

## 日本の民間薬 —その63—海松子(カイショウシ)

千葉大学環境健康フィールド科学センター 池上文雄

### 「基原」

チョウセンゴヨウ（朝鮮五葉・紅松：*Pinus koraiensis* Sieb. et Zucc.）の種子を乾燥したもの。

『開宝本草』では海松子と称し、松子仁、松子、また『本草綱目』では新羅松子といい、我が国では松の実ともいう。

チョウセンゴヨウは、本州中部、四国の山地に自生し、また朝鮮半島、中国東北部、アムール、ウスリーに自生するマツ科（Pinaceae）マツ属の常緑高木で、樹皮は灰褐色、樹高は30mにも達する。日本原産で樹高15～20mとなるゴヨウマツ（五葉松：*P. parviflora*）と同じ五葉の松で、葉が5本ずつ東生する。大きな球果（松かさ、松ぼっくり）は、卵状長楕円形、長さ9～15cm、直径5～7cm、果鱗（鱗片の内側にある茶色い殻）は菱形か鱗状卵形で種子（胚乳）がある。種子は卵状三角形で大きく、長さ約12mm、翼がない。開花期は5月、結実期は10～11月。朝鮮半島では食用として利用され、日本にも輸入されている。日本で市販されている「松の実」のほとんどはチョウセンゴヨウの種子、すなわち海松子である。

成熟後に採取し、日干しして、堅い殻をむき、種子を取り出し、乾燥したところに保存する。

マツ類は、種子のほかにも葉や節、樹脂を松葉、松節、松香・松脂と称して薬用とする。

### 「来歴」

古くから強壯・不老長寿の効力があり、仙人の靈薬といわれていた。古典には「久しく服すれば身を軽くし歳を延べ老いず」とあり、気力を盛んにし、精力を強化し、白髪を黒くし、回春と不老の効があるとして利用されている。松の実は、世

界各地で食材として利用されている。

### 「成分」

種子には脂肪油74%が含まれ、主なものはオレイン酸エステル、リノール酸エステルで、パルミチン酸やミリスチン酸などのエステルも含まれる。タンパク質も豊富で、タンパク質にはアルギニン、ヒスチジン、チロシン、グルタミン酸などのアミノ酸が含まれる。その他、ビタミン類、ミネラルや精油なども含まれている。

チョウセンゴヨウの樹脂には、精油のピネン、カンフェン、ミルセンなどが含まれる。また、葉からはクエルセチンのほか、ピペコリンとピニジンの2種のアルカロイドが分離されている。

### 「薬理・毒性」

高脂肪食摂取マウスを対象に松の実の抽出物を12週間摂取させたところ、体重増加ならびに脂肪蓄積が緩和され、脂質代謝酵素AMPKが活性化された。高血圧患者を対象に抽出物を1日あたり17.5gの量で摂取させたところ、血圧の低下ならびに血中脂質も正常化した。また、閉経後肥満女性18名を対象に松の実を1日あたり3gの量で摂取させたところ、食欲を司る消化関連酵素コレシストキニンの分泌が増加し、食欲が減少した。

潤肺・滑腸作用があるので、便がゆるく、昼間遺精する者に与えてはならない。湿痰のある者も服用してはならない。

### 「薬効と主治・用法用量」

味は甘、性は温、無毒。肝、肺、大腸の経に入り、肺を潤し止咳する、気を補い血を養う、腸を