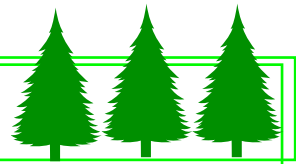


# みつぎ便り



第155号 8月号 令和元年8月1日発行 [http://itbs-ecopo.jp/environsurvey\\_report](http://itbs-ecopo.jp/environsurvey_report)

板橋区役所みどりと公園課の花作りグループとエコポリスセンターのかんきょう観察員地域自主活動グループに所属しているボランティア団体「見次の会」です



ドクダミ

赤陽子

幾重にも重なった葉の下から  
ドクダミの花が今年も咲いた  
初夏の

我家の庭を一人じめする

白くきつちり十字を切って

出すぎることもなく

日陰に咲いている

しっかり太陽をみつめ

その一筋の強さに

不変の

正しさを感じずにはいられない

咲き終わると

干してお茶として

生命の最後までいただく

言葉も少なく

報酬も求めず

その生命に感謝

「みつぎ便り」も一五五号を迎えます。会のモットーは人も野鳥も植物も共存して生きることです。私たちは人間として生まれ、様々な自然の恩恵をいただいています。「みつぎ便り」では、その命のさまざまな様子をずっと紹介し続けています。

今回はその「つ、雑草と呼ばれインターネットでは駆除が盛んに紹介されている「ドクダミ」を紹介しませう。独特の匂い、それにまずは名前からして嫌われそうですが、名前の由来は「毒矯め（どくため）」、つまり毒を抑えると言う意味です。

全く毒はなく、それどころか昔から「十薬」と呼ばれ、高血圧、利尿作用、動脈硬化などたくさん薬草として活躍しています。

私は染み抜き化粧水として使用して二十年ほどになります。化粧水はこれ一本です。梅雨が終わるとドクダミを刈り取って、天日に一ヶ月程度カラカラになるまで干し、米焼酎に三ヶ月つけ込んで出来上がり。飲んでもいいのですが、私は化粧水として使っています。一升もあれば一年以上も持ちますので安く、お薦めです。  
(直)

