



飲膳摘要

特 別
イ 4
3159
A22



14

3159

A22

ア

飲膳摘要抜萃

粟 痢ヲ止メ小便ヲ利ス

赤小豆 水ヲ利シ腫ヲ消ス

アサツキ 食ヲ消シ進ム

浅州海苔 脚氣ニヨシ

油アゲ 大小便ヲ利ス



粟餅、大腸ヲ利シ、骨ノ

ヒキツルヲ治ス

菽、虫ヲ殺ス

朝倉山椒、腹中ノ虫ヲ殺ス

アカエイ、男子ノ白濁膏淋

ヲ治ス

齒痛ニ酢

ニテ煎シ食

ミテヨシ

石決明、精ヲ増シ、目ヲ明ラ

カニシ、肝肺ノ熱ヲ清クス

青鷺、汗ヲ止メ、尿ヲ利ス

芋、魚ト共ニ煮、食ハバ、虚ヲ

補ヒ、人ヲ肥エシム

イタドリ、尿ヲ利ス

瘰癧ニ里

芋ヲカミシ

ニ夜ツケス

ケテヨシ

覆盆子下
ツクリイキゴ
渴ヲ止ム

岩タケ、目ヲ明カニシ腎ヲ益ス
苺、肺氣虚寒ヲ治ス
岩魚、人ヲ肥健ナラシム
烏賊、氣ヲ益シ志ヲ強クス
ク塩辛、腎ヲ養フ、婦人
帯下ヲ治シ小便ヲ通ズ

イナゴ(火蟻)
矢ノ根肉ニ入リ
タニスリツグシ
附テヨシ

イリコ(海參)精ヲ益シ咳
ヲ止メ熱ヲサマス、勞咳虚
勞ヲ治ス
伊勢海老、腹中ノ蛇虫鶴毒
ヲ治シ頭痛癰風瘡ヲ治ス
ウド(土当帰)風ヲ除キ血ヲ和ス

ウ

禁忌、瓜
ボケ梅等ノ
酸キモノ、蕎麥
餅等

病死セル牛
ハ毒アリ

ウナギ、虚損ヲ補ヒ氣力
ヲ益シ五疳ノ虫ヲ殺シ勞咳
ヲ治ス

ウニ(海膽醬)脾胃ヲ補フ
兔、氣力ヲ益シ熱ヲサマス
牛脾胃ヲ養ヒ氣力ヲ益

梅痰ヲ除キ、渴ヲ止ム

工

シ腰脚ヲ温ム

エンドウ(豌豆)尿ヲ利シ乳
汁ヲ下ス

エンス(燕窩菜)胃ヲ益ス
痢病ニ効アリ、

エビツルノ虫、淋ヲ通シ尿ヲ

禁忌録
青ニ合ヒハ
大毒ナリ

才

利シ小兒五疳ヲ治ス

エビ(鰕)品類多シ

エイ(海鵠魚)尿ヲ通ズ

鬼蓮ノ實、精氣ヲ益シ渴
ヲ止メ腎ヲ益ス

カ

膈オク臑ノ、腎ヲ益シ虚勞
ヲ治ス

カラス(芥)痰・喉痺ヲ治
ス

カブラ(蕪)人ヲ健ニス

カハヂサ、咽喉腫痛ヲ治ス

又黃疸ヲ發ス

又タムシヲ治ス

カボチヤ(トウナス) 多人良ス

レバ氣ヲ塞キ脚氣ヲ發ス

カ、イモ(薩摩芋) 虛心カ

精氣ヲ益シ血ヲ止メ毒虫

ノサシタルヲ治ス

カモウリ(冬瓜) 腹水脹ラ

トウクシ

除キ大小便ヲ利シ渴ヲ

止メ、黒燒キニシテ用セハ口

中ノ諸病ヲ治ス

カンピヤウ、熱ヲ消シ水ヲ利ス

カヤノ實、五痔・寸白虫・

禁忌ゾトウ

トウト共食
スベカラス
味増汁ヲ用
ヒテヨシ

トウト共食
スベカラス

疾ヲ治ス、老人尿頻數ニ効アリ
枳、渴ヲ止メ、胃熱ヲ去リ
酒毒ヲ解ス
川蝦、陽ヲ盛ニシ乳汁ヲ
下ス
鎌人君蝦、血ヲ動ス產后ノ

如鼻
ニ名ニ流
枳附ヲヨシ

トウト共食
スベカラス

味増汁ヲ用
ヒテヨシ

人食スベカラス

カキ(牡蛎) 虚損ヲ補イ
顔色ヲ美クシ肌ヲ細ヤ
カニス、酒后ノ渴ヲ止ム
鴨、水腫ヲ治シ氣ヲ益シ
腹炎・悪瘡ノ久シキヲ治ス

陰囊腫
カキカ
テノホカ
テ附クベシ
又蜂ノサシ
タ名ニモヨシ

鶴 腎ヲ補ヒ胃ヲ益シ
 筋骨ヲ強クシ麻痺ヲ治ス
 烏、勞力瘦ヲ治シ咳嗽ヲ
 止ム、炙リ食フテ効アリ
 川烏、膈噎小兒ノ五疳ヲ治ス
 川獺、骨蒸熱勞血脈

キ

行サルヲ治ス
 カモシカ(山羊)内ヲ温メ血
 ヲ益ス
菊 目ヲ明カニス
菊 酒 目ヲ明カニシ頭風
 ヲ治ス

耳中痛
 ムニ花葉共
 三煎シ其
 汁ヲ耳ニ
 レテヨシ

禁忌、甘諸

キウリ (胡瓜) 小便不利ノ
人食シテ善シ

火燒ニ其
水附ケテヨ

京菜 目ヲ明ラカニス

キクラゲ、五藏ヲ利シ氣
ヲ益シ身ヲ輕クシ五痔ヲ治ス
金柑、渴ヲ止、醒ヲ解ク

ト同食スベカ

ス大毒ナリ

禁ト長ウナ

ギト同食ス

ガカス

銀杏、生食スレバ痰ヲ降シ

虫ヲ殺ス

犬ニカマレタ
ハツアシテ
附ケテヨシ

ギギ (黄頰魚) 水腫ノ人

食スレバ尿ヲ利ス

キス、胃ヲ開キ食ヲ進ム

キジ (雉) 痢ヲ止ム

春夏毒アリ

木ツ、キ(啄木鳥) 虫喰

ヒ毒ヲ治ス

黒大豆、水腫ヲ治シ瘀血

ヲ下シ五藏ノ結積ヲ散

ズ百薬ノ毒ヲ解ス

葛粉、渴ヲ止メ大小便ヲ

巴豆毒
ニ煎シテ
ムベシ

利シ酒毒ヲ解ス

クワ井(慈姑) 石淋ヲ治シ

毒后ノ瘀血ヲ治メ氣ノ

上リシ名ヲ治ス

名クワ井(烏芋) 心下ノ

痞ヲ消ス

黒ゴマ、耳自ラ明カニシ
 氣カラ益シ筋骨ヲ強クス
 萱草^{サクシ}、尿ヲ利シ酒疸
 ヲ除キ血病ヲ治ス
 枸杞、目ヲ明カニシ渴ヲ
 止メ髮ヲ黒カラセム

禁忌酒

クウリン、痰ヲ去リ痢ヲ止ム
 粟、氣ヲ下シ痢ヲ止ム
 元^シ (胡桃) 肥健ナラシ
 メ肌ヲ潤シ髮ヲ黒クス
 桑椹^{クハイクゴ}、水氣ヲ
 利シ腫ヲ消ス

馬ニカシ
 シカニシ
 シカニシ

桑酒 五藏ヲ補ヒ耳目
ヲ明カニシ水腫ヲ治ス
クミ、水瀉ヲ治ス
鯨 腎ヲ補ヒ脾胃ヲ
調ヘ腸ヲ厚クス
車蝦 小便ヲ利シ諸淋ヲ治ス

ケ

熊 虚立瀰ヲ補ヒ風痺筋
骨不仁ヲ治ス
ケシ 罌粟 痢ヲ止メ燥
ヲ潤ホス多食スレハ膀胱
ノ氣ヲ動カス
ケンホナシ 枳椇 渴ヲ止メ

コ
鞠、痔ヲ消
シ、胃ヲ開ク

大小便ヲ利シ酒毒ヲ解ス
ケリ(鳥)膈噎ヲ治ス、

黒焼ニシテ用ユ

午、莖、脚氣中風咳嗽
疝氣積聚ヲ治シ五藏
ノ悪氣ヲ去リ手足ノ不

香、算、シ
イタケナリ

健ヲ治シ經脈ヲ通ズ

小麥、尿ヲ利シ躁熱ヲ除ク

胡麻ノ油大小便ヲ利シ

熱毒食毒虫毒ヲ解ス

コビル(小蒜)穀ヲ消シ

胃ヲ握之中ヲ温メ氣ヲ下ス

林忌胡椒
小豆ト同食

コニヤク 消渴ヲ治シ水道

ヲ通利シ咳嗽ヲ治ス

昆布 水腫ヲ治シ結積

ヲ破リ癭瘤口中諸

病ヲ治ス

鯉 尿ヲ通ジ水腫ヲ治ス

スベカラズ、
大毒ナリ

又渴ヲ止メ喘息咳逆上氣
ヲ治ス

ゴリ (石伏魚) 尿ヲ利ス

コチ (牛尾魚) 胃ヲ開キ

食ヲ進ム

サ 林忌金 薩芋 氣力ヲ益ス、虚

柑・慾胆下
食スルカラス
大毒ナリ
禁忌 豪華
ト同食スベカ
ラズ大毒ナリ

之ヲ補ニ大便ヲ利ス

砂糖、目ヲ明カニシ心肺ヲ

潤シ吐血ヲ治ス

サウソウシ(索麩)五藏ヲ

利シ蛇虫ヲ殺ス

ザク白、禁口痢ヲ治ス

犬ニカシシ
ニ黒砂糖
シリ付ケテヨ

サケ(鮭魚)中ヲ温メ氣ヲ

壯ニス、多食スレバ痰ヲ發

ス

サビヒ、目ヲ明カニシ渴ヲ

止メ水ヲ利ス

鷺、脾胃ヲ補ヒ瘦ヲ愈ス

シ 塩 足ク多ク
ニ生塩 足ク白
ヲニモニ附ケラ
食傷カニ塩
ヲイリ、熱湯
ニホタケノムベ
シ

紫蘇、冷氣ヲ補ク、魚蟹
ノ毒ヲ解ス

白胡椒、血脉ヲ通シ、肌肉
ヲ潤ス

白瓜、尿ヲ利シ、酒毒ヲ解ス
シ、キク、痰ヲ消シ、腸胃

ヲ補フ

椎茸、氣ヲ益シ、松魚
ノ毒ヲ解ス

焼酒、氣ヲ益シ、内ヲ補シ
痰ヲ消シ、虫ヲ殺シ、尿ヲ
利シ、大便ヲ堅リク

蜺、尿ヲ利シ目ヲ明カニ熱
ヲ去ル又盜汗ヲ去ル、黄
胆ヲ治ス、多食ハ消ス
シトト(目白類)陰囊
腫ニ黒焼ニシテ淫リ効アリ
鹿、氣カヲ益ス

西瓜、渴ヲ止メ喉癢口瘡ヲ
治ス
スイキ、瀉ヲ止メ、妊娠心
煩胎動ニ宜シ
スギナ(問荊)小兒ノ小瘡
ヲ治ス

○餅団子等
咽ニツカエタルニ
酢ヲ鼻中ニシ
ソグベシ

禁忌 莧
猪、兔、鴈
芥子

醋 婦人心痛ヲ治シ一切ノ

魚 毒ヲ消ス

李 勞熱ヲササス

スツホ 氣ヲ益シ血熱ヲ

去ル、痲疾ニ食シテヨシ

鱸 水氣ヲ治シ筋骨ヲ養

雷ニテ氣
化ニタルニ
鼻ノ穴ニ吹
キ込ムベシ

痲疾血マ
ジリタルニ
甲ヲ酢ニ
浸シテアグリ
ホトトシシ
夜半酒ニ
解ホト用ユ

禁忌 李

シ五藏ヲ補フ

スルメ、腎ヲ滋シ、河豚ノ

毒ヲ解ス、又月経ヲ通シ

乳汁ヲ出ダス

雀 小便ヲ遠クシ陽ヲ壯シ

シ腰膝ヲ暖ム

セ禁忌
高陸

芥、精ヲ養ヒ氣ヲ益シ腸

ヲ利ス

セウガ、痰ヲ去リ胃ヲ開

魚、葷ノ毒ヲ解ス

ゼンマイ、大小腸ヲ利シ浮

腫ヲ去ル

ソ禁忌

クニ、西瓜

ヤモ、ウチ

ギ、解、粗

ト、同食大

夕毒

禁忌地黄

何首烏

蕎麥、腸胃ヲ実シ氣力

ヲ益ス

替豆、臟腑特ニ胃ヲ快ク

クイコン(菜菔)痰ヲ化ス、

産前産後、金瘡、癩、疥

打身ニ其ノ
粉ヲ酒ニ
トキ附クニ

カマイタチ
ニ絞リ汁
ニテ洗フ

○餅團子等
烟ニツカエタルニ
大根ノ絞リ汁
鼻中ニ吹込
ベシ

毒ノ久ク牙口ニ大根ヲ食フ

ベカラス

クシホ、婦人乳癰水腫ヲ

治シ食毒ヲ解ス

竹ノ子胸ヲスカシ、痰ヲ

消シ小便ヲ通ジ脚氣ヲ治ス

烟ニツカ
エタル其ノ
絞リ汁々々
スシ

タクアシ、一切ノ食毒湯水

ノ汚身ヲ解ス

ダイ、積ヲ消シ虫ヲ殺ス

タイ(棘鬣鼠氣)ノ氣血ヲ益

シ肥健ナラシム

タラ(大口魚)尿ヲ通利シ

林山忌、ソバ、
カラシ
(田螺)小便
通ゼサカニツキ
サマシカシ塩ヲ
拌ヘソム入ベシ
金トマシ

氣ヲ益ス

夕コ、血ヲ養ヒ氣ヲ益ス

夕ニシ、大小便ヲ利シ熱ヲ

サマシ、渴ヲ止メ酒毒ヲ解ス

夕マゴ(雞卵)心ヲ治メ五臟

ヲ安シ驚ヲ止メ胎ヲ安シ

ヤケドニ
其ノ白ミ
附ケテ白シ

禁忌、ソバ
ト同食大毒
ナリ

妊娠天行熱疾男子陰囊
濕痒久食シテ益アリ
狸、氣ヲ益シ痔及ヒ鼠癧
ヲ治ス

チマキ(稷)乾嘔頭痛ヲ治ス
茶、多飲スレバ痰ヲ集ム

ツ

ホシ柳下血ヲ
治シ宿血ヲ消
ス

ツケ瓜

ツケ瓜 尿ヲ利シ氣

ヲ下ス

ツルシ柳

ツルシ柳 痰ヲ消シ渴ヲ止

心肺ヲ潤シ咳嗽ヲ止ム

鶴

味増汁ニ入レ食スレバ五

痔脱肛及ヒ水腫下血ヲ

トテ

冬瓜トウクハ
ンカモ瓜ニ
出ツ

治ス甚効アリ

朝鮮胡桃

大儻ヲ通ズ

豆腐

酒毒ヲ解ス

番椒

疝氣ヲ治シ宿食

ヲ消シ虫ヲ殺シ西瓜ノ毒

ヲ解ス

ワラジク
イニ焼キ
糊ニマゼ
紙ニ付
クベシ

禁忌、泥鱈
ト同ク食ス
カラス

トウモロコシ 腸胃ヲ潤シ

雀糞 瀉ス、水腫ヲ治ス

トコロ 筋骨ヲ堅シ精ヲ

益シ目ヲ明カニス

飛魚 難産ノ人 黒焼末ト

ナシ酒ニテ用テハ安産ス

禁忌トコロ

泥鱈 中ヲ暖メ氣ヲ益ス

茄 空熱勞瘵ヲ治ス痛ク

ヲ止ム血ヲ散ス

大豆 肝ヲ利シ目ヲ明カニス

納豆 氣ヲ益ス

大豆 嘔ヲ止メ腎ヲ益ス

薑ノ痛ニ
ニ香物
黒焼細
未シマレ
ベシ

ヤマノイモ(山芋) 同断

カクイモ(薯蕷) 虚勞ヲ治ス

空熱邪氣ヲ除ク

滑車

ナツク 五痔瘻膈ヲ治ス

梨 大小便ヲ利シ熱ヲ去リ

渴ヲ止メ痰ヲ潤キ酒毒ヲ解ス

痰咳年久シキニ飯上ニテカクイモ白粉ヲ用ニケテ毎朝用

二

禁忌(蜜) 尚食(大毒)

ナマツ 尿ヲ利シ乳汁ヲ通ス

ナマコ 髪ヲ黒クス

ニシニク(葫) 風邪ヲ去リ瘡

癬ヲ治ス久ク食スレハ目ヲ

損ス

ニラ(韭) 虚ヲ補ヒ腰ヲ温ム

ナマコ 寸白出ニ味ソニ包ミ燒キ毎日五羊食フベシ
犬ニ膝ヲレ
飲ミテヨシ

禁忌 葱 芥 李 餅 米 蓋 粥 雞 湯 入レ 洗 入レ

ニンジン、胸膈腸胃ヲ利ス
ニンジン、氣力ヲ益ス
ニナ、目ヲ明カニシ水ヲ下ス
鶏、肝肺腎ヲ補ヒ脾胃
ヲ調フ
又カニンソ、胃ヲ開キ食ヲ進ム

筋ヲ切り血止ラザルニ其ノ白根アリアツキ所ヲ附クベシ

ネギ 邪熱ヲ殺散シ浮腫ヲ治ス大小便ヲ利シ一切ノ魚肉ノ毒ヲ解ス
ノビル(山蒜)脾胃ヲ暖メ腎ヲ助ケ、小兒ノ舌苔ヲ治ス
海苔、痔ヲ治シ蟲ヲ殺ス

目ノ痛ミニ白根ツキタツラカシ熱湯ニ入レ洗フベシ

咽喉ニ針ノタタルニ白根煎シノムベシ
耳ニ蠅入リタルニ絞リ汁入レテヨシ

ハタケゼリ、大山腸ヲ利シ

黄疽帶下ヲ治ス

ハハキギ(地膚)痢病ヲ治ス

尿ヲ利シ麻疾ヲ治ス

ハニバミ、氣力ヲ益シ腸胃

ヲ実ス

ハモ、皮膚悪瘡痔瘻ヲ

治ス

ハマクリ、尿ヲ通シ渴ヲ止

メ痔、悪瘡ヲ治ス

鳩、悪瘡疥癬風瘡ヲ

治ス

ヒ
カレイニ回シ
禁忌半
夏ソバ
葛蒲

枇杷 渴ヲ止メ氣ヲ下ス
ヒラメ 虚ヲ補ヒ氣カラ益ス
羊 氣ヲ益シ心ヲ安シジ驚
キラ止ム
フキ 款冬 痰ヲ消シ目ヲ
明カニシ心肺ヲ潤ス

へ
禁忌、夢
刊冬

フ (麩筋) 熱ヲ解シ瀉ヲ
止ソ勞熱ヲ解ス
葡萄 尿ヲ利シ渴ヲ止ム
フナ (鰯) 下痢ヲ止ム
へ子 腫ヲ消シ痰ヲ化ス

又食ヲ進
氣咬レシ
ニ研リツゲ
シテ附クニ

ホヤ(石勃率)尿ヲ通ジ婦
 人ノ帶下ヲ治ス
 マツ瓜 渴ヲ止ム多食良スレバ
 目ヲ損ジ瘡ヲ生ズ
 松茸 小便濁ルヲ治ス又產
 後見枕痛ニヨシ

マヒタケ 痔疾ヲ治ス
 マス(鱒) 氣ヲ壯ニ寸白虫ヲ
 治ス多食ハ瘡ヲ發ス
 水飴 肺ヲ潤ヒ咳ヲ止ム
 蜜柑 暑渴ヲ止ム尿ヲ通ズ
 ムカゴ(零餘子) 虚ヲ補ヒ

ノ モ ヤ 禁忌

腰脚ヲ強ク之腎ヲ益ス

ムベ、渴ヲ止メ目ヲ明カニス

ノウカ、目ヲ明カニシ瘴ヲ治シ

邪氣ヲ拂フ

桃、多食ハ癰瘡ヲ生ズ

ヤマモ、楊梅(吐吐ヲ止メ塩

早舌タ、
レクルニ其ノ
根スリツテ
ニ酢ニ附
クニ

イリマメ

藏ノモノハ痰ヲ去リ食ヲ消ス

柳ノ虫、小兒ノ疳疾ヲ治ス

ヤガラ、膈噎ニ効アリ

八目ウチギ、鳥目ヲ治ス

山鳩、虚損ヲ補ヒ血ヲ活ス

百合根、大小便ヲ利シ痰ヲ

エ

ヨ

三月ニ生ニ

解ス

ユ(柚)食ラ消シ酒毒ヲ解ス

ヨモギ(艾)吐血下利婦人ノ

漏血ヲ止ム

ヨメナ、毒虫ノサシタルヲ治ス

ラツキヤウ(蕪)胸痺ヲ治シ

テ食ラズベカキ

リズ、疾ヲ消シ氣ヲ下ス

龍眼肉、虚ヲ補ヒ志ヲ安シ

蓮根、胃ヲ開キ食ヲ消シ

酒毒ヲ解ス、五藏ヲ補フ

産后ニ宜シ

シヤクリ止
マカルニ蓮
実黒ヤキ
白根ニテノ
ムビシ

ワ
多食スル旨
ヲ損ス

ワラビ(蕨)脱肛ヲ治ス

ワサビ、生根ヲスリ齒ノ痛ミ

ニ附クニバ即効アリ

ワカメ、水ヲ利シ酒毒ヲ解ス

ワケギ(冬葱)ハヲ温ム

三二九、二七

三二九、二七

