

ぐるっけ

平成六年七月二十七日第三種郵便物認可
平成二十一年十月一日発行(毎月一回一日発行)
第十六卷第六号(通巻第一八六号)

鈴



ぐるっけ

俳句雑誌

GLOCKE

第186号

10. 2009

ビリケン

品川 鈴子

追善の塚にうなだれ花芭蕉

先立たれ婚日は只に芭蕉の忌

旧婚日「さまさま桜」もみいづる

芭蕉忌に水晶山のもみづりて



舅好み 苦^に汁^がもめんの新豆腐
ビリケンの躑くすぐる秋の風
鈴庵の軒に丸き巢すずめ蜂
懸崖菊たかる児らみな翅生えて
躑きに慣れつこ白き木の葉髪
櫛紅葉際やか料^ゲ金^ト所とり去られ



玉

鈴

吟

兵庫 國永靖子

木洩れ日の一葉照らす夏蕨
白神の歳月深し撫青葉
観音の千手に触るる山法師
背山負ふ摩尼殿の屋根滴るる
大楠の連枝へ飛ばすシャボン玉

愛媛 久保田由布

一人子の如き泰山木の花
峡の燕峡の気流に慣れて飛ぶ
青芭蕉結界石が残りゐて
稲光家で待つ者誰も無し
趾深く履く朝涼のゴム草履

兵庫 藏本博美

雷の音に怯ゆる初曾孫
亡き妻の遺影に供ふ桃二つ
鯛の声ひき寄せて台所
初咲きの桔梗を手向く妻の墓
病床に届きし新茶封を切る

兵庫 栗田武三

先に行く子の姿消ゆ竹煮草
しをらしき百合かと思れば野萱草
夕管や民宿の夜のにぎはへる
町内に一人の小町花擬宝珠
縁先に影の伸び来し立葵

大阪 小阪律子

嵯峨涼し人力車夫の腕っ節
扇骨を独り削りて梅雨の昼
鳩の子の情け容赦もなき喧嘩
大鍋の五つ並びて鱈煮らる
屋顔の八幡堀は撮影中

東京 後藤とみ子

ひとときの避暑となりをり美容院
西日避け商店街を通りをり
おすもうさん浴衣の背に触れてみる
盆休み補助席の出る昼の寄席
両手からこぼれるほどにトマトもぐ

大阪 小林 玲子

竹伐会かつと日が射し始まりぬ
竹伐会法師の胸の竹しぶき
勝名乗り谿に吸はれて竹伐会
竹伐会見終へ下山の膝わらふ
九十九坂新樹ざわめく鞍馬山

香川 近藤 倫子

ほうたるや自分を好きになれぬまま
耀きてゐしこと知らず螢死す
新札で釣りを貰ひて夕涼し
ゴスペルの流る斎場サングラス
アマリリス従姉妹に一人器量よし

兵庫 坂口三保子

梅雨湿る和紙に写経の手を止めず
大雨にならずほつとす梅雨の葬
鉦建てる木槌の音を響かせて
毬碧き紫陽花変化止め度し
青牧場尾を上げ牛が走り出す

兵庫 佐方 敏明

職欲しと短冊にある星祭り
星合ひの川も出水で渡れぬや
渴く地を迷ひ蚯蚓はどこへ行く
校門へ尿する犬白木槿
梅雨湿り脳の写真は曇りなし

東京 佐田 昭子

青柿や少年白い雲眺め
憧れの男にビール溢れさせ
虚子といふ大俳人と八月尽
平和祈願の仏舎利塔や終戦日
秋立つや試飲のワインに少し酔ひ

兵庫 塩出 眞一

背丈越す青蘆原に迷ひたり
山眺め青蘆原に方位知る
切株に坐して弁当ほととぎす
人麻呂の歌碑読み茅の輪くぐりけり
波止灼けて遠まなざしの移民像

香川 島内 美佳

吾にまだ伸びしろあるか雨蛙
病院の外壁赤く大夕焼
木下闇不思議な音を発したる
農村はあたり一面緑なり
老犬のよろけ青田に足取らる

島 純子

梅雨入りに街中の田も水満たし
五月闇警笛止めて玄関に
山登り二百五十回祝酒
つばめの子駅の軒先遊び場に
挽ぎたての桃に頬よす床の友

薬草歳時記

(二八五) ウコン (鬱金)

大音悦子

芭蕉にも思はせぶりの鬱金かな

上島 鬼貫

ウコンはカレー粉の黄色の元になっているスパイスのターメリックのことです。仏教では聖なる植物で、仏僧の衣を染めるのに使われています。タイ・カレーにはウコンが使われず、黄色ではないそうです。口に入れるなどどんなでもないことのようにです。逆にインド、ネパール、インドネシア、ベトナムなどでは香辛料の筆頭です。

最近家庭でウコンを栽培する人が増えてきました。冬は根茎を掘り上げ泥つきのまま紙袋に入れて室内に置きましょう。熱帯植物なので零度以下は禁物です。三月頃に植え込むと五月頃発芽します。地上部が枯れると掘り上げ、根茎を一時間熱湯でゆで日に当てて乾燥します。乾いたものをむしろの上で擦り合わせると薄い皮がとれ、これを風で吹き飛ばし、黄色の粉がふいたようなところの塊になったものをタ①メリックと言っています。

色素成分のクルクミンは水にも油にも溶け延びのよい黄色

色素です。これまでにウコンから取り出された化合物は二〇〇五年までに八十を数えます。

ウコンの薬効は肝臓に強壯的に働いて胆汁分泌を促進し胆道炎、胆石症、黄疸などを改善するといわれています。クルクミン単独の作用もよく研究されていて、抗炎症、抗酸化作用、制がん作用、発がん促進抑制その他、研究されている病名を並べても、肝炎、HIV、糖尿病、関節炎、循環器障害、アルツハイマーなどなど治療薬の乏しい分野に広く食い込んでいます。近年社会問題になっているアルツハイマー病は原因物質のアミロイドを除去あるいは減少させることが、根本治療であるといわれていますが、ウコンのクルクミンは強い抗酸化作用を有し、動物実験でアミロイド沈着を減少することが示されています。

食品色素だけでも大きな需要があるにも拘わらずクルクミンの合成は困難で、現在天然物を利用するしかないのです。工業的な合成に成功すれば大金持ちになれること必定だとか。

性味：辛・苦・寒

帰経：心・肺・肝・胆

参考文献

『原色牧野和漢薬草大図鑑』北隆館

『中薬学』神戸中医学研究会

『埼玉県薬剤師会雑誌』34 No.10

『日女薬学術講演会抄録2009』

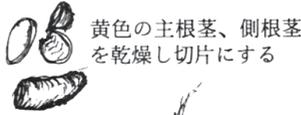
著者略歴

神戸薬科大学卒

ウコン〔ウコン属〕(しょうが科)

Curcuma longa L. (= *C. domestica* Valetton)

鬱金、(中) 姜黄、(英) Turmeric



黄色の主根茎、側根茎を乾燥し切片にする

数年経た根茎

切断面(濃黄色)

須賀悦子画



若い根茎



花

E.S.

花期：秋

花穂は苞葉(淡緑色)の積み重ね、上方の先端は淡紅紫色

あさ露や鬱金島の秋の風	野沢凡兆
時雨馳せうこんの花のさかりなる	大野林火
尊厳といふ死に際や鬱金咲く	佐野鬼人
鬱金咲く本家分家の地境に	中坪達哉
うこん掘る刈干切唄発祥地	鈴木厚子
葉園の鬱金の花の夜も匂ふ	寺田木公
野の道は曲りつ鬱金の花ざかり	中田ゆき
月よりも淡き光の鬱金咲く	近藤陽子
戦経て沖縄に咲く花鬱金	*片野光子
カレーライス好みし誓子鬱金咲く	*塩出真一

(*ぐろっけ)

鈴の奏

品川鈴子選

暴れては歯をむく素顔耀の體 兵庫 磯田せい子

青鷺は知りつくしたる耀の鐘

糶詰める男のじゃんけん虎魚かな

魚の町寺の町あり梅雨の中

腓返りもて余しいて明易し 大阪 井上あき子

夏衣はらりと脱げば背にえくぼ

片足立ちテストによるけ半夏生

花形は祭浴衣の子のかけ声

空き缶に集まる蟻のありにけり 兵庫 猿橋二三雄

船虫の動きは我に合せしか

得意然潜り重ねる海鶴二羽

何故逃げぬ絶つは避けたき蝮蛇かな

夏草に帽子の沈むけもの道 兵庫 明石 文子

先頭の湧き上る声岩清水

燕の子真似て学んで明日を待つ

睡蓮の巻葉ほどきて誘ふや

今生れし揚羽の羽の重たげに 大阪 吉田 和子

自転車に乗りても見上ぐ立葵

半ズボン朝の饅頭売り尽し

ビル日陰煙草くゆらすコック帽

早立ちは東北弁の夏通路 兵庫 伊勢ただし

紫陽花の宮に花嫁人力車

初茄子は挽ぎて嫁にと手渡して

朝稽古蹴出しが絡み阿彼踊

シーサーが睨みを利かせ雲の峰 大阪 北川 光子

旅立ちの言伝てかとも落し文

商談に新茶を褒めて纏まりぬ

菖蒲園木道ふらつくハイヒール

夏椿ころがりあひて円をなす 兵庫 小松美保子

籠匠の繕りや捺りや梅雨灯し

離れにて込み入る話黴の宿

夕さは真岡木綿のあつばつば

辻堂の主となりたる梅雨の猫 兵庫 中山勢都子

国生みの島への誘ひ鯉時期

秀 鈴 記

暴れては歯をむく素顔耀の鱧

磯田せい子

鱧の古名はハム・ハミなど蛇類と語源も同じくウナギ形の硬骨魚。吻はとがり、鱗のない長い体を、のらくらとくねらせて一見では掴みどころのない様子。しかし耀られる折は、大きな口で鋭い歯を剥き出しに、挑みかかりのたうちまわる。命のかぎりの激しい足掻きにたじろぐ作者。

夏衣はらりと脱げば背にえくぼ

井上あき子

和服も、かわいいファッションも、夏の衣装ほど女の美を誇示するものはない。

さらりと脱ぐと背中に小さな窪みのあるふくよかさ。隠れるあたりにもひそんでいる愛嬌は、過度の露出よりも、かえって新鮮な魅力でしょう。

船虫の動きは我に合せしか

猿橋二三雄

船虫は海辺で療養した頃の山口誓子が沢山の句を詠み

巻頭 三句 品川鈴子評
四句〜十五句 大井邦子 //

*選句は全て 品川鈴子

〈船虫の猜うかがひ深き日本海〉〈船虫がわが腹這へる畳まで〉等と、小心ながら人懐こい習性を写生しています。

此の句は誓子両句の中程に人馴れした船虫で、そつと様子を伺いながら遊び相手になっているらしい愛すべき小動物。

先頭の湧き上る声岩清水

明石 文子

先を行く人達から喚声があがった。何ごとかと追いつくと、岩の隙間から清水が吹き出していた。思わず自分も声をあげてしまう。

早々に手足を湿らせたり、口に含んだり、暑い中歩き疲れた体が生き返る。

一息ついて元気に目的地を目指されたことでしょう。

ビル日陰煙草くゆらすコック帽

吉田 和子

お昼時の食堂街は、限られた時間内で食事を済ませなければならぬ人達でごった返す。美味しくて安い店は順番を待つ列ができる。

厨房では速く客の注文に応じようと、料理人は息つく暇も

ない。やっと一段落したところで、外の空気に触れながらの
一服は、先ほどの忙しさから解放された束の間の安らぎの時

朝稽古蹴出しが絡み阿波踊

伊勢ただし

阿波踊は徳島藩主の蜂須賀公が、お城に民を入れ無礼講
で楽しんだのが始まりと聞く。

鳴物に囃されて徳島全市が踊りの渦となる。編笠に「連」
によって違う女性の蹴出しは鮮やかである。熟練の踊り手
の手振り足どりは一際目立ち、惚れ惚れと見入ってしまう。
作者の伊勢さんは神戸から参加されている踊りの名手。

シーサーが睨みを利かせ雲の峰

北川 光子

夏はいつも増して観光客で溢れる沖繩。南国の真っ青
な空に入道雲が立つ。それだけならとても美しい風景だが、
直ぐに雨風連れて鳴神がやって来るだろう。

台風の通り道の沖繩、屋根に取り付けた魔除けのシーサー
が、もつと睨みを効かせて、台風を追い払ってくれるとよ
いのだが。

夕さは真岡木綿のあっぱっぱ

小松美保子

「あっぱっぱ」は関西から言い始めたサマードレスの俗語
外出時に着るのではなく、浴衣地や麻、薄手の生地でゆった
りと仕立てた女性の普段着。体を締めつけないのがうれし
い。

この句は「あっぱっぱ」の語で成功したと思う。昼間の
暑さも一段落した夕方の主婦のくつろいだ姿が想像される。
真岡木綿は栃木県南東付近で産出とされるが、今は全国
に広まっている。

辻堂の主となりたる梅雨の猫

中山勢都子

道路のかたわらにある仏堂。降りつづく雨の中、手を合
わせる人も少ないことでしょう。

そんな辻堂は追い払われることもなく、野良猫の格好の
住処となり、奇特な方の供え物は多少の腹のたしになるか
も知れない。

この頃よく、仏像や神像を盗む罰当りがいるが、なんと
も悲しいことです。

(以下略)