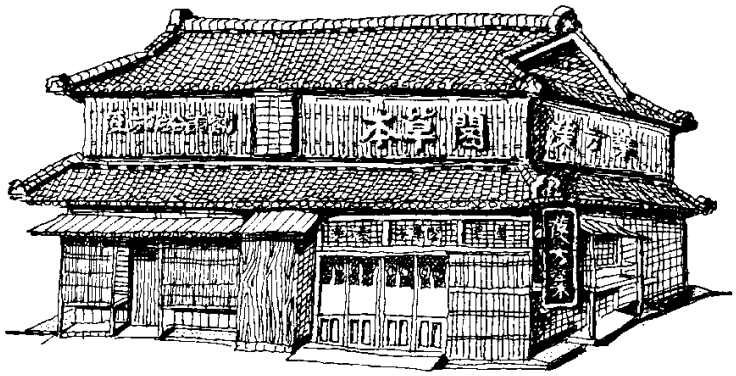
本草閣
かわら版

第８２号



平成 17 年 6 月 16 日発行

漢方の本草閣　本店
〒４６０－００１２
名古屋市中区千代田５－２１－１７
（JR 鶴舞駅西）
ＪＲ中央線・地下鉄　鶴舞駅下車
TEL　０５２－２４１－３３８８
FAX　０５２－２４１－３４４３

http://www.honsoukaku.co.jp/
E-mail: kanpou@honsoukaku.co.jp

漢方の本草閣　緑店
〒４５８－００１６
名古屋市緑区上旭１－６２２
（滝の水公園西）
名鉄バス滝の水口下車　徒歩約５分
TEL　０５２－８９９－０２２１
FAX　０５２－８９９－０２３６

http://www.honsoukaku.co.jp/
E-mail: midori@honsoukaku.co.jp

食こそ薬

椿　　油（つばきあぶら）

椿油は椿の実を乾燥させた後、絞った油です。
奈良時代に遣隋使や遣唐使が日本特産の植物油として、中国に伝えて好評を得た食品で、日本の食文化に重要な位置を占めて来ました、

自分の病に応じた漢方薬を自分自身で調合したくらい研究熱心であった徳川家康も、てんぷらにこの椿油を使用し皮膚の保湿・頭皮用としても使用していたと伝えられています。

主な椿油の使用例を上げてみましょう！

- 化粧の下地として（オリーブのバージンオイルより優れている）
- 化粧落しとして（口に入っても安心）
- アイメイク落しとして（目に入っても安心）
- てんぷら油として（てんぷら油として最高の油）
- アトピー性湿疹の保湿剤として（天然植物性だから安心）
- サラダ用油として（オレイン酸が主で健康に適した油）
- 炒めもの用油として（ゴマ油より美味しい）
- 頭皮用の整髪剤・育毛剤として（お相撲さんのびんつけ油は椿油です）
- 老人性皮膚掻痒症の保湿剤として（暫くベトベトしますが直ぐにシットリ）

・ 肌をきれいにする為（顔の色艶が良くなってきます)）
・ 水虫の予防に（長靴を履く魚屋さんが愛用してます）
・ 軟膏・化粧品の基剤として（ゴマ油より優れています）

故に「椿油（つばきあぶら）は食用・外用の両方に用いられ不老長寿の健康食品の源流と言えます。

椿油はオリーブ油と並んで代表的な不乾性油で、オレイン散のグリセライドを主成分とし、その含有量は植物性油脂中最も多い。
又、リノール酸は 1.0～2.0%、リノレン酸は含まれず、オリーブ油中リノール酸含有量 3.9～15%と比べても非常に安定した油脂である。
凝固点も－10～－15℃とオリーブ油の－6℃より低い。

	オレイン酸	リノール酸	リノレン酸
菜種油	12～18	12～16	7～9
コーン油			
ツバキ油			
オリーブ油			

文責　林　譽史朗

民間薬よもやま話
第 29 回　　枇杷　　；バラ科

枇杷は楽器の琵琶に似ているので名付けられたとされているが、葉形か果実の形かいずれに由来するかは定かではない。
薬用法として、痰の少ない乾咳に用いる。その他、糖尿病では口渇がある場合や、また暑気あたりや、健胃の目的に用いる。乾燥した葉 20ｇに水 500ml を加え、半量になるまで煎じて 1 日 3 回に分けて服用する。
湿疹、あせもには葉 3 枚を、水 500ml で煎じ、その液で患部を洗う。
疲労回復、健康増進に果実酒を作って飲む。

「本草閣かわら版」編集部　　編集責任者　矢吹　圭宏