

おソバの仲間たち

先日、ソバがバックヤードにひょっこり出
ていたのを鉢上げして育てています。

暑い夏、さっぱりとしたお蕎麦がおいしい
季節ですね。日本での蕎麦の歴史は約 9000 年
前からとも言われ、とても馴染み深い植物で
す。私たちが食用としている「ソバ」の仲間
の原産地は中国西南部とされています。加え
てソバが属するタデ科ソバ属 (*Fagopyrum*) の
仲間は日本には自生していません。



開花したソバ(6 月上旬)



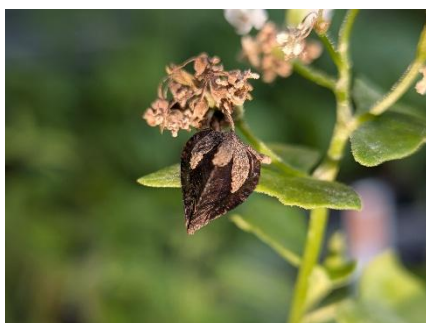
日本で栽培されているソバは *Fagopyrum esculentum* という種であり、俗に「普通ソバ」
とも言われます。本種は異形花柱性を持ちます。異形花柱性とはサクラタデ等でもみられる、
花柱が長いタイプの花と短いタイプの花の異なるタイプ同士でないと結実しない性質のこ
とを言います。うちで鉢上げしたものはたまたま 2 タイプ揃っていたようで、結実もちや
んとしてくれました。ちなみにタデ科の仲間は花卉がなく、花卉に見えるのは萼片になります。



長花柱花（花柱が長い）



短花柱花（花柱が短い）



結実したソバの果実

「普通ソバ」は1年草で日本で最も一般的に栽培されているソバです。他に食用とされるソバにはダツタンソバやシャクチリソバがあり、ダツタンソバはソバの代名詞とも言えるルチンの含有量が普通ソバに比べ数10～100倍以上もあると言われています。シャクチリソバは「宿根ソバ」とも言われる多年草です。日本では帰化植物となり分布を広げ、環境省の生態系被害防止外来種リストの掲載種になっています。



～日本のおソバの仲間～

ソバの講釈が長くなってしまいました。ソバ属の仲間は日本にありませんので、今回は同じタデ科に属する身近なソバの仲間をご紹介します。

ソバの仲間たちのみんなも
色んな役にたってくれています！



ママコノシリヌグイ

果実

イヌタデ属



トゲ

花：5～10月

イヌタデ同様果実は花被に包まれ蕾に見える。

一年草。和名が印象的なイヌタデの仲間。茎や葉柄等に下向きのトゲが付いていて、それを他の植物等に引っ掛けて伸びる。ママコ（継子）は血縁関係の無い子のことを指し、その子供の尻をこのトゲで拭いていじめるというジョッキングな由来。乾燥させた全草は血行促進や痔に効果がある。

イタドリ

果実

ソバカズラ属



花：7～10月

雌花

花が終わると花被片が大きくなり翼状になる。

雌雄異株。漢字で書くと「虎杖」。成長した根茎は丈夫で杖となる。また、この根茎は「虎杖根（こじょうこん）」という生薬にもなり、血の巡りや関節痛に効果がある。春先にでる若い芽は、酸味があり山菜として食べられる。

スイバ

若い果実

ギシギシ属



雌花

花：4～6月

花が終わると花被片が大きくなり翼状になる。熟してくると翼は赤みを帯びる。

雌雄異株。冬の時期には根生葉（ロゼット）が残る。似ているギシギシの上部の葉には葉柄があるが本種は葉柄がなく、茎を抱く。その名の通り食べると酸味があり、酸い葉と呼ばれる。植物体にシュウ酸が多く含まれる。根茎は「酸模（さんも）」という生薬になり、利尿や緩下の作用がある。

花序全景



上部の葉は茎を抱く。



ソバ属はこれら日本の他属の花と果実を比べてみても結構異なっていて、同じタデ科と言っても多様であることがよく分かります。他にも様々な種類があるので是非調べてみてください。