



公開講座「身近な薬草のお話」開催

6月3日（土）14時から兵庫医療大学にて公開講座「身近な薬草のお話」を開催し、84名の方にご参加いただきました。

（講師：兵庫医療大学 岩岡 恵実子 薬学部 講師）

私たちは健康を保つため、普段の生活に様々な形で天然物を取り入れて暮らしています。日々の食事でもそうです。そこで今回の講演会では、身体に良いとされる薬草をより生活にとりいれて健康を維持していただくため、日本の三大民間薬であるドクダミ、ゲンノショウコなどをはじめ、兵庫県丹波市山南町で栽培されるトウキの葉などの薬草や、一般的な薬草の煎じ方や薬草茶の作り方をご紹介しました。

また、身体によいと思って、または食べられると思って採集した薬草や山菜が、よく似た毒性のある植物であったために食中毒を引き起こし、ひどい場合には死に至ってしまうこともあります。

そこで、現在、本学薬学部附属薬用植物園にて観察可能な誤食しやすい植物である『ニラ』と『スイセン』や、『アマチャ』と『アジサイ』などについての説明を行い、誤食しないためにも、必ず食べられるという確証がない場合は口にしないよう、注意を促しました。

説明が終わってからは2グループに分かれて本学の薬用植物園にご移動いただき、様々な薬用植物や、誤食しやすい植物の観察をしていただきました。ちょうど花が咲いていたドクダミやクチナシ、

ウイキョウなどは花の様子を、ハッカなどの精油生薬は葉を揉んでにおいを、五感を使って薬用植物に触れていただきました。



参加者の方からは、「生薬の成分がよくわかりました。」「東洋医学について大切さを学びました。」「続きをお願いします。様々な生薬になる薬草を！」「薬草園見学が楽しかった。」「幼いころ見た薬草が懐かしかった。」などの意見をいただきました。

次回公開講座は10月15日（土）14時～「家庭で役立つ看護技術」開催予定です。

