

い草のルーツは「薬草」

①い草の灯心部分を煎じて飲むと、

- 1)心火亢盛(しんかこうせい)を鎮める
(自律神経の興奮過多を和らげることで、不眠症やイライラなどの解消につながる)。
- 2)利尿作用が高く、排尿痛を解消する。
- 3)水腫(いわゆるむくみ)。
- 4)黄疸による発熱

(漢方210処方生薬解説など)

②い草をかみつぶしたものを傷の上に張ると傷薬になる (新訂和漢薬など)

③焼いて黒焼きにすると、

- 1)のどの痛みには焼いて灰にして喉に吹き入れる
(和漢三才図絵など)。
- 2)小児の夜泣きには黒焼きを乳首に塗って飲ませるとよい
(和方一万方)。
- 3)黒焼きしたものを酢につけて飲むと喘息の薬に(沖縄)。

い草の一般的な化学組成

項目	測定値 (g/100g乾燥)
タンパク質	18.9
脂質	0.6
食物繊維	63.0(水溶性3.7、不溶性59.3)
糖質	11.0
カリウム	2.37
カルシウム	0.16
マグネシウム	0.11
ナトリウム	34×10^{-3}
鉄	3.3×10^{-3}
亜鉛	3.4×10^{-3}
アスコルビン酸	7.0×10^{-3}
βカロチン	6.5×10^{-3}
総トコフェロール	6.4×10^{-3}
ルテオリン	38.8×10^{-3}
総クロロフィル	283×10^{-3}

い草のクロロフィル量

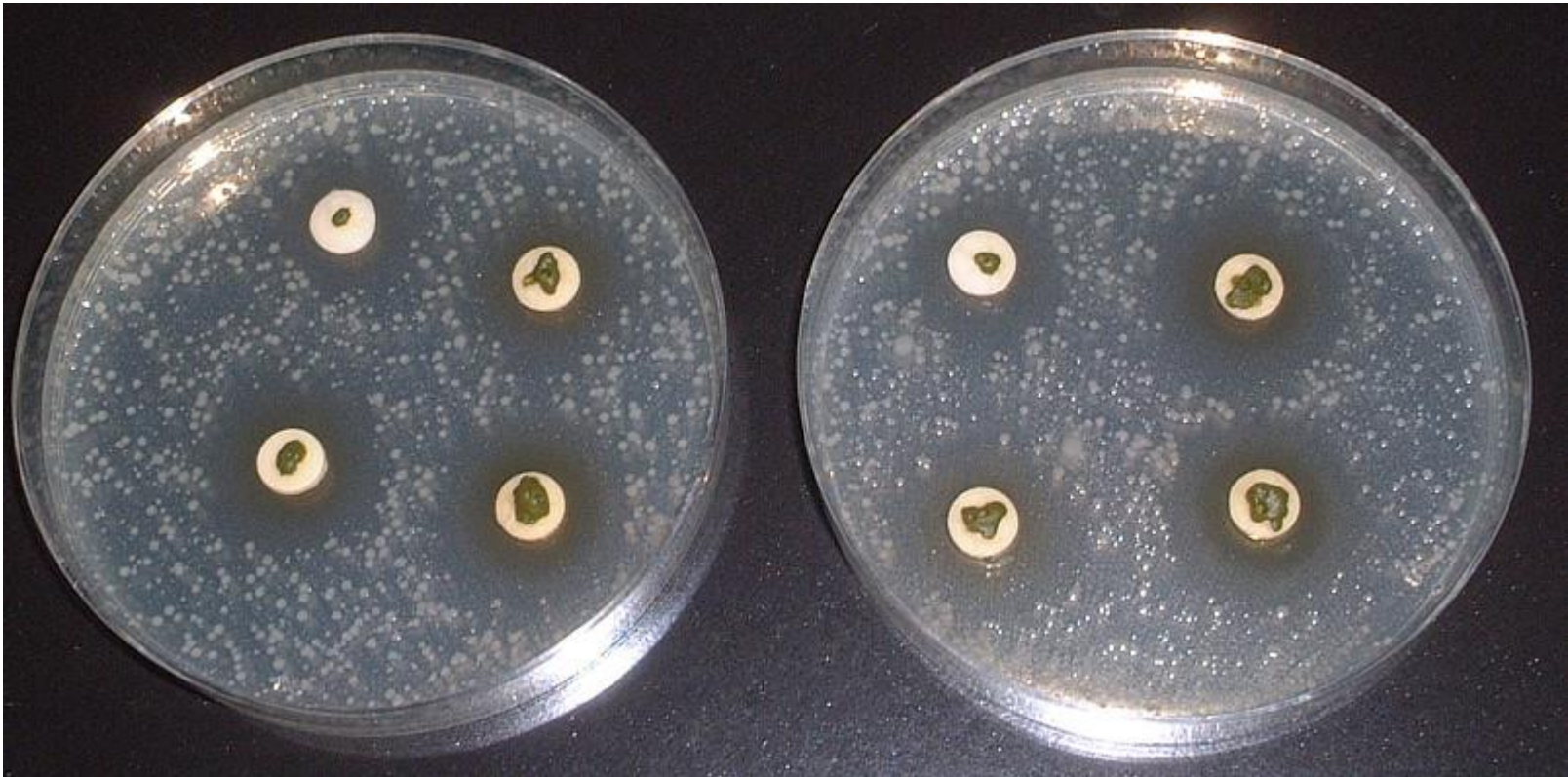
様々な農作物のクロロフィル量 (mg/100 g-乾燥)

農作物	総クロロフィル	クロロフィルa	クロロフィルb
い草	283	197	86
畳表	172	125	47
ゴーヤ	147	91	56
抹茶	288	144	144
ピーマン	155	108	47
シシトウ	115	84	31
ネギ	88	64	24
パセリ	172	123	49

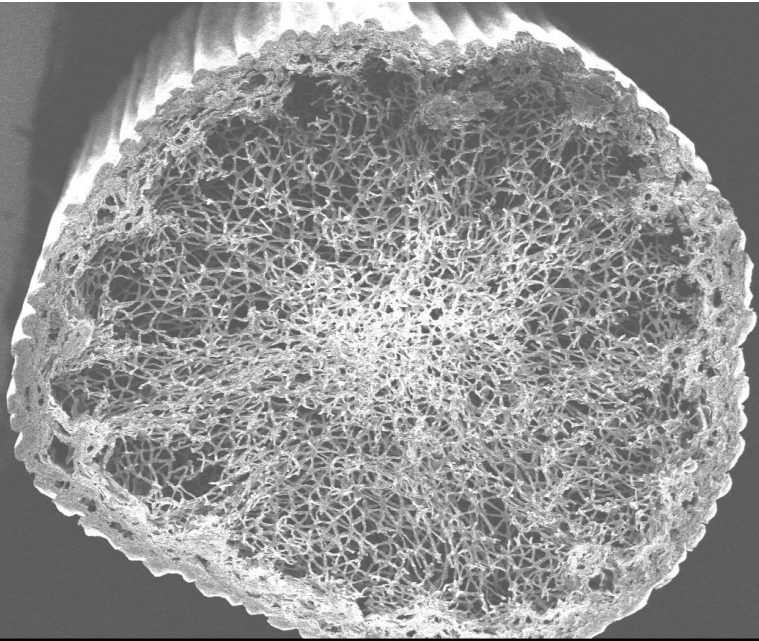
い草の抗菌効果

- 1)サルモネラ菌(食中毒細菌)
- 2)黄色ブドウ球菌(食中毒細菌)
- 3)バチルス菌(腐敗細菌)
- 4)ミクロコッカス菌(腐敗細菌)
- 5)レジオネラ菌
- 6)腸管出血性大腸菌0157(食中毒細菌)
- 7)腸管出血性大腸菌026(食中毒細菌)
- 8)腸管出血性大腸菌0111(食中毒細菌)
- 9)白癬菌(水虫の原因となるカビ)
- 10)体臭や腋臭の原因となる微生物群

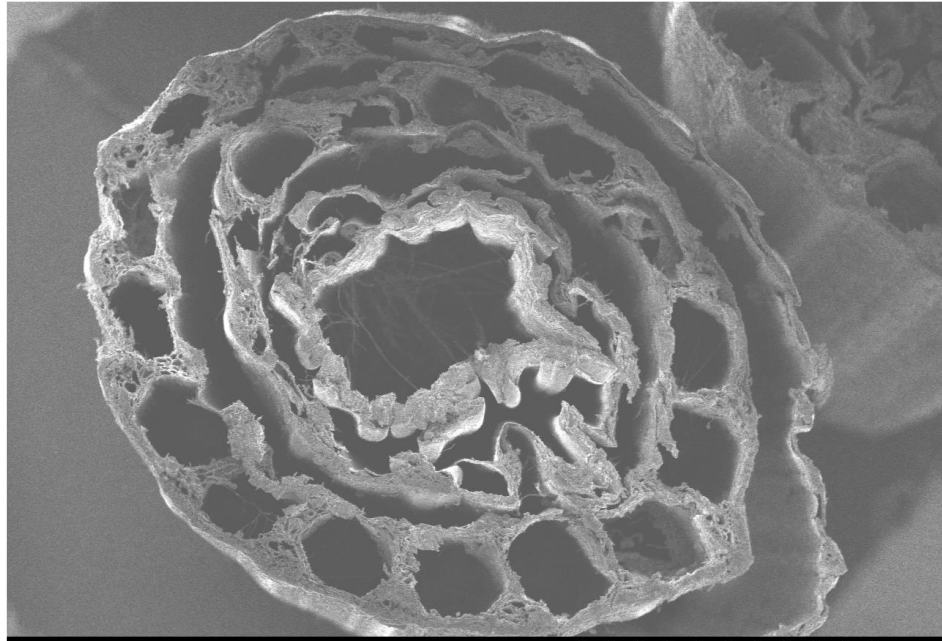
大腸菌0157に対するい草の抗菌性



い草のスポンジ構造



WD13.4mm 5.00kV x40 1mm



WD11.3mm 5.00kV x40 1mm

い草の断面

ワラの断面

畳の吸着機能

畳の弾力性

畳の吸音性

畳の吸放湿性

畳部屋で勉強すると……「学習効果」の研究

計算問題231問を30分で解答した結果

有効回答：中学1年生・小学5年生260名(男157名, 女103名)

畳の教室で解いた群

解答数 145.7問

正解率 90.4%

一般教室で解いた群

解答数 129.0問

正解率 88.5%

伸び率(一般教室の結果を100として)

解答数 114.4%

正解率 102.7%

畳教室で解答するほうが、解答数が約14.4%増加。
正解率は有意差なし。


集中力持続効果