

# 赤松の保存と有効活用を語る 女松の会

赤松=女松 (めまつ)



松葉ジュース  
試飲コーナー

お問い合わせ：[mematu@tutamail.com](mailto:mematu@tutamail.com)



# 松葉

日本では、めでたさの象徴は「松竹梅」その中でも松は主役で花言葉も「不老長寿」です。

## はじめに

松の名前の由来は、神がマツの木に天から降りることを待つ（マツ）という説があり、松は、古くから神聖な木として考えられていたようです。このコーナーは、松葉の薬効や有効成分をご紹介します、いかに松葉が身体の健康によいか、松の良さを皆様に広めて頂き赤松が大切にされ、この地域の赤松の保存に繋がればとても嬉しいと開設いたしました。

## 1、薬効

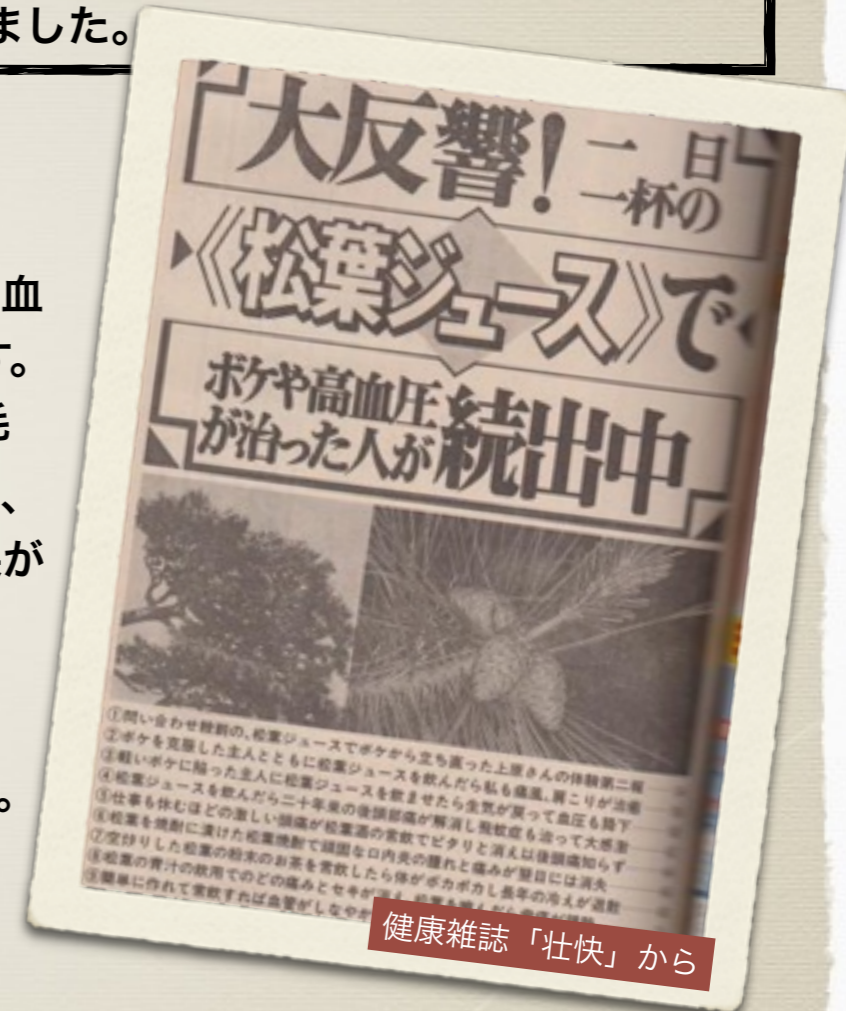
「老化は血管から、血管の老化は血液から始まる」人体にとって最も大切な血液をきれいにし血管を強くして、血液の流れをよくし、動脈硬化、心筋梗塞、高血圧、ボケ、脳卒中を予防します。頭部の血行も促進しますから、頭皮と毛髪に栄養が行き渡ることにより、抜け毛を防ぎ、育毛を促進します。関節痛・湿疹・かゆみ、打撲、むくみ、低血圧症、冷え性、不眠症、食欲不振、膀胱炎、痔、便秘、頭痛、動脈硬化症、喘息、痛風、貧血、糖尿病、リウマチなどにも効果があるとされています。他にもデトックス効果や抗酸化作用があり活性酸素を取り除くSOD（スーパーオキシド・ディスムターゼ）という酵素で老化やガン化を防ぐとも言われています。

またタバコの有害物質でもあるニコチンを外へ排出する働きもありタバコを吸う人に有効です。

## 2、マツの有効成分

松葉には、クロロフィル、ビタミンA・C・K、鉄、リン、食物繊維、松ヤニ、シネオールという精油成分などが含まれています。

- ・葉緑素クロロフィル：増血作用、血液浄化、血液中の不飽和脂肪酸溶解
- ・テルペン精油（ピネン、ジペンテン、リモネン含有成分）：血液中のコレステロール除去し血液をサラサラにして、ボケ・脳卒中・動脈硬化を抑制
- ・ビタミンA・C、ビタミンK、鉄分、酵素：血液の凝固、骨へのカルシウム沈着・老化を抑制し出血を防ぐ





### 3、松枯れ対策例

全国で日本の松はその60%が枯れ、現在は「ナラ枯れ」の段階に移行しているのだそうです。

その原因は、化石燃料を燃やした結果の酸性雨が、雨、雪、霧、風を媒体として土中に入り込み、

中和力を失った土壌のミネラルが以前の

1/3に減ってしまったこと、強酸性土壌で土壌微生物が生きられなくな

ったこと、根粒菌と共生する細根が弱り水分・養分の吸収が困難

になったことを「野にも山にも炭を撒く」宮下正次著（NPO「森林の会」代表）が指摘しておられ

実際に松の根の回りに炭を撒き松をどんどん生き返らせているそうです！



①2011年5月



②2011年9月



③2012年9月



2011年5月「炭まき」

#### おわりに

日月神示（雨の巻 第14帖 348）では「松食（お）せよ、松おせば判らん病直るのぢやぞ、松心となれよ、何時も変らん松の翠（みどり）の松心、松の御国の御民幸あれ。」とあり、わからない病気でも松を食べれば治ると書かれておりますが

ここにご紹介した赤松の薬効は「栄養・運動・休養・ストレス管理」といった健康の原則を守り、医食同源と言われるように普段の食を大切にされ、その上に松葉の薬効を加えることでご自身の自然治癒力を高めることができます。皆様が健康で長生きされますことを願っております。

又、どうぞ、ご近辺の赤松を大切になされませ。

#### <補足：安心な松葉の選び方>

松葉ジュースが話題になったのは25年程前です。その頃と3.11以降とでは環境が大きく違いますので、放射能汚染されていない地域であること。又、松に消毒されていないこと、除草剤が周辺に散布されていないこと、ダイオキシンなど有害物質に汚染されていないことが条件です。