

# センブリ

牧 幸 男

小柄な植物のセンブリは、草原や芝生等よく目にすることができる。しかし、小柄だけに花が咲き始める10月初旬頃でも、注意していないと気がつかないことがある。毎年同じ場所に生育するので、一度その場所を覚えると、群生することが多く、秋本番になるとその場所のことが気になってしまう。草原で濃緑色のこの植物に出会うと、青紫の筋がある白い星形の花の姿に心が洗われるような気持になる。菅平の「長野県薬剤師会薬草の森りんどう」では、見本園近くの芝生に紫色センブリが、自然園への路に白色のセンブリを毎年見ることができる。紫と白色のセンブリの自生を同じ敷地で見られるのは珍しいので、観察することをお勧めする。センブリ



撮影：長野県薬剤師会薬草の森りんどう  
(センブリ)

はゲンショウコ、ドクダミと共に日本の三大民間薬の一つとして膾炙されているが、センブリの成長している姿を目にするのは少ない。

センブリは日本、朝鮮半島、中国に分布し、日当たりのよい草地に生育するリンドウ科の二年草である。一年目のセンブリはロゼット根で、地面に這いつくばるように小さな葉を伸ばすだけである。2年目の春になってやっと背丈を伸ばし始める。6月頃から急速に茎は伸ばし、高さ高さ10~50cm程、茎は四角形で暗紫色である。10月頃になると可憐な美しい星型の花を一齐に開く。味は花、葉、茎、根の全草のすべてが極めて苦いのが特徴で、この苦さが胃腸薬として利用されるのである。

類似植物は、伊豆半島付近に成育し一年草のソナレセンブリ（別名、磯鵜千振）、花が濃青紫で東南アジアにも分布する紫センブリ、根に苦味のない犬センブリ、北海道北部に生育する千島センブリ等がある。

わが国では室町時(1393~1573)代末期頃に苦味健胃薬に使われたことがあったらしい。

しかし、伊沢凡人著『和方』(1997)では、センブリが胃腸に使われた記録は遠藤元理著の『本草便疑』(1681)に「腹痛の和方に合するには、此当薬を用べき也」のみで、平賀原内著『物類品鑑』(1763)を始め『万病妙薬集』(1714)、橋本某著『薬屋虚言辨』(1760)、『秘方録』(1766)、『経験千万』(1817)、『救民单方』(1858)等にはその効能が書いてない。この中で貝原益軒編纂『大和本草』(1709)には「糊に当薬の煮汁を入れ裏打ちし、屏風に張れば虫はわからない。」とあるが、多くの記述は、のみや虱の殺虫剤使用であった。江戸末期飯沼慾齋の『草木図説』(1858~1862)に「邦人採りて腹痛を活し、また良く虫を殺す。」とあり、この頃からセンブリの効能が明らかになってきた。古くから使われず、オランダ医学の影響を受けて普及した生薬と記述している。このようにセンブリの民間療法はあまり知られていなかったようだ。



センブリの栽培（長野県野菜花き試験場にて）



センブリの乾燥（長野県野菜花き試験場にて）

医療用に使われているセンブリの市場流通品は、昭和53年頃まで山採り（天然品）が主流であったが、昭和50年頃北佐久郡北御牧村（現在東御市）の長野県特用作物試験地（現在は廃止）で栽培に成功してからは、市場流通は栽培品が主になった。

### ○センブリ栽培こぼれ話

センブリは胃腸薬利用が主だったが、育毛発毛効果があると利用が広まってきた。使用量が徐々に増えてきたこと、山採りの減少から、栽培を試みるようになった。しかし、センブリの栽培収穫まで2年かかることもあり容易でなかった。昭和47年（1972）からセンブリの発芽技術の栽培実験が行われ、昭和50年（1975）に成功した。成功後はセンブリの種子が容易に入手可能となったため、多くの人が栽培を始めた。それまで取引価格が1kg当たり30,000円ほどであったので、長野県下で約100名の人々が栽培を始めた。当時のセンブリの国内消費量は年間25～30t程度であったのが、昭和57年頃になると年間70t以上も生産されるようになった。このため生産過剰となり価格は一気に1kg3,000円までに暴落した。この結果、生産意欲を失う人が続出した経緯があった。やっと3年後に取引価格は1kg10,000円まで復活したが、それでも栽培期間の2分の1であった。この験を活かし種子の管理が行われるようになり、生産量が安定するようになった。問題は、センブリは花が咲き始めてから1週間程で収穫しなければならないことだった。センブリの苦みの成分スベルチアミンは、花に一番多いので、花の咲いている時に収穫しなければならない。花の咲き始めから1週間で収穫するには人手を集めることが課題となった。この作業の軽減を目的に、長野県野菜花き試験場佐久支場で収穫時期を遅らせる種の研究を行い、約一週間のずれで収穫できるよう北御牧1号、2号の品種改良が行われた。

センブリは草丈に関係なく、花の数が一定のため、草丈30cm前後の品が最高級品として流通している。薬用植物の栽培になれていない人の中に、施肥し収量を増やそうとした人がいた。施肥が行われたセンブリは草丈60cm以上に成長してしまった。草丈が高くなった場合、花の数は小型のものと同じ数であるので、薬用には苦味が少なく規格外品になってしまう。当時、規格外のセンブリをドライフラワーとして、スターダスト等の名前で販売したことがあった。

話を元に戻そう。身近となったセンブリだが詩歌に詠われるようになるのは、利用が進んだ明治時代になってからである。

**センブリの 小さい束が 軒下に 吊されいたり 山里の家 鳥海 昭子**

**千振や 小さく束ね 並べ干し 齊藤非小星**

センブリの名前の由来は、千回振り出し（茶剂）でも、なお強い苦味が残るからである。漢字では、千振あるいは当薬又は玄草と書くことが多い。当薬は、味見をした人が「<sup>まさ</sup>当に薬である」と言ったという説もある。別名には医者倒し、クスリクサ、ヤクソウ、ニガクサなどがある。いずれも薬効から生まれた植物名である。学名は *Swertia japonica* で、属名は1552年に生まれたオランダの植物学者 Emanuel Swert に因み、種小名は日本に産する意味である。

薬用は苦みの成分が、口内の味覚神経を刺激して、唾液や胃液の分泌を促し、胃粘膜に直接作用して消化機能を高める効果があるといわれている。内用に苦味健胃、消化不良、下痢、食欲不振、外用には抜け毛、ふけ性発毛に効果があるといわれている。薬用に利用する形態は茶剂、粉末が主である。

花言葉は「安らぎ」「義侠」「はつらつとした美しさ」である。



生薬のセンブリ(約50cm)