

屠蘇（とそ）

屠蘇（とそ）または、お屠蘇（おとそ）とは、一年間の邪気を払い長寿を願って正月に呑縁起物の酒であり風習である。

「屠蘇」とは、「蘇」という悪鬼を屠（ほふ）するという説や、悪鬼を屠り魂を蘇生させるという説など、僅かに異なる解釈がいくつかある。

数種の薬草を組み合わせた**屠蘇散**（とそさん）を赤酒・日本酒・みりんなどに浸して作る。



本日の生薬（屠蘇散）

- ★山椒（サンショウ）：冷えによる腹痛
- ★防風（ボウフウ）：発汗、解熱、皮膚疾患、
関節・神経痛、頭痛
- ★桂皮（ケイヒ）：手足の冷え、腹痛、下痢、
のぼせ（シナモン）
- ★桔梗（キキョウ）：止咳、去痰、排膿、咽頭痛
- ★丁香（チョウジ）：腹痛、嘔吐、下痢、吃逆
（クローブ）
- ★陳皮（チンピ）：健胃、去痰、理気、消化不良
- ★茴香（ウイキョウ）：健胃整腸、鎮痛
（フェンネル. 八角とは別もの）
- ★大棗（タイソウ）：食欲不振、下痢、不安、興奮、
血流改善
- ★乾姜（カンキョウ）：解熱・鎮痛、健胃、抗炎症

