

ミョウガ

牧 幸 男

ミョウガといえば、初夏に食べる若い茎の「ミョウガタケ」と8月頃から9月頃に食べる「花ミョウガ(ミョウガの子)」がある。一般に親しまれているのは、ミョウガの子のことで、食卓に登場すると必ず「物忘れ」のことが話題となる植物である。しかし、現在は一年中スーパーなどの店頭に並ぶようになり、季節感の乏しい食べ物になってしまった。日本人のミョウガ好きが需要を求めての販売である。一方で、ミョウガの生育する姿さえ知らない人が増えている。

ミョウガは熱帯アジア原産、古い時代に渡来した植物である。今では人家に栽培されるショウガ科の多年生草本で、成長すると高さ40cm～

1mぐらい、特異の芳香がある。根茎は多節多肉で地下を横行し単黄色で、白色の地下枝をだす。盛夏のころに根茎からさや状の鱗片を付けた新しい茎を出し先に肥厚した花序を出す。多数の重なった紫脈紅緑色の苞葉を付け、苞葉間から大きな淡黄色の花を地面に接して咲き出す。寿命は一日と短い、次々と11個ぐらい咲くので長い期間咲いているように見える。よく観察すると、蘭のような気品のある花で、



松本市の歩道に生育するミョウガ



ミョウガタケ

鑑賞の対象にならないのがかわいそうな気がする。私たちはこの花穂を花茗荷(茗荷、茗荷の子)と呼び食用にする。ミョウガの特徴は山野に自生しているものまれにあるが、人間が生活していたと考えられる場所以外ではあまり見られないことである。

ミョウガに関する最も古い記録では『魏志倭人伝』(208～297)に見ることができる。わが国で、すがすがしい芳香と辛みが、古い時代から親しまれていたことが『正倉院文書』(7～8世紀)や『延喜式』(905～927)の大膳、内膳の記述から宮中料理に用いられていたことが分かる。面白いことに、日本では古い歴史のあるミョウガであるが、野菜(ハーブ?)として栽培しているのは日本だけのようである。

身近な食べ物との関係から「食べると物忘れがひどくなる」と言う様々な俗説が伝わっている。そのいくつかを紹介する。

- ① 釈迦(生没不明BC7、6、5世紀頃?)の弟子の中に、しゅりほんどく周利槃特という、特に頭の弱い者がいた。彼は自分の名前すら忘れてしまうため、釈迦が「槃特」と書いた旗を作らせ、背中に背負わせた。しかし旗を背負ったことも忘れてしまい、とうとう死ぬまで名前を覚えることができなかった。周利槃特の死後、墓から見慣れない草が生えていた。そこで「名」を「荷う」ことから、この草を茗荷と名付けた。(インドにミョウガが生育するか?)

②物忘れの原点

江戸庶民の生活を知る『世説故事苑』(1728)によれば、中国の蘇軾(そしよく)(1037~1101)の著書『東坡志林』に「生薑(しょうが)多食損智」との記述があったことを紹介している。日本では生姜(ショウガ)とミョウガの発音が似ているために、ミョウガにすりかわったらしい。また、『本草綱目』(1578)には季時珍(1518~1593)が「生薑は久しく服すると志を少くし智を少くし心氣を傷つける」と記していた。これらの内容から物忘れの話が生まれたと言われている。

③落語の「茗荷宿」(あらすじ)

「東海道の神奈川宿に茗荷屋という小さな宿屋があった。ある時、商人風の旅の男が一晩白めてくれと入って来た。男は商用の百両が入っているという荷物を預け、すぐにぐっすり寝入ってしまった。百両に目がくらんだ亭主は出刃包丁を手に持ち客間に向かうが、女房に気づかれ浅はかなことと思いとどまる。だが女房も喉から手が出るほど百両が欲しい。そこで妙案が思い浮かんだ。宿の裏に生えている茗荷を客の男に食べさせるのだ。「茗荷は物忘れをさせるという。」言葉から、客に茗荷ばかり食べさせ預けた荷物のことなど忘れさせしまおうと考えた。

翌朝、ぐっすり寝て気分よく起きてきた男に、宿の女房は「今日は先祖の命日で、茗荷を食べる慣わしになっています」と、茗荷茶、茗荷の炊き込みご飯、茗荷の味噌汁、茗荷の酢の物など茗荷づくしを膳に並べる。男は「美味い、美味い」と茗荷をたらふく、満腹、満足して預けた荷物も忘れて宿を立って行った。

宿屋夫婦はまんまと計略が成功し、百両が手に入ったと大喜びも束の間、男はすぐに戻って来て預けた荷物を持って行ってしまった。「糠喜びでがっかりした夫婦が気が付くと「宿賃」いただくのを忘れた。」という物語である。

日本を代表的なハーブであるが、食べ物としての認識が強かったのか、詩歌に詠まれるようになったのは、江戸時代以降である。

さ青なる 茗荷畑に 落つる陽の 黄なる信濃に 帰りにけり 坂井晶山

物忘れ かさなる 齢 花茗荷 神永保

「植物名は古名をメガと言い、今日の日本名は以前のウガの綴りをその呼音ののびたものと言われている。漢名は囊荷であって、この字音が訛ってメガとなったかと考えている。一説にショウガを男に見立てて、本種を女にみて女(メ)オガであったというのはとるのは足りない。」と牧野富太郎博士は述べている。古くから私達の生活に溶け込んできた植物だけに、別名が数多く伝わっている。米賀、芽香、茗荷、女荷、囊草、嘉草、甘露子などであるが、これらの名称について文献によると、『和名抄』(932)では「米賀」を当て、『和名採』(1777)ではこの呼び方をメカは「芽香」の義なるべし、芽に一種の芳香をもっているからである。「囊荷」については谷にミョウガタケと言い、花をミョウガの子と言えり。」と説明がある。また、「米賀」の意味を「米」は芽を指し、「賀」は赤色を意味し、萌芽の時、芽が赤色をしているからである。「女荷」の場合「薑」を「夫荷」と言うのに対して、両者を雌雄に見立て、後世これを「せいが」、「みょうが」とそれぞれ延音したものである。様々な説明がある囊草は、ショウガに似ているから、嘉草、甘露子は味から名付けられたものであろう。学名はZingiber Miogaで、属名はサンスクリット語のsringavera(角形の)に由来する言葉で根茎の形によっており、種小名は日本名をそのまま当てている。英語ではjapanese gingerと呼ばれている。

薬用は、生薬名は「囊荷」と書き、花茎は夏から秋に生のまま消化促進に、根茎は水洗後陰干し、煎じて凍傷のかゆみに利用する。その他、食欲増進や消化を促進、血行を良くし、口内炎や舌炎などに効果があるという記述もある。

食用は、香りが好まれ、また特有の紅色が目を楽しませることから薬味や香辛菜として利用される。この香り外国人には好まれず、日本だけのハーブのようだ。

花言葉は「忍耐」である。

なお、ミョウガを食べることによる記憶への悪影響に学術的な根拠はなく、栄養学的にそのような成分は含まれていない。それどころかミョウガの香り成分には集中力を増す効果があることが明らかになっている。