

平垣美栄子の

植物療法



平垣美栄子 プロフィール

1997年フィットセラピーサロン「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年よりフィットセラピストを育成スタート。2006年9月にヒルデガルトフォーラムジャパンを立ち上げ「ヒルデガルト自然学セミナー」を中心に、より深いフィットセラピーの世界を研究。2007年よりドイツのハイルプラクティカの師匠を日本に招き、屋久島、穂高、高野山などで、フィットセラピー講座&イベントを開催。2012年、一般社団法人自然療法機構(NaO)を開設し、全国の有志と共に日本における自然療法の世界に発信する準備に日々猛進中。活動のひとつに日本の知恵を繋げる「1本草プロジェクト」開始。(福島・宮城)編を制作。2015年9月京都にてNaOフェスを予定。来春、屋久島にて、ヒルデガルト合宿企画。来秋、ドイツライン河にて、NaOフェス企画。

「ディ・エステ・ガーデン」 0797-21-5001

<49>

フィットセラピーを仕事に始めて20年が経とうとしています。最初はフランスのフィットセラピーを、そして次にドイツのフィットセラピストと出会いました。もともとその頃のヨーロッパでは既にフィットセラピストという資格も古く、植物だけでなく自然界のものすべてを使うホリスティックな考え方が主流でナチュロパスであるとか、ハイルプラクティカなどの資格が存在していました。私はその当時は、そんな認識もなく、ただただ、知らない植物の効能効果に感動して、観たり口にしたたり嗅いだりして大忙しでした。何といつても名前は日本語になおしたところで、カタカナで憶えないといけないし、意味もあまりわからないので、時間はいくらあっても足りるはずありません。

たものを柴胡(さいこ)と呼び、有名な薬用植物です。サポニンやステロイドを含み他の生薬とも組み合わせられて、解熱剤にもなっています。チベットで見られたものは30センチほどの小さな黄色い花をたくさんつけています。セリ科の花の付き方は、とても特徴があり、まるで、傘をパッと開けた時のような形で、それがセリ科の植物であることは初心者の方でもかなり早い段階で解るようになります。ではないかと思えます。ミシマという名が入れているのは、その昔、静岡の三島が、この柴胡の主な取引地になっていたからだとか。

だとか、結構ありえないくらいいい加減なつけ方に思える時があります。それでもきつちりした学名など当てはめられる事となるのですが、日本では方言、というものがあつて、そんなにいい加減さが、その土地でいかにその植物が愛されてきたかとか、どんな扱いをうけてきたかとか、垣間見える事もあつて、私は好きです。写真の3つの植物のうち残りの一つはヨモギの近縁種で、ヨモギは以前にも何度かご紹介させていただいているので省かせていただきます。いずれもお香などにも入れられ、日本では頻りに利用されるハーブであつたわけですね。このように世界の薬草でも近縁種が必ずあり、私たちはちゃんと自分たちの身の回りを見れば、案外近いところに必要なものがあつたりするのです。難病に使うという事ではなく、いわゆる未病の為、昔の人々の知恵を受け継げるようになりたいものです。先に言った方言でさえも若い人たちは話せなくなつていくと聞きます。全国共通である必要があるのか、もう一度見直す時かもしれません。

あれから20年。多少のあやふやさは残るもの今はヨーロッパのハーブたちが日本のハーブで近縁種を探そう、といところまでできています。昨年、チベットに行った時もアムチ(チベットで医師の意)に「これ解る？」と摘んだ植物を見せられました。今日はその植物のご紹介です。

今はヨモギがお餅に用いる代表格みたいになっていますが、昔は春の七草のひとつオギヨウとして、知られお粥にするのもちろんの事、お餅にもよく入れられていたそうです。そういえば、道端で見えるよね、とは思つたのですが、帰つてから中々、この名前が出てきませんでした。葉はへら状で、柔らかいよふ毛で覆われています。名前の由来はいくつか説があつて、そのうぶ毛のある葉が赤ちゃんの小さな舌を思わせることからだとか、うぶ毛が立っている表現をハハケルと言ひ、それが変化した名前だとか、あるいは、漢名の別の植物の名と間違えた

ハハコグサ(キク科) Gnaphalium affine 英名 クドウウィード

全く同じものという事ではないにしても非常に近いものはやはり効能効果の似ているらしく、良く似た症状に使われています。根を乾燥させ

ミシマサイコ(セリ科) Bupleurum scorzonerifolium 英名 ハーツィヤー



チベットの花

POLICY

頑張れないけど諦めたくない人へ!

驚きの美白パワーとプラセンタ配合で 体の中から美しく

約1,300万杯飲まれている



2016年2月リニューアル発売



- 桑葉 大豆イソフラボン 乳酸菌

最強美容成分

プラセンタエキス

を新たに配合!!



おいしい 抹茶味

beautyworld JAPAN FUKUOKA 2/8.9 mon tue 10:00 ~ 17:00 ナース1-245 会場:福岡国際センター ぜひブースにお立ち寄りください。