

## LIM

## タンポポ

## ●春を知らせる花の一つです

この時期花を咲かせ出すのが、タンポポ。  
土手や空き地などはもちろん、アスファルトやコンクリートの間からも花を咲かせ、根を50cm～1m程度まで伸ばす、とても生命力の強い植物です。  
また種は綿毛を持っており、風を受けて遠くまで種を運ぶ役割を果たしています。

日本では古来より生育していた在来種と外来種の「セイヨウタンポポ」が知られています。  
最近、「セイヨウタンポポは在来種を駆逐してしまう」とも言われていますが、寒暖差が大きいと育ちづらいなど、生育環境面で差があるため、初夏までが在来種～それ以降が外来種というように、ある程度の住み分けはできているようです。



## ●私たちの生活と密接に結びついています

タンポポの葉はギザギザとした形をしており、この形がライオンの牙をイメージさせることから、英名である「ダンディライオン」に繋がっています。  
この葉は食用として広く知られており、ヨーロッパや中東地域ではサラダなどに用いられる他、乾燥させて、はと麦と合わせた「タンポポ茶」などが有名です。

花は日本では天ぷらにする一方、アメリカでは花弁を使って自家製の「タンポポワイン」とするところもあるようです。

また、根を乾燥させ炒ったものはコーヒーの代用品である「タンポポコーヒー」となる他、根を含めた全草を乾燥させたものは漢方薬の「蒲公英根(ほこうえいこん)」として、利尿、解熱、発汗などの作用があるとされています。

## ●本格的な春が来るまで・・・

まだ春の花が咲きそろうのに時間のかかる初春に、地面を彩る黄色いタンポポ。  
皆さんも身近な春を探してみてもいいですか？



From the author・・・タンポポが顔を出してくると、春の実感が沸いてきますね。