

5月5日は コミュニティ ファーマシーの日



「コミュニティ
ファーマシーの日」の
シンボルマーク



推古天皇(在位593-628)の時代、鹿茸(薬となる鹿の角)や薬草を採取した催しを再現した壁画(抜粋) / 星薬科大学所蔵

上の絵は、推古天皇が催した行事「薬狩り」の様子を描いたものです。毎年5月5日には皆で野に出て、薬として使われる鹿の角や薬草を採取する行事を催すのが、宮中の慣わしだったようです。

さて、現代の5月5日は、端午の節句と「こどもの日」の祝日として知られていますね。そして、もうひとつ、「コミュニティファーマシーの日」でもあるのです。

コミュニティファーマシーとは、患者さんも健康な人も、地域の皆さんが気軽に訪れて、病気や健康のことをいろいろと相談できる薬局のことです。より多くの人に、近所のコミュニティファーマシーを活用してほしいという願いを込めて、古くから「薬狩り」の風習のあった5月5日が「コミュニティファーマシーの日」と制定されました。

端午の節句に なぜ菖蒲湯？



5月5日の端午の節句といえば、「菖蒲湯」がお馴染みです。昔の中国では、5月5日に薬草を摘んだり薬草でお守りを作ったりする習慣があり、邪気を祓うとされる菖蒲は、刻んでお酒に入れて飲んだと言われていました。日本では、菖蒲の葉の形が刀に似ていて、「勝負」や「尚武」に通ずることから、男の子の成長を願う行事と結びついたようです。

菖蒲のさわやかな香りには、血行促進や疲労回復に効果のある成分が含まれています。湯船には葉を束にして入れ、香り成分をよく出すためには少し熱めのお湯にするのがポイントです。花屋さんや八百屋さんで手に入る通常の菖蒲のほか、最近は、保存の利く乾燥菖蒲も登場。より手軽に楽しむことができるようになりました。