

## もの言う牧師のエッセー 第118話

## 「葛（くず）」

さて風邪の季節である。と言うか、ここ加州（カリフォルニア）では、年がら年中風邪をひいている人が大勢いる。原因はその“砂漠性の気候”にある。真冬でも日中は20℃以上あるのは結構な話だが、夕方を過ぎると一気に5℃以下まで冷え込むのだ。従って加州はサーフィンとスノーボードを同時に楽しめる世界でも有数の地域となっているが、総じて薄着の傾向が強く、風邪を引きやすい環境と言えよう。また、車での移動も彼らの薄着に拍車をかける。特に若い女性は夏服としか思えないヘソ出しルックも少なくない。そのせいか見たところ若年層に限って言えば、女性の罹患者が多い印象を受ける。

が、それだけではない。実は風邪薬が効き過ぎるのだ。基本的に風邪ぐらいでは医者に行く人は殆どいないので、皆が勢い市販の薬を飲む。が、効いているわけではない。ただ症状を抑えているだけである。確かに苦しい風邪の症状ではあるが、これらは実は風邪を治すための我々の体による抵抗運動であることは周知の通りだ。それゆえしっかりと“諸症状を抑える薬”を飲む米国人は、いつまでもウィルスを保菌することになり、寒くなる度に風邪を引く（症状がぶり返す）。

しかし、実は日本にはもっと素晴らしい風邪薬がある。ずばり葛根湯だ。葛餅などで親しまれる葛の根が採取したもので、飲むと体を内側から暖め発汗作用をうながすために長らく風邪の治療薬として用いられてきた。原料の葛は葛湯や葛粉のほかに現代ではバイオエタノールさえも抽出できる優れたもので、古くから朝廷や幕府への献上品としても珍重され、中でも奈良県吉野川周辺で産出する“吉野葛”は特に有名だ。

**「神は仰せられた。『見よ。わたしは、全地の上にあって、種を持つ全ての草と、種を持って実を結ぶ全ての木をあなた方に与えた。それがあなた方の食物となる。』」創世記 1 章 29 節**

とあるように、何のことはない、分けの分からぬ化学薬品ばかりに頼らずとも、神は素晴らしい天然の恵みを人類に下さっていたのだ。葛に限らず日本には美味しい大根、ネギ、百合根、白菜など体を温める冬野菜が豊富である。コンビニや外食に代えて、これら自然の恵みを神に感謝していただき、体を内側からホッコリ温め風邪予防しよう。

2014-2-4

