

学名 *Aralia elata* Seem.
ウコギ科の落葉低木
和名の由来は不祥。

郷土資料から見た「^{たらのき}榎木」のあれこれ

榎木の若芽である「タラの芽」は山菜の王とも呼ばれ、春を告げる味覚の一つとして有名である。独特の香りがあり、和え物やお浸しにしてもよいが、一番おすすめの料理は天ぷらとされる。

人気があるので、乱獲され木が枯れてしまうという問題が聞かれる。一番芽を採取しても問題ないが、それ以上は木が枯れるおそれがあるので、長くこの味覚を楽しむためにも節度ある採取がのぞましい。今では栽培されたものも店頭に並び、気軽に味わうことができる。

このタラの芽と似ているのがウルシの芽だが、ウルシはかぶれる危険がある。「榎木はトゲがあるがウルシの木はトゲがない」と言われるが、トゲの少ない榎木もあるため、採取する際は注意が必要である。

最近では山菜としての榎木ばかり注目されるが、樹皮・根皮は薬効があり、北条の大角間では「木の皮を天日に干して乾して煎じて飲む」（『柏崎市史資料集 民俗篇』）と胃薬になるといわれていた。

参考資料

「図説 花と樹の大辞典」	植物文化研究会・雅麗篇	1996	「山菜讃歌」	高木国保著	1987
「柏崎市史資料集 民俗篇」	柏崎市史編さん委員会編	1986	「草木花歳時記 春」	角川書店発行	1990
「四季の山菜取り方と食べ方」	成美堂出版発行	1998	「原色牧野和漢薬草大図鑑」	北隆館発行	1988