



上田薬剤師会 発

薬剤師の

ちょっと薬に立つお話

YAKUNI
TATSU
OHANASHI
VOL.154



Vol.154

地域の皆さんの健康のために
さまざまな活動をしている
上田薬剤師会から、
健やかな毎日をつくるために
ちょっと役立つお話をお届けしています。
毎月「第2土曜日」の
週刊うえだを、どうぞお楽しみに！

今回は8月8日の掲載です！

TOPICS

上田薬剤師会主催

第40回薬草ハーブに親しむ会

開催します！

標高1400m、9.92haの敷地で、
約40種類のハーブと

100種類の薬草が待っています。

自然の優しさを見て、

触れて、癒やされてください。

※内容は変更する場合があります

薬草オリエンテーション

高原の爽やかな風の中、
薬草・ハーブを探して
広大な園内を
散策しましょう。

日 2026年7月26日(日)

時 9:30～13:30 雨天中止

会 長野県菅平薬草栽培試験地
場 (上田市真田町長十の原1278-624)

申 不要
込 ※直接現地にお越しください



ラベンダースティック、
サシェ(匂い袋)づくり

気分をリラックスさせる
ハーブの香る小物をつくりましょう。
完成した作品はお持ち帰りいただけます。

この機会に薬剤師スタッフへのご相談もできます

⚠️ ご注意・お願い

- 薬草の採取は出来ません。移植ゴテ、胴乱などのお持込みはご遠慮ください。
- 山歩きができる服装でご参加ください。
- 周辺に自動販売機等はありませんので、飲み物は各自ご持参ください。
- ゴミは各自お持ち帰りください。
- 駐車場のスペースが限られているため、なるべく乗り合わせてお越しください。

当日、天候などにより中止となる場合、代表電話にてアナウンスを行います。
(TEL.0268-22-6130)

特集

上田市 クーリングシェルター

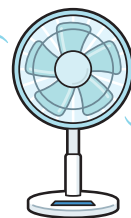
10月21日(水曜日)まで

上田市は今年も「熱中症特別警戒アラート」が発表された場合に
「クーリングシェルター(指定暑熱避難施設)」として一般に開放する、
全73カ所の施設を指定しました。上田薬剤師会の会員薬局もたく
さんありますのでご利用ください！

クーリングシェルターに指定されている
上田薬剤師会の会員薬局



- いう薬局
- 上田薬剤師会会営薬局
- イイジマ薬局
- 木町薬局
- あい薬局
- カワイ薬局
- 召田薬局
- ひかり薬局
- せき薬局
- 山浦堂薬局
- コウズケヤ薬局中央
- コウズケヤ薬局豊里
- 神畑薬局
- 大津賀薬局
- 神科薬局
- 関薬局
- サラダ薬局
- ノリ薬局本店
- ノリ薬局たけし



- かわにしノリ薬局
- あきわノリ薬局
- 上田西ノリ薬局
- 昭和薬局
- 中村薬局
- イオンスタイル上田店

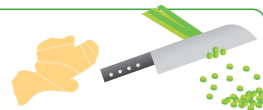


クーリングシェルター
全73カ所の詳細は
こちら

ただし、
各施設の受け入れ可能人数には
限りがありますのでご了承ください

はい、お答えします！

Q. 蕎麦やそうめん等の料理に少量添える香味野菜や香辛料を「薬味」といいますが、
「薬」としての効能があるから「薬味」というのですか？ (東御市・70代女性)



A. ねぎ、生姜、みょうが、大葉、わさび、にんにく、唐辛子などの「薬味」は、食材のにおいを消したり、風味を足したり、料理に彩りを加えたりしてくれます。食欲増進や殺菌、防腐的作用があるとも言われますが、それらは人体の構造や機能に影響を与えることが目的ではありません。

なぜ「薬味」という言葉になったかということ、もともと中国最古の薬学書「神農本草経」では、薬の甘味・苦味・酸味・辛味・塩味を「五味」と呼び、品質や成分の象徴として規定、使用されてきたという経緯があります。

その後、宋医学が日本に伝わると、まず生姜が「薬味」と

呼ばれるようになりました。室町時代、患者の家にあった生姜(薬味)を処方薬に自分で加えるよう、医者が「加薬味」と指示したことに始まるようです。生姜の別称を加薬味、略して「薬味」「加薬」と呼ぶようになったそうです。

江戸時代には、そば切りに生姜以外にもねぎ、山椒、辛子なども使われるようになり、その後、日本料理全般に添える物を薬味と呼ぶようになりました。こうした歴史の中で「薬味(やくみ)」「加薬(かやく)」という日本独自の言葉ができたと言われています。



このコーナーでは
毎月、読者の方からの質問に
薬剤師がお答えします。
お薬に対する素朴な疑問、
質問、なんでもお寄せください。

宛先

ハガキ

〒386-0012
上田市中央6-3-41
週刊うえだ
「はい、お答えします！」係

メール info@weekly-ueda.com

FAX 0268-22-6201

▲ 上田薬剤師会「認定基準薬局」の目印、グリーンクロス看板

健康やお薬に関するお悩みごと・お困りごとは何でも、かかりつけ薬剤師・薬局に、お気軽にご相談ください！

