

6 月号

広報

なかがわ

くらしの
情報BOX

<http://www.town.nakagawa.fukuoka.jp>

季節の野菜

茗荷-みょうが-

みょうがは6月から8月の「夏みょうが」と9月から10月の「秋みょうが」があります。原産地は日本で沖縄から本州まで各地で自生します。古くからインドや中国にも野生種はありますが、野菜として栽培しているのは日本だけです。

みょうがは食べると物忘れがひどくなるという俗説があります。この俗説は、釈迦の弟子の周梨槃特(スリバンドク)の話からきています。周梨槃特は仏道に優れ悟りまで開いた人物ですが、どういわけか自分の名前を覚えることが出来ませんでした。これを不憫に思った釈迦が首から名札をかけさせましたがそのことさえも忘れてしまい、とうとう死ぬまで自分の名前を覚えることができませんでした。死後、彼のお墓から見慣

れぬ草が生えてきて、一生自分の名前を荷(にな)って苦労したことから、その草は「茗荷(みょうが)」と名付けられました。

この話からみょうがを食べると物忘れがひどくなるといわれるようになりましたが、実際にみょうがを食べても物忘れがひどくなるということはないようです。

薬効効果としては熱を冷まし、解毒効果があるので夏バテに効果があります。また発汗・呼吸・血液循環などの機能を促す効果もあります。選ぶポイントとしては小柄でよく太り、身が締まったものがよいでしょう。花が咲いてしまったものは味が落ちます。



みょうが寿司