

【草花の部屋】

スギナ(トクサ科トクサ属 Equisetum arvense)

和名：スギナ、ミモチスギナ **別名**：地獄草

英名：Field Horsetail, Common Horsetail

トクサ目 多年性シダ植物 **原産地**：

花言葉：向上心、努力、意外、驚き **花の色**：



← 写真-1 スギナ

撮影日：2014年06月22日

撮影場所：タルキートナ(アラスカ)にて

撮影者：M さん



→ 写真-2 スギナ

撮影日：2014年06月22日

撮影場所：タルキートナ

(アラスカ)にて

撮影者：M さん



← 写真-3 スギナ

撮影日：2014年06月22日

撮影場所：タルキートナ

(アラスカ)にて

撮影者：M さん

タルキートナで宿泊したホテルの雑木林を散策中に見かけました。タルキートナはデナリ山(マッキンリー山)登山のベース基地として、植村氏が利用していた街で、常宿のある街。今でも、生存中に使用していた部屋が、そのまま残されていました。

スギナは、中高木の裾隠し(写真1手前)のように、一面を覆っていました。遠目には、どんな種類のグランドカバー？と思いつつ、近づいて見ると、スギナでした。小生の身近でも、良く目にする草です。しかも、あまり歓迎されない草。始末の悪い植物。雑草。抜いても抜いても、生えてくる・・・その原因は、根が深く、そして浅く広く地下茎を延ばして繁茂するため、除去仕切れないところに・・・別名の地獄草の由来だそうです。普段は、邪魔な存在ですが、ここで見た感想は・・・綺麗～い。

スギナとツクシ(土筆)の関係は？一口で言えば、同じ地下茎から・・・栄養茎がスギナ、孢子茎がツクシ。ツクシの孢子が飛んでスギナが生まれますが、ツクシはスギナの花のようなもので、条件が悪ければ出てこないのだそうです。普通の植物でも条件が悪ければ花が咲かないのと同じだそうです。春に地下茎からツクシという孢子茎(または孢子穂、孢子体)を出し、孢子を放出。ツクシ成長後に、それとは全く外見の異なる茎と葉からなり、光合成を行う栄養茎を伸ばす。栄養茎は鮮やかな緑色で丈は10 - 40cm程度。

湿気の多い土壌が適しているそうですが、畑地でも繁殖。タルキートナで見かけた時には、ツクシは見つけられませんでした。すでに、ツクシの季節が過ぎていたのでしょうか？我が家の家庭菜園でも、毎年、旺盛に繁茂しています。が、繁茂する前も、ツクシの姿は見かけません。逆に、我が家に隣接する公園では、ツクシが出、その後スギナが繁茂しています。

ツクシは、春の山菜として親しまれ、袴を取って茹でて灰汁を抜き、だしで軟らかく煮込んで、佃煮にしたりして食用に・・・以前は、小生も口にした記憶がありますが、最近は・・・

ツクシには、チアミナーゼ、アルカロイド、無機ケイ素などを含むため、多量の摂取は控えた方が良いでしょう。また、心臓、腎臓の疾病のある人やニコチンに対する過敏症のある人の摂取は禁忌とされているので、要注意です。さらに、チアミナーゼによるビタミンB1欠乏症を起こす恐れがあるそうです。

栄養茎の全草を乾燥させた問荊(もんけい)と呼ばれる生薬があり、利尿作用があるそうです。最近、花粉症対策としての効能があるとする発表があり、注目が集まっているそうですが、この効能は公的に認められているわけではなく、ヒトでの信頼の置ける有効性や安全性を示すデータは無いそうです。