「ドクダミ」は毒草？　いえいえ、薬草です。

ドクダミ　コショウ目ドクダミ科ドクダミ属

じめじめとして場所に生えて、独特の香りがするドクダミですが、清瀬二中の敷地内には、たくさん生えています。プールと校舎の間や中庭の西側は、ドクダミの楽園ですね。

この香り（悪臭？）や生えている場所からあまり良いイメージがなく、抜いても、抜いても生えてくる迷惑ものだし、名前にも毒と付くので嫌われ、さらの毒があると思われがちですが毒草ではありません。

それどころか昔は「ゲンノショウコ」「センブリ」と並んで、日本の**三大薬草**として、内服薬（飲み薬）や外用薬（塗り薬）として使われていました。

乾燥させて葉や茎は、**生薬（しょうやく）**として煎じて飲むと、**解熱作用**や**解毒作用**、**利尿作用**などがあるたされています。いろいろな効用がある万能薬で、「**十薬（じゅうやく）**」とも呼ばれています。

名前の由来も諸説ありますが、解毒薬として使えるので、毒をためる薬草で「どくだめ」と呼ばれ、それがなまって「どくだみ」となったという説があります。ドクダミ科は４種類しかなく、日本にはドクダミ以外に、**ハンゲショウ**（半夏生の頃に花を咲かせるのでこの名がついた。）という種類が自生しています。

●ドクダミは茶として飲む？　生で食べられる？

あまり生を食べることはありませんが、ベトナムなど東南アジアでは香草として使われたりもするそうです。ネット情報で真偽はわかりませんが、日本産ほど香りが強くないそうです。

地下茎にはデンプンが豊富に含まれていて、日本でも食糧難の時には食用として食べられていたらしです。

乾燥させたものは「健康茶（ハーブティー）」として飲まれ、商品化されて売られています。某飲料メーカーの爽健美茶という商品にも素材として入っていますね。

●生命力は半端ない！

主に地下茎で増えてほっておくと一面ドクダミになってしまします。茎や葉を刈っても土の中で地下茎が残っていると、またどんどん増えます。根の破片からでも増えるほど繁殖力が強いです。

●花びらのように見える部分は、花びらではない？

梅雨時から初夏（５～８月）にかけて、真っ白い綺麗な花も咲かせます。

ハナミズキもそうでしたが、花びら（花弁）のように見えるのは、総苞（そうほう）と呼ばれる花を守っている部分で、その中央から塔のように立つ花序（かじょ）という部分に、花弁もがく片もない、雌しべと雄しべからなる小さい花が密集して付いています。