



◆ アイヌ文化のことをもっとも話したい!
本田優子と村木美幸の二人が、その魅力を交代で
執筆するソッコ(=お便り)形式のエッセイです。
◆



今月のテーマ

ウセイ(お茶)

村木美幸(アイヌ民族文化財団常勤理事)



ウ

セイは、お湯や白湯など飲用に沸かした湯のこと。お茶もウセイと呼びます。アイヌが古くから利用してきたお茶の多くは、植物の葉や茎、根、皮などを煎じたもので、ハーブティーに近いお茶。煎茶などの日本茶をシサムウセイ(和人のお茶)、樹木の葉を煎じたものをニハムウセイ(木の葉のお茶)、野草を煎じたものはキナウセイ(草のお茶)などと分けて呼ぶこともあります。

薬効のある植物をお茶として飲むことが多く、食後のお茶として、作業の合間の休憩や気分転換のお茶、大切な来客には香りの良い、とっておきのお茶など、日常のいろんなシーンでお茶は飲まれ、ほっこりとした暖かい時間をもたらしてくれます。

春に真っ先に白い花をつけるキタコブシは、良い香りのする木なのでオマウクシニ(良い香りを出す木)と呼ばれ、樹皮や小枝を煎じて香りを楽しむお茶で、風邪薬として飲まれます。ホウノキも樹皮や花、葉に良い香りがありますが、アイヌがお茶にするのはト

ウモロコシのような球果の部分で、煎じると香りがとても良いのでお勧めです。リウマチや神経痛、風邪の薬としても飲んだといえます。秋にピンク色の薙刀状の花



イラスト/ 莊田悠人

穂をつけるシソ科のナギナタコウジュをエントと呼び、草を煎じてお茶にします。口あたりも爽やかで美味しい、二押しのお茶。発汗作用や利尿効果があるので、風邪や二日酔いの際に飲まれました。苦手なのは、ミカン科のシケレペウセイ(キハダの実のお茶)。苦味が口の中に残るので黒糖などを入れて飲んだとのこと。実は咳やどの痛み、内皮は胃薬として飲

んだといえます。その他にも、風邪をひいたらナナカマドにエソノウフミラスクラ、ホソバトウキ、腹痛にはシヨウフにクサノオウ、下痢にはケンシヨウコ、便秘にはインツツジ、腎臓病にはハマナスやエソニフトコ、産後にはハンノキ、神経痛にはチヨウセンゴミシなどなど、お茶として、薬として利用してきた植物がたくさん。

紹介した、キハダの実やナギナタコウジュは、ヤブマメやスケンウダラの肝油などとともに、文部科学省がまとめている「日本食品標準成分表」にアイヌの伝統食品として昨年、初めて掲載されました。海外の成分表には先住民族の食品が盛り込まれていることもあり、日本の食文化の記録が目的なんだとか。アイヌが利用してきた食材が安心して学校給食などに使われたらうれしいですね。



次回のテーマは「ウエンタラ(夢)」
本田優子(札幌大学教授)が担当します。



ウポポイ

NATIONAL AINU MUSEUM and PARK
民族共生象徴空間

北海道白老町に2020.7.12 OPEN



ウポポイPRキャラクター
「トクワッポル」



■本田優子(ほんだゆうこ):金沢市生まれ。札幌大学教授。北大卒業後11年間平取町二風谷に住み、アイヌ語講師を務める。
■村木美幸(むらきみゆき):白老町生まれ。アイヌ民族文化財団常勤理事。先住民族アイヌの一員として文化継承活動に努める。
■莊田悠人(しょうたゆうと):平取町二風谷生まれ。漫画家兼イラストレーター。幼い頃のアイヌ文化が原風景。東京在住。