

①

ナズナ

薺なずな アブラナ科

だらだらと生き残れ

だらだらとした長い会議は嫌われる。しかし、会議がだらだらと長いものにもそれなりの理由はある。参加者を拘束して抜け駆けできない状況を作ることでも大事な役割の一つだ。昔の地域の寄り合いなどはその典型だろう。さらには長時間、苦痛をともした参加者のあいだには連帯感さえ期待できるかもしれない。

雑草の発生時期もだらだと長くて人に嫌われるが、もちろんこれにも重要な役割がある。発芽に適した条件だからといって、すべての種子が一斉に発芽してしまつたらどうなるだろう。何か災害が起こるとその集団は全滅してしまうことになる。だから雑草は、発芽の時期をずらしながら危険分散を図っているのである。

45 ナズナ

ぺんぺん草の名で親しまれる畑の雑草ナズナも、このだらだら発芽を得意としている。畑は耕されたり、除草剤をまかれたり、明日、何が起こるかもわからない予測不能な環境である。どんなに順調に生育していても明日の命の保証はないのだ。だから、ナズナは春ばかりでなく、夏でも秋でもつぎからつぎへと切れ目なく芽を出してくる。

いくらでも発生してくるということは、地面の下にはそれだけの数の予備軍がいるということでもある。地上にあらわれるナズナは氷山の一角にすぎないのだ。

地面の下には膨大な量の種子が眠りながらチャンスをうかがっている。この地面の下にある種子の集団は、「シードバンク」と呼ばれている。その名のとおり種子シードの銀行だ。豊富な種子を生かして人海戦術の波状攻撃をしかけるナズナ軍団は、この銀行から少しずつ戦力を補充するが、その戦力の全貌を決して見せない。本当の実力は目に見えない土の中にあるのである。

ナズナは春の七草の一つとしても知られている。七草摘みのころ、ナズナは放射状に重ねた葉を地面に張りつかせた「ロゼット」と呼ばれるスタイルで冬を越している。

ロゼットは地面に葉をつけて地上を吹く寒風をやり過ごすことができる。しかし、ロゼットは冬に耐えているだけではない。葉をしつかりと広げているので冬の間も光合成を行なうことができる。そして作られた栄養分は来たるべき春に備えてせつせと根っこに蓄えられる。

冬越しなら、種子のまま土の中にいるほうがリスクが少ない。しかし、暖かくなってから芽を出したのでは、すぐに花を咲かせることはできない。冬の間も地上に葉を広げているからこそ、春になった途端、一気に生長して花を咲かせることができる。ロゼッ



トは守りではなく、攻めのスタイルなのである。

「先んずれば人を制す」の諺どおり、ライバルの少ない時期にいち早く咲かせることができる。花を求める虫を独占することができる。そう考えると、ナズナにとって冬は決して逆境ではない。ライバルたちよりアドバンテージを得るためのチャンスなのである。

「七草なずな、唐土とうどの鳥が渡らぬうちに」と歌われるようにナズナの入った正月七日の七草粥は、疲れた胃腸を休めるとともに、栄養の不足しがちな冬期のビタミン補給の役割を果たしたといわれているが、それだけではない。厳しい寒さのなかでもしっかりと緑を保つ生命力が邪気を払うと信じられていた。だから七草を食べると、一年間を無病息災で過ごせるといわれているのだ。ナズナをはじめとした七草の強さと知恵にあやかろうということなのだろう。

七草粥は香りのよいセリの印象が強いが、味がよいのはナズナだといわれる。さらに寒さに耐えて生長したナズナの葉は、細胞分裂を促進するプリン誘導体の形成が悪いために、葉が深く切れ込んでしまうのだが、このほうがおいしいと評価されている。寒さを経験しているほうが味があるというのも何だか示唆的である。



なずな No.128



名 前 ナズナ
齋・撫菜

別 名 ベンベン草

科 名 アブラナ科

学 名 *Capsella bursa-pastoris*

花 期 3～5月

草 丈 10-40cm

生育地 水田の畦、休耕田、畑地

仲 間 イヌナズナ、グンバイナズナ

その他 春の七草・薬用効能有・食用可

撮影地 豊橋市牛川町

※画像はクリックで拡大します。

メ モ

古くは冬期のビタミン補給に食していました。とくに早春の若菜は、なでるほど愛らしいものという意味でなで菜と呼ばれたものが、ナズナに変化したとされています。果実が三味線のバチに似ているのでベンベン草とも呼びますが、春先の代表的な野草のひとつです。ビタミンB2をはじめA、B、Cやミネラル類も多く含み、薬効と栄養に富む野草です。



ナズナ<薺> アブラナ科 ナズナ属 *Capsella bursa-pastoris*

田畑や路傍に普通に見られる二年草。高さ20cm程度。ペンペン草などとも呼ばれる。春に花を咲かせる。全草は利尿、解熱、止血作用がある。

春の七草の一つ。

セリ ナズナ ゴギョウ(ハハコグサ) ハコベラ(ハコベ) ホトケノザ(コオニタビラコ)
スズナ(カブ) スズシロ(大根) これぞ七草。

分布 日本全土

花期 3-5月

撮影 福岡県粕屋町 04. 2. 14、 横浜市 98. 3. 21



別名のペンペン草は、実の形が三味線(しゃみせん)の「ばち」に似ていることからつけられたそうです。が、三味線の「ばち」になじみのない私にとっては、むしろ「うちわ」って感じで・・・あ～、なんか涼しそう！

名前	ナズナ(ペンペン草)
科名	アブラナ科
学名	Capsella bursa-pastoris Medicus
花期	春
<p>春になると、道ばたなどでもふつうに見かけます。</p> <p>逆三角形の実が特徴です。</p> <p>春の七草の一つです。</p>	

○ナズナのロゼット

秋に芽生えたナズナはロゼット葉を形成する。小さな個体はそのまま越冬するが、大きく育ったものは秋に倒れる。ロゼットを形成し始めた頃の葉はさじ形であるが、次第に切れ込みが入った葉が形成され、やがた羽状だ葉となる。



○ナズナの葉

ナズナの葉は変異が大きい。芽生えた頃はさじ形、そして羽状になるが、花を咲かせる頃になると長被針形の葉を付ける。以下ナズナの葉である。



- ・ 開花時期は、1/15 ~ 5/15頃。
- ・ 「薺」は「撫菜」（なでな）からの変化。
なでたいほどかわいい菜、
の意から。
また、夏に枯れて無くなることから
「夏無（なつな）」、
これが変化したとも。

- ・ 秋に芽が生え、早春に咲き始める。
- ・ 中国では止血剤、
ヨーロッパでは通風、赤痢
などの薬として使われる。
- ・ 春の七草のひとつ。

- ・ 別名

「ペンペン草」（べんべんぐさ）
風に揺れたときの音から。

「三味線草」（しゃみせんぐさ）
実が三味線の撥（ばち）に
似ているから。

















果実は逆三角形で、先端が凹む。



○ナズナの果実





ロゼット状の根生葉。

