

「四季・植物」39 茗荷

学名 Zingiber Mioga (Thunb.) Rosc.
ショウガ科の多年草
古名メガが変化したという説と、男の称であるショウガ（セウガ）に対するメ（女）ウガから名が付いたという説がある。

郷土資料から見た「茗荷」のあれこれ

「茗荷を食べると物忘れする」という言い伝えは有名で、落語にも「茗荷屋」というこの言い伝えにまつわるはなしがある。この言い伝えは、自分の名前を覚えられずに名を書いたものを荷って歩いていた釈迦の弟子がおり、その死後墓から茗荷が生えてきたという伝説からきたといわれる。実際には、物忘れするという科学的根拠はない。

古くから日本で栽培されてきた野菜で、茎の若いものをミョウガタケ、花穂を花ミョウガまたはミョウガの子と呼び、薬味や汁の実、天ぷらなどにして食べる。花ミョウガは他に塩漬けや酢漬け、つくだ煮にもされる。

特有の辛味と香りが食欲をそそるが、ミョウガタケや花ミョウガの生食は消化促進効果があり、根茎を煎じたものは腎臓病や生理不順に効く。

花ミョウガは花の時期によって夏ミョウガと秋ミョウガに分けられ、「身がしまっているのは秋みょうがであるが、花を付けると味はぐんと落ちる」（「さなぶり」）という。

参考資料

「柏崎市史資料集 民俗篇」	柏崎市史編さん委員会編	1986	「日本大百科全書」	小学館発行	1994
「さなぶり」	柏崎市北条公民館編	1994	「日本国語大辞典」	小学館発行	2001
「柏崎市伝説集」	柏崎市教育委員会編集	1972	「図説 花と樹の大辞典」	植物文化研究会+雅齋篇	1996
「たべもの語源辞典」	清水桂一編	1980	「落語辞典」	東大落語会編	1979
「原色牧野和漢薬草大図鑑」	北隆館発行	1988	「家庭で使える薬用植物大事典」	田中幸治著	2002