

平垣美栄子の

植物療法

<37>



平垣 美栄子 プロフィール

17年前にフィトセラピーサロン「ディ・エステ・ガーデン」を開設し、ハーブを使った独自の技術を展開。2000年よりフィトセラピスト育成を始める。2006年7月より「ヒルデガルト自然学セミナー」をスタート。同年9月にはヒルデガルトフォーラムジャパンを立ち上げ、より深いフィトセラピーの世界を研究中。大槻真一郎氏に師事。2007年よりドイツ人療法士を日本に招くなど年1回のフィトセラピー講座&イベントを開催中。オーガニックハーブと雑貨のお店「animani」主催。2011年7月はドイツでのセミナーツアーを実施。2012年4月に一般社団法人自然療法機構を立ち上げ、新たな社会貢献を目指す。同年10月に高野山にて「フィトセラピストプロセミナー」を開催。

「ディ・エステ・ガーデン」0797-21-5001

1年前は、何を着てたっけ?こんなに冬が寒かったかと、毎年同じようなことを思います。木々は葉を落とし、実を付けた枝には小鳥たちが集まり、ついで姿も毎年見ているはずなのに、ついつい時間が経つのも忘れて見とれてしまいます。

先日もヒヨドリがサロンのベランダに来て、クラブアップルの実をついばんでいたと思ったら、2日後にもう一羽連れてやってきました。あまり食べる物、無くてごめんよ・・・そうそう、ヒエとかアワでドリアスを作って吊っておけば、鳥さんたちの餌場になるとか、教えてもらいたな。

というわけで、お花屋さんを通った時、ちらっと探してみました。と、思ったらありました。季節的にリースではなく、ブーケですが、キビやアマランサスが!あまりにも可愛くまとめられているので、思わずいただいて帰りました。今回は、鳥も喜ぶ穀物のお話です。

アマランサス (ヒユ科)
Amaranthus hypochondriacus
英名
アマランス

アマランサスの赤色は遠くからでもすぐ目に留まりました。花が長持ちすることに由来した名前で、ラテン



語では「枯れない」という意味です。本場に小さな花の穂状花序をつけていて、一見それが花だとは思わないかもしれません。夏の終わりに採集したお花を古代の人々は墓場の装飾に使って不死の象徴にしたという伝えもあります。食品などの赤色の着色に使われることと有名ですが、薬効効果ももちろんあります。

収斂効果があり、止血に使われたり、下痢止めに使われます。月経時の出血が激しい時にも使います。民間では、咽頭の腫れにアマランサスでうがいする方法もあります。キノアはアンデス地方の、オオヒキビといえ、キビ団子。私は山に親戚がいるので、名物キビ団子は小さい頃によくいただいたものです。もともとは岡山の吉備団子は白玉粉が使われているので、本来の桃太郎の黍団子とは、少し違うのかもしれない。私には関係のない事で、昔話の中に出てくるものももらえる事がとても嬉しかった記憶があります。

キビ (イネ科)
Panicum miliaceum
英名 コモンミレット

モゲイトウはアポリジニの、ハリビュはアーユルヴェエダでの、いずれもアマランサスの近縁種で栄養価の高い穀物とされているようです。

キビという名前の由来は(黄実)からきてるとか、ケミ(食実)からだとか(黄米)からだとか、色々な説があって、本当のところは解りません。キビはキビでもいろんな種類があって、ウルチキビは精製し米と混ぜて主食に、モチキビは粉にして、餡やお餅の原料になります。沖縄に行った時、もう少し南の島が初めてタカキビが日本にやってきた島なんだよ、と教えてもらいました。原産国はアジア東部と言われているので、もしかしたら、相当古くから、伝わっていたといえるのかもかもしれません。文献によると弥生時代に中国から伝わった五穀(米・麦・粟・豆・黍)とされています。

POLICY FAMILY CREAM HAND&BODY advertisement. Includes product image, benefits like 'soft texture' and 'natural ingredients', and a list of ingredients like aloe vera and argan oil.

Esthetic salon management tips and training advertisement. Includes text about 'worry-free' management and offers for training courses.

Footer with company name 'POLICY化粧品 株式会社日本ビューティコーポレーション', contact info, and a search bar.