

分布：全国

## ジュンサイ (スイレン科)

学名: *Brasenia schreberi*

### 蓴菜

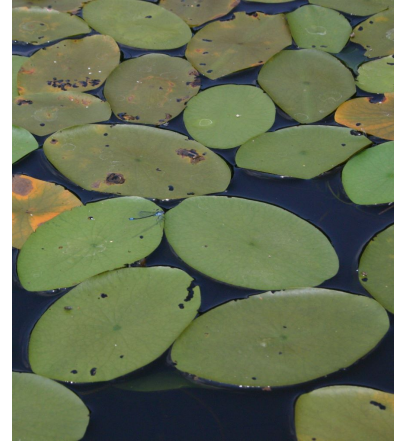
別名：ヌナワ(沼縄)、ぬなは、ネヌナワ(根沼縄)、みずどころ、馬蹄草

#### 主な生育場所

多量の腐植質を含み、水色が褐色を帯びるような腐食栄養または栄養塩が少ない貧栄養な湖沼やため池に生育。ときに中栄養な環境にも見られるが、富栄養下では生育しない。流水中にも生えない。

#### 特徴

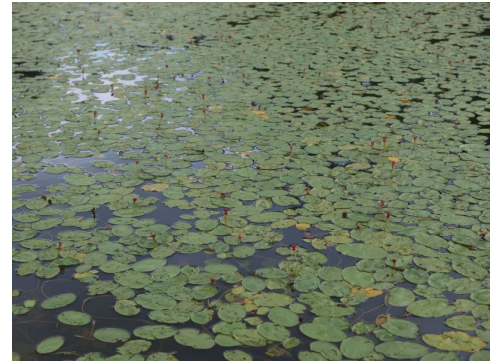
多年生の浮葉植物。やや堅い地下茎が地中を匍匐し、節から葉柄を伸ばしその先に盾状に長さ5~15cm、幅3~8cmの楕円形の葉をつける。葉裏は赤紫色。若芽や葉柄、葉の裏は透明な寒天質の粘液に覆われる。夏に葉脇から花柄を伸ばし、先に径約1.5cmの暗赤色の花を水面上に咲かす。果実は細長く、1~1.5cmほど。



名前の由来：漢名「蓴」の発音「チュン」がなまって「ジュン」となり、水菜なので菜をつけてジュンサイ。また別名は、茎が縄のように長くてぬめぬめすることから滑る(ぬめる)縄、略してヌナワ。

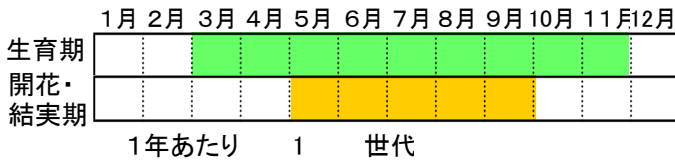
#### <農業との関係>

独特のぬめりを持つ若葉や茎は日本料理の食材として利用され、湖沼だけでなく水田や休耕地で栽培されることもある。とくに水温が低い東北地方の秋田県、青森県、山形県で生産量が多い。栽培は水田を掘り下げ60cmほどの水深を保ち、6~7月に苗を植え付け、3年目以降の6~8月に若芽を収穫する。なお、食害する害虫にはジュンサイハムシやトラフユスリカなどが知られている。



ジュンサイとヒツジグサが混生する池

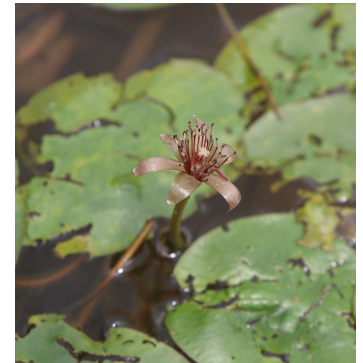
#### <生活史> 関東地方の例(目安)



<類似種> 湖沼で混生することもあるオヒルムシロやフトヒルムシロの浮葉は葉端から葉柄につながる。また、ジュンサイと同様に葉柄が盾状につくヒツジグサ(15年7月号で紹介)やマルバオモダガ、アサザなどの葉の基部は大きく切れ込んでいる。

#### <一言うんちく>

京言葉で「じゅんさいをお人やわあ」とは、どちらつかずでつかみどころがない人を遠回しに指す場合に使うようです。一方、ジュンサイは除草剤の影響を受けやすく、除草剤の含まれた用水が混入すると枯れてしまうため、水質のセンサーとしては、とてもはっきりした水草なのです。



淡い暗赤色の花被片6枚の花

#### <人との関わり合い>

若芽はガラクトマンナンを主成分とする寒天質に覆われ、独特の風味が食材として珍重されてきた。各地の産地では若菜の瓶詰めなどが販売されている。若菜は軽く水洗い後、湯に通し冷水で締め酢の物や、吸い物・味噌汁の具、天ぷらなどで楽しむ。また、乾燥した茎葉には解熱や利尿作用もある。浮葉や葉柄の生のしぼり汁は腫れ物にも効くとされ、各地で利用されてきた。しかし、池沼の開発や富栄養化などで各地で消え、現在26の都府県で絶滅危惧種に指定されているほど減少している。

#### <俳句や短歌への登場>

【季語：夏】

わがこころ ゆたにたゆたに 浮きぬはな 辺にも沖にも 寄りかつましじ(万葉集・作者未詳) ※ぬはな=ジュンサイ  
蓴菜や一鎌入る浪の隙 (広瀬惟然) 青田より水の高さや蓴(じゅんさい)沼 (高浜虚子)  
蓴菜を 掬へば水泥 掌にあまり 照り落つるなり また沼ふかく (北原白秋)