云う葎菜は是れ草鐘乳と言う。其の、人に宜しきこと信然たるなり」と。

和名 己美良。

177 葎 ネギ科ニラ *Allium tuberosum* Rottl.

(*A. chinense*, G. Don.) 成分には精油 (allylsulfide), pentose, althiamine 化合物などである。

180 洩 下痢のことをいう。

蛇蛭蝎 ヘビやヤモリ、サソリなどの毒蟲を指す。

胸痺 胸中が閉塞された如く感じ、呼吸困難

効である。病人が食べて利益があるから長期間食べるとよい。

又、根は髪を養う効果がある」とある。

178 陶景の注には、「性を養うのには、あまり役に立たない」とある。

179 孟詵は、「身体の冷え症の人は、煮て長期間食べるとよい」といつている。

180 拾遺には、「脾胃を温め、氣を下し、弱っているところを補って、腑、臓を調和する。食欲を増進し、下痢に膿を混えたものを止め、腹中の冷え痛むのをとめる。すべて煮て食べさせる。葉や根などをついて、絞り汁を作って服用させると、いろいろの薬毒とか、狂犬に咬まれた毒を解毒してくれる。又、ヘビやサソリ、ヤモリなどの悪虫の毒を解毒することが出来る。又、その汁をたくさん服用すると、呼吸困難や胸痛を訴えるもの、骨節痛などに効果がある。一般に、葎のことを草鐘乳という名があるが、全く信用すべきものである」とある。

日本の古代名は、コミラ。

と胸痛とを訴える証をいう。

信然 信用して、もつとものことである、とうなずくことをいう。

181 蒜 本草に云う「味辛、温、毒なし。脾・腎を掃う。霍亂、腹中の不安を主る。穀を消し、胃を理し、中を温め、耶痺の毒氣を除く」と。

182 崔禹の云う「性、温、薰臭す。中風、冷、霍亂には、煮て汁を飲みて、良に至る。或は云う、腹中の生瘡、及び疔瘡を主る」と。

183 七卷經に云う「人を損ず。長く食すべからず」と。

184 孟詵の云う「大蒜は熱。風を除き、蟲毒の氣を殺す」と。

今案ずるに、損害物に和名 己比留。

181 蒜 ネギ科コヒル *Allium sativum* L. form. の鱗茎であって、含硫精油 (allyl sulfide), inulin, 葉には pentosan を含むとする。

182 疔瘡 仮性腫瘤にして発作性の疼痛あるものをいう。
184 大蒜 胡のことであって、ニンニクのことである。

185 胡 本草に云う「味辛、温、毒あり。癰腫、匿瘡を散

181 蒜 本草には、「味は辛く、性質は温める働きがあつて、毒はない。脾、腎を刺激する。吐き下しの病氣や、腹の中の、氣持わるさを治す作用がある。穀物の消化をよくし、胃の働きを正常にし、中焦を温め、麻痺などの毒氣をとりさる」とある。

182 崔禹は、「性質は温める働きがあつて、刺激臭がある。風にあたり、無熱性の麻痺、吐き下しなどには、煮て汁を飲んで、治つたらやめる。又、別に、腹中に出来た瘡や、仮性腫瘤で発作性の疼痛のあるものを治す効能がある」といつてゐる。

183 七卷經には、「害があるから長期間食べない方がよい」とある。

184 孟詵は、「大蒜というものは、性質は熱するものであるから、風を除き、虫などの毒氣を散らす作用がある」といつてゐる。今損害物をしらべてみると、和名はコヒル。

ある。この分はオオヒルだから間違つて文中に入つたのであらう。

185 胡 本草には、「味は辛くて、性質は温める作用がある。ねぶとや陰中の瘡を散らし、風邪を治し、毒氣を除く作用があ

ず。風邪を除き、毒氣を殺す。獨子のものも亦佳く五藏を掃く。久しく食せば人を傷る。目明を損ず」と。

185 陶の注に云う「葫を大蒜となす。蒜は小蒜となす。

俗人は蠶をつくりて以つて膾肉を噉うときは性を損じ、命を伐う。此れ、之より甚しきは莫し」と。

187 拾遺に云う「葫。大蒜は、水を去り、瘴氣を惡む。

風濕を除き、冷氣を破り、疰癰を爛し、耶惡を伏し、宣通、溫補、己むことなし。之に加え、初めて食せば目を利せず。多く食せば却つて明す。毛髪をして白くせしむ。皮と合わせて兩頭を截却きて之を吞む。名づけて内灸となすなり」と。

185 葫 ネギ科ニンニク *Allium sativum* L. var.

あるが、オオニンニク *A. sativum* L. var. *pekinense* Maek. が大蒜にあつてはまるものと思われる。成分としては含硫体 (allin S-allyl-cysteine sulfoxide) 酵素 (myrosin, allinase, phosphatase) 配糖体 (gluconinal), inulin, arginine, cystine, homocystine, cysteine,

り、実のひとつのももの、五臓を刺激するので、長期間食べる
と害がある。特に目を悪くする」とある。

186 陶景の注には、「葫というのは大蒜のことで、蒜というのは小蒜のことである。一般には、蠶をつくつて、膾肉を食べると、身体の働きをわるくして、寿命にも影響するのはこれ以上のものはない」とある。

187 拾遺には、「葫、大蒜は、水を身体からとる作用があり、山や川の悪氣によつて起こる一種の熱病にはよくない。風とか湿によつて起こる病氣にはよく、身体の冷え症には大へんよい。しこりの類を柔かくし、悪い氣を散らし、氣を通じ、溫め、補うことを止めることがない。だから、はじめ葫を食べると目が少しわるくなるが、たくさん食べると、かえつて目が良くなるものだ。毛髪を白くするから、注意しなければならない。皮のまま両方の頭を切りとつて、そのまま吞み込む。これを内の灸といっている」とある。

glutamyl phenylalanine, phytin, scorodose,

クエン酸、磷酸、チオ乳酸など成分は多く確認されている。

瘰癧 陰中に瘡を生じ、或は痛み、或は痒く、蟲のゆくごとく膿水を淋瀝する病氣をい

う。
獨子 ニンニクの鱗茎の一個だけのものをい

う。これを分けて植えてもその年内には増殖しない。「ドクシ」と読む場合もある。

187 瘰癧 熱病を起す山や川の悪い氣をいう。ニ

ンニクは、このような地では育ちにくい。

内灸 ふつう灸は皮膚に「もぐさ」に火をつけてすすめるのであるが、身体の中に灸するよう

188 崔禹の云う「味辛壘、大溫。鬼毒、諸々の氣を殺すと

云う。獨子のものは胡という。少なきものは百合（草名なり）の如く、片なるものは蒜と曰う。以つて壘

をつくりて、蟲魚の肉や鳥を合せて之を食せば、快味となす。或は云う、久しく食せば、性を損し、命を伐うというものは、今、常に之を噉いて損あることなし。是れの事は、信ずるべからざるとなすのみ。但し、藥を服するは慎しみて之を辟くると曰う」と。

189 馬琬の云う「藥性に益せず。若し直ちに之を噉うも亦、應に氣を通すべきのみ」と。

190 千金方に云う「多く生の胡を食して、房を行えば、肝氣を傷り、人をして面色なからしむ」と。

今案ずるに、損害物に和名 於保比雷。

191 蜀椒

本草に云う「味辛、大熱、毒あり。耶氣、

188 崔禹は、「味は刺すような辛さで、大いに身体を温める。邪惡

な毒氣やその他の惡氣をなくするといわれ、獨子のものが、胡という名で呼ばれ、辨の形状をしているものは小さいが、百合に似ているので蒜という。これであえものをつくつて、虫魚の類や鳥などの肉と合わせ食べると、素晴しくうまい。あるいは、長期間食べると、生命に害があり、寿命にかかわるという説があるが、実験してみても、全く害などはない。これらは信じてはならない説である。しかし、その氣が強いために、藥を服用している人は、さけた方が無難である」といつている。

189 馬琬は、「藥の性質をよくすることはないので、もしも藥を服用して、すぐに胡を食べると、氣を通じすぎるのでよくない」といつている。

190 千金方には、「生の胡をたくさん食べて、男女關係を行うと、肝氣をやぶつて、顔の色をなくしてしまう」とある。

今損害物をしらべてみると、日本の古代名はオオヒル。

191 蜀椒

本草には、「味は辛く、性質は大いに熱する作用があ

効逆を主り、中を温め、氣を下し、骨節、皮膚、肌
の寒えを逐い、痺痛を温め、五臟六腑の寒冷、心腹の
留飲、宿食、腸澼、下利、癥結、水腫、黃疸、鬼
注、蟲毒を除き、蟲魚を殺す。久しく服せば、頭白か
らざらしめて身を軽くし、年を増し、齒髪を堅くし、
寒暑に耐えしむ」と。

191 蜀椒 シカン科サンショウ *Zanthoxylum*

piperitum DC. の実で、中国産は *Z. avicennae* (Lam.) DC.; *Z. nitidum* で成分としてはアルカロイド (magnoflorine, berberine) 精油類を含有している。
蓄飲 胃液分泌過多をいう。胃内停水ともい

う。
宿食 飲食物が完全に消化吸収されずに腸内に停滞するものをいう。
腸澼 細菌性の下痢をいう。
癥結 腹底にかくれている硬結をいう。
水腫 むくみ。

る。毒がある。咳などの外邪を治す働きがあり、胃を温め、氣を下し、骨節や皮膚の寒を追いはらい、運動麻痺による痛みを温める。五臟六腑の寒冷による病氣や、腹中の留飲や、飲食物の停滞、細菌性の下痢、ふつうの下痢、腹中の塊り、腹水や黄疸、一門が相ついで出る伝染病、腹中の虫などを除去し、虫や魚を殺す作用がある。長期間服用すると頭髪を白くさせない。寿命を長くし、齒や髪を堅くし、暑さや寒さに強くなる」とある。

鬼注 鬼は邪、注はそそぐであって、一門一族が次々と病む場合をいう。伝染病である。

蟲毒 腸中の虫だが迷信的な蟲で、カンノムシなどのように「蟲のせし」などともいう。

192 崔禹云「之を食し、中を温め、五臟六腑の冷風を温

む」と。

193 孟詵の云う「客熱を除く。久しく食すべからず。人の

192 崔禹は、「これを食べると、胃を温め、五臟六腑の冷えを温める」といつている。

193 孟詵は、「外部からの邪熱を除く作用があるが、長期間食べな

性靈を鈍らす」と。

194 養生要集に云う「椒の口閉じ及び色の白きものは並べ
て食せば人を殺す」と。

今案ずるに、損害物に和名 不佐波之加美。

い方がよろしい。精神の働きが鈍くなる」といつてゐる。

194 養生要集には、「椒の実の口が開いていないものや、色の白
ものは、食べると死ぬことがある」とある。

今損害物をしらべてみると、日本の古代名はフサハジカミ。

195 菊 本草に云う「味苦・甘、平、毒なし。風頭、頭

眩、腫痛、目脱せんと欲して涙出で、皮膚死れ、肌惡
風し、濕痺して痛み去來するものを主る。陶々とし
て胸中煩熱するを主る。腸胃を安んじ、五藏(臟)
を利し、四肢を調う。久しく服せば、身を軽くし、年
を延べ、老いに能う」と。

195 菊 本草には、「味は苦味と甘味があつて、性質は、熱しも

冷やしもしない。毒はない。風頭、めまい、腫れ痛み、目が外
に飛び出しそうで涙が出、皮膚は荒れ、肌に寒気がして、リウ
マチ様の痛みが発するものを治す作用が主効である。消化器の
働きをよくし、五臓のバランスをよくし、手足の働きがよくな
るので、長期間服用すると、身体が軽くなるし、寿命がのび、
いつまでも若々しい」とある。

195 菊 キク科キク *Chrysanthemum morifolium*

Ram. (C. sinense Sab.) の成分としては ade-
nine, choline, apigenin-glucoside, 炭水化物

(果糖、ブドウ糖、蔗糖、arabiose, galacto-
se, rhamnose, ribose) など知られてゐる。

196 崔禹の云う「仙經は菊を以つて妙藥となす。吳孺子

は三月三日に生る。生、日より常に菊苗を摘み蒸煮して之を噉う。青歸子に遇いて、俱共に芳壺に遊ぶ。一つには(石臺)と云う。遂に紫雲に乗り、青天に昇る。大補成は好みてその花を噉う。頭、白からず、筋、之を癖せず」と。

和名 支久。

196 仙經 仙人養性治身經三巻のことだが、宋史

藝文志には仙人の上に雷公の二字が加わっている。仙人になるための治身法と養性法が書かれてゐる。

吳孺子 神仙傳では朱孺子となつてゐるが同

196 崔禹は、「仙經という本では、菊は妙藥の中に入つていて、吳

孺子という人が、三月三日に生れ、生れた日から菊苗をつまんで食べたと伝えられる。青歸子という人に遇つて、共に芳壺というところで遊んでゐた。この場所は石臺という名でよばれる。そして遂に紫雲に乗つて、天に日中に昇つて仙人になつた、という。又、大補成は、菊の花を好んで食べていたが、老いても頭髮が白くならず、筋肉は、若い人と同じように若々しかった」といつてゐる。

日本の古代名は、キク。

姓同名で明の時代の蘭谿の人で吳小君という

人がゐるがもちろん別人である。仙人になつたという。

芳壺 一説では地名とする人もある。山西省

の壺口山のことだが、物語りでは、芳は長芳

のことで壺は壺公のことだから、二人の仙人

のことを芳壺という。石台は、石の台であつて坐つて行をする石のうてなである。

癖 この病にかからないの意。

醫心方 第卅

此の書、中、下、廿卷、之を儲けて、大夫九條氏成、奉つれり。

女醫博士 光採

〔札記〕の末尾に付した奥付

醫心方卷第 卅 延慶本。此の末、康賴、永觀二年、十一月廿八日に此の書を書き、□□公家に進む、と有り。長徳元年、四月十九日、逝去す。歳八十四。延慶二年、己酉、十一月十三日、之を寫し畢わんぬ。四十八字。

医心方跋
(後序)

是れの書、未だ校刊全たからざるに、不幸に會ひ、臣

琰の先人、世を謝し、未だ幾ならずして、臣告の先人も

亦復び相繼いで背を見る。不肖等は慟哭の餘、竊かに

是れを遷延して果さず、以つて二先人に地下に報ゆる

こと無きを恐る。既にして、不肖等、之を承けて、忝

なくも、先職を襲し、乃ち、孤陋をも自揣せず、敢え

て校讐の責に任ず。而して、二、三子も亦、皆密勿し

て事を始めるに従つて畢に功す。

其の札記は則ち、小島尙眞、高島久貫、澁江全善、

森立之、佐藤萇等、與に最りて力あり。既にして

尙眞、全善、先ず没して、久貫、立之等、専ら、其

の責に任ず。唯、是れ、此の書成りて今を距てること

九百年所り、其の援引する所は、各書、並べて唐人

に係る舊帙にして、今日に在りては、大率散逸して

傳わらず。或者は其の依る所の本、派別一ならず、或

は、今本は、後人の刪改を経て猝に證明するは難く、

矧や、すなわち其の間の字畫僻異にして辨識し易から

ざるもの之れ有り。文義晦澁にして、讀定し易からざ

るもの之有り。簡斷たれ墨闇くして、復たは問う可か

らざる者、之有り。今、苟且、遷就し、妄に之の説を

爲すを敢えてせず。半井氏の藏する所、別に延慶の

舊鈔冊子本有り。其の第廿五、廿六、廿八卷、

延享四年に和氣成庸の補鈔校するところ、是れの本

を以つて亦た互に相出入するときは、則ち爰に従り

て之を疏記す。
(簡条書きする)

其の第卅 卷の末に、是の書の撰進の歲月及び其の卒
歳の月日を記せり。亦た以つて史氏の缺を補うに足れ
ば、則ち併わせて附刻し、以つて考鏡に資す。他に仁
和王府に藏するところ凡そ十六卷、舊藏の零本、凡
そ四卷、亦た時に異同有れば、今、皆一一之を條ごと
に與げたり。若ち夫れ、微は微に作り、率は率に作
り、暑は暑に作り、覆を覆に作り、素を素に作り、狗
を狗に作る、及び偏旁の木、手、並べて通じて艸
頭、竹、頭の互用、凡そ皆、文字の構を異にす。指義
に關するに非ざる時は則ち、均く敢えて辭せず、其
の記に背くを費し數條を記して、一ら原帙に従いて影
摸し、以つて後に附せり。背紙に至らば、當時の牒
狀を用うる者有り、歷本を具に注するを用うる者有

り。諸の古記遺文各處に散出すること固より考多し。
古の意を廢さざる者、此の類は、本書と相渉らずん
ば、一概に濫りに載せず。極めて倫さると爲すときは
則ち、今、皆從ひて略す。
嗚呼、二先人より、斯の擧有るや、蓋し屢々裘葛を
易え、其の間の存歿の感は惘然に堪へざることある
は、臣琰、臣佶自から顧みて聞見するも黥陋たり。曾
て、先業を窺ふに足らず。萬が一にも獨り是、數百
年見んと欲して、之が珍を得ざるも、一朝光を發し
醫方の傳えを沿溯し、以つて其の津涯を得可し。則ち
庶幾ば、醫道の日は益 以つて明らけし。蓋し、唯
二先人見われずんば、以つて擧々校刻するところ是れ
の書の功の偉とする所以。

抑、亦た

昭代

(その時代の美称) 休明の運、
(おおいに明らかなこと)

一世を擧げて之を仁壽に

おいて躋る。

其の沾被の所の者は遠し。

萬延紀元の
(二八六〇年)

歳。

次上章の涪灘の

且月 既望
(十干の庚の異名) (申の年の異名) (旧六月) (十六日)

侍醫、醫學教諭、法眼臣多紀元琰、

侍醫、醫學教諭兼督務法眼臣多紀元佑

手を拜し、同じく識す。

〔注〕

