

ヤマノイモ

【 *Dioscorea japonica* 】

科名 ヤマノイモ科

属名 ヤマノイモ属

薬効・用途

担根体（芋：山薬 サンヤク）は、滋養、強壮、止瀉、鎮咳、止渴の目的で八味地黄丸、牛車腎気丸、啓脾湯などの漢方方剤に配合される。民間で、遺精、夜尿症、盗汗などに用いられる。葉腋にできるムカゴ（零余子）も食用にされるが、ほぼ同じ目的に用いられる。



・花期：7～9月

備考

蔓性多年草。日本原産。本州～九州の山野に自生する。和名は、サトイモ（里芋）に対して山に生育するイモという意味で呼ばれるようになった。自然に生える芋の意味でジネンジョ（自然薯）ともよばれる。雌雄異株。