

スタミナ回復

第一の効果

アロエベラの葉	0.1
イチゴ	0.1
ウイキョウの種子	0.1
オレンジ	0.2
カットチーズ	0.2
カボチャ	5
クロイチゴ	0.1
コメ	0.2
ジャガイモ	0.2
スイートケーキ	0.2
スイートロール	0.2
スイカ	5
タバコ	0.1
タマネギ	0.2
トウモロコシ	0.2
トマト	0.2
ナシ	0.2
ニンジン	0.2
ハム	1
パン	0.5
ブドウ	0.1
ホールチーズ	3
ラディッシュ	0.1
リーキ	0.1
リンゴ	0.2
レタス	0.5
ロクショウグサレキンモドキ	0.1
牛肉	1
小麦の実	0.2
小麦粉	0.2
*Alocasiaの果実	0.3
*Baliwogの足の薫製	1

第二の効果

Daedraの毒囊	0.2
-----------	-----

第三の効果

第四の効果

シャクヤクの種	0.1
スピッダルの枝	0.1
*Letifer Orcaの消化粘液	0.1

スタミナ減退

第一の効果

Dreughの蠟	1
ネズミの肉	0.5
モートの肉	2
骨粉	0.2
*黒いタール	0.1

第二の効果

ホテアオイの花蜜	0.1
ヤクモソウの茎	0.1
羊肉	2
*Letifer Orcaの消化粘液	0.1

第三の効果

ハナタネツケバナの葉	0.1
ロクショウグサレキンのかさ	0.1
蟹肉	1
鉄樹の実	0.1

第四の効果

アルカンナの花	0.1
*Baliwogの足の薫製	1

スタミナ上昇

第一の効果

ニガヨモギの葉	0.1
*灰状の遺残物	0.8

第二の効果

--	--

第三の効果

小麦粉	0.2
*Worm's Headのかさ	0.2

第四の効果

--	--

スタミナ低下

第一の効果

*未精製のGreenmote	0.1
----------------	-----

第二の効果

ニルンルート	0.2
--------	-----

第三の効果

--	--

第四の効果

--	--

ダメージ反射

第一の効果

--	--

第二の効果

--	--

第三の効果

スキャンブの皮	1
ロクショウグサレキンモドキ	0.1

第四の効果

Daedraの毒囊	0.2
イチゴ	0.1
小麦粉	0.2

マジカ回復

第一の効果

イッポンシメジのかさ	0.1
カンムリタケのかさ	0.1
リコー	0.1
亜麻の種	0.1
虚無の塩	0.4
*Purgeblood Salt	0.4
*Blister Podのカサ	0.1
*Elytraの胆汁	0.1
*Withering Moon	0.1

第二の効果

スッポンタケのカサ	0.1
-----------	-----

第三の効果

ホテアオイの花蜜	0.1
炎の塩鉱石	0.1
*Thorn Hook	0.1
*凝縮した腐敗物	0.1

第四の効果

Painted Trollの脂肪	2
クロイチゴ	0.1
*軸様の菌	0.1

マジカ減退

第一の効果

スキャンブの皮	1
*Grummiteの卵	0.5
*Hungerの舌	0.1

第二の効果

スピッドルの枝	0.1
ハラータ	0.1
小麦の実	0.2

第三の効果

アロエベラの葉	0.1
ウイキョウの種子	0.1
タバコ	0.1
デイドラの心臓	2
ネズミの肉	0.5
ハム	1
ベルガモットの種	0.1
*Letifer Orcaの消化粘液	0.1
*骨の破片	0.3
*骨髓	0.1

第四の効果

アサガオの根	0.1
ツリガネタケのかさ	0.1
ニガヨモギの葉	0.1
ハイイロシメジ	0.1
羊肉	2
*Alocasiaの果実	0.3

マジカ上昇

第一の効果

Painted Trollの脂肪	2
------------------	---

第二の効果

イチョウの葉	0.1
*Blister Podのカサ	0.1
*Watche's Eye	0.2

第三の効果

エクトプラズム	0.2
オダマキの根	0.1
虚無の塩	0.4
*Purgeblood Salt	0.4

第四の効果

チョウセンニンジン	0.1
ベラドンナ	0.1
ホテアオイの花蜜	0.1
*Red Kelpの気囊	0.1

マジカ低下

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

*未精製のGreenmote	0.1
----------------	-----

暗視

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

デイドロスの歯	0.5
---------	-----

Daedraの絹	0.5
----------	-----

ハゴロモグサの葉	0.1
----------	-----

骨粉	0.2
----	-----

シベナガムラサキの葉	0.1
------------	-----

*Blister Podのカサ	0.1
-----------------	-----

ニンジン	0.2
------	-----

*Worm's Headのかさ	0.2
-----------------	-----

炎ダメージ

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

炎の塩鉱石	0.1
-------	-----

イッポンシメジのかさ	0.1
------------	-----

スピッダルの枝	0.1
---------	-----

インプの胆嚢	0.2
--------	-----

*Flame Stalk	0.1
--------------	-----

*凝縮した腐敗物	0.1
----------	-----

炎の盾

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

カッチーズ	0.2
-------	-----

リュウノシタ	0.1
--------	-----

レタス	0.5
-----	-----

炎の塩鉱石	0.1
-------	-----

*Gnarlの樹皮	0.1
-----------	-----

蟹肉	1
----	---

*Water Root Podの種子	1
--------------------	---

炎耐性アップ

第一の効果	第二の効果	第三の効果	第四の効果
リュウノシタ 0.1	カットチーズ 0.2	精製した氷の塩鉱石 0.1	
	ハナタネツケバナの葉 0.1		
	骨粉 0.2		
	鉄樹の実 0.1		
	氷の塩鉱石 0.1		
	*Water Root Podの種子 1		

炎耐性ダウン

第一の効果	第二の効果	第三の効果	第四の効果
			*灰状の遺残物 0.8

解呪

第一の効果	第二の効果	第三の効果	第四の効果
	エクトプラズム 0.2	ブドウ 0.1	シェパーズパイ 1
	ベルガモットの種 0.1	羊肉 2	タバコ 0.1
	*Aster Bloomの芯 0.1		ハスの種 0.1
	*Grummiteの卵 0.5		牛肉 1
	*Hungerの舌 0.1		虚無の塩 0.4
			*Purgeblood Salt 0.4

解毒

第一の効果	第二の効果	第三の効果	第四の効果
*Hound Tooth 0.1	イチゴ 0.1	オトギリソウの花蜜 0.1	
	チョウセンニンジン 0.1		
	ベニバナソウの花 0.1		

回復 運

第一の効果	第二の効果	第三の効果	第四の効果
Taproot 0.3	レタス 0.5	キツネノテブクロの花蜜 0.1	
アミヒラタケのかさ 0.1			
ロクショウグサレキンのかさ0.1			
*Worm's Headのかさ 0.2			

回復 気力

第一の効果	第二の効果	第三の効果	第四の効果
サクラソウの葉 0.1			
ツリガネタケのかさ 0.1			
ミノタウロスの角 5			
*Screaming Maw 0.1			
*骨の破片 0.3			

回復 持久力

第一の効果	第二の効果	第三の効果	第四の効果
オニユリの花蜜 0.1			
シュタケの黄色いかさ 0.1			
蟹肉 1			
*Gnarlの樹皮 0.1			
*Hydnum Azureの巨大胞子0.1			

回復 速度

第一の効果	第二の効果	第三の効果	第四の効果
イチヨウの葉 0.1			
ソムナリウスの葉 0.1			
発光する塵 0.1			
*Red Kelpの気囊 0.1			

回復 知力

第一の効果

アルカンナの花	0.1
ハイイロシメジ	0.1
ハナタネツケバナの葉	0.1
鉄樹の実	0.1
*Watche's Eye	0.2
*Wisp Core	0.1

第二の効果

トウモロコシ	0.2
--------	-----

第三の効果

第四の効果

回復 敏捷性

第一の効果

アロールート	0.1
シュタケの赤いかさ	0.1
ドクベニタケのかさ	0.1
ベニテングタケのかさ	0.1
ヤマドリタケモドキ	0.1
*Aster Bloomの芯	0.1

第二の効果

第三の効果

第四の効果

回復 魅力

第一の効果

オダマキの根	0.1
ラベンダーの茎	0.1
*Swamp Tentacle	0.2

第二の効果

サクラソウの葉	0.1
---------	-----

第三の効果

第四の効果

回復 腕力

第一の効果

シャクヤクの種	0.1
シロサヤマメ	0.1
トリカブトの根	0.1
*凝縮した腐敗物	0.1
*軸様の菌	0.1

第二の効果

第三の効果

第四の効果

軽量化

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

スイートケーキ	0.2
亜麻の種	0.1
鹿肉	2
*Baliwogの足の薫製	1

ハスの種	0.1
------	-----

ソムナリウスの葉	0.1
ハゴロモグサの葉	0.1

減退 運

第一の効果

チョウセンニンジン	0.1
ホテイアオイの花蜜	0.1

第二の効果

アロールート	0.1
モートの肉	2
リンゴ	0.2
*Thorn Hook	0.1
*灰状の遺残物	0.8

第三の効果

イチョウの葉	0.1
ベラドンナ	0.1
ホールチーズ	3

第四の効果

ハム	1
ラベンダーの茎	0.1
*骨の破片	0.3

減退 気力

第一の効果

ベニチャワンタケのかさ	0.1
鱗	0.1

第二の効果

アサガオの根	0.1
シラガタケのカサ	0.1
木の根のパルプ	0.1

第三の効果

トロールの脂肪	2
---------	---

第四の効果

オニユリの花蜜	0.1
---------	-----

減退 持久力

第一の効果

第二の効果

Taproot	0.3
ソムナリウスの葉	0.1
ハゴロモグサの葉	0.1
ラディッシュ	0.1

第三の効果

ハイイロシメジ	0.1
---------	-----

第四の効果

Daedraの絹	0.5
カンムリタケのかさ	0.1
シュタケの赤いかさ	0.1
ドクベニタケのかさ	0.1
ニンジン	0.2
ヤマドリタケモドキ	0.1

減退 速度

第一の効果

第二の効果

イノシシの肉	2
ナシ	0.2
ロクショウグサレキンモドキ	0.1
*黒いタール	0.1

第三の効果

アミヒラタケのかさ	0.1
シャクヤクの種	0.1

第四の効果

減退 知力

第一の効果

オーガの歯	3
-------	---

第二の効果

ウイキョウの種子	0.1
セキトウダケのカサ	0.1
トリカブトの根	0.1

第三の効果

シラガタケのカサ	0.1
----------	-----

第四の効果

ベニチャワンタケのかさ	0.1
木の根のバルブ	0.1

減退 敏捷性

第一の効果

トロールの脂肪	2
---------	---

第二の効果

カボチャ	5
ニンニク	0

第三の効果

シジーラのポテトパン	0.5
トウモロコシ	0.2
パン	0.5
マンドレイクの根	0.1

第四の効果

カットチーズ	0.2
コメ	0.2

減退 魅力

第一の効果

第二の効果

小麦粉	0.2
-----	-----

第三の効果

カボチャ	5
カンムリタケのかさ	0.1
シュタケの黄色いかさ	0.1
シュタケの赤いかさ	0.1
スイートロール	0.2
ドクベニタケのかさ	0.1
ヤマドリタケモドキ	0.1
リーキ	0.1

第四の効果

レタス	0.5
小麦の実	0.2

減退 腕力

第一の効果

第二の効果

オニユリの花蜜	0.1
---------	-----

第三の効果

第四の効果

サクラソウの葉	0.1
シジーラのポテトパン	0.5
パン	0.5
リーキ	0.1

疾病耐性アップ

第一の効果

ニンニク	0
ベルガモットの種	0.1

第二の効果

クランフィアのツメ	2
スイートロール	0.2
ツリガネタケのかさ	0.1
吸血鬼の遺灰	0.2

第三の効果

第四の効果

キツネノテブクロの花蜜	0.1
-------------	-----

疾病退散

第一の効果

克蘭フィアのツメ	2
シェパーズパイ	1
マンドレイクの根	0.1
木の根のパルプ	0.1

第二の効果

ベニチャワンタケのかさ	0.1
-------------	-----

第三の効果

*Red Kelpの気囊	0.1
*Withering Moon	0.1

第四の効果

呪文反射

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

発光する塵	0.1
-------	-----

シュタケの黄色いかさ	0.1
*Watche's Eye	0.2
*Withering Moon	0.1

上昇 運

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

ロクショウグサレキンのかさ	0.1
---------------	-----

サクラソウの葉	0.1
骨粉	0.2

上昇 気力

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

ラベンダーの茎	0.1
---------	-----

リンゴ	0.2
-----	-----

ホールチーズ	3
マンドレイクの根	0.1

上昇 持久力

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

シュタケの黄色いかさ	0.1
------------	-----

クロイチゴ	0.1
-------	-----

*Void Essence	0.1
---------------	-----

トリカブトの根	0.1
---------	-----

ミノタウロスの角	5
----------	---

上昇 速度

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

ナシ	0.2
----	-----

シラガタケのカサ	0.1
----------	-----

上昇 知力

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

ハイイロシメジ	0.1
---------	-----

ニンジン	0.2
------	-----

上昇 敏捷性

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

リーキ	0.1
-----	-----

シェパーズパイ	1
---------	---

牛肉	1
----	---

上昇 魅力

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

インブの胆嚢	0.2
--------	-----

トロールの脂肪	2
---------	---

上昇 腕力

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

アロールート	0.1	オーガの歯	3
ベニチャワンタケのかさ	0.1	ニンニク	0
木の根のパルプ	0.1		
*Void Essence	0.1		

水上歩行

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

ブドウ	0.1	オニユリの花蜜	0.1	鱗	0.1
*軸様の菌	0.1	スッポンタケのカサ	0.1		
		*Swamp Tentacle	0.2		

水中呼吸

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

*Scalonのヒレ	0.1	シロサヤマメ	0.1	Dreughの蛾	1	*Water Root Podの種子	1
		タマネギ	0.2				
		鱗	0.1				
		*Red Kelpの気嚢	0.1				
		*Swamp Tentacle	0.2				

生命探知

第一の効果	第二の効果	第三の効果	第四の効果
シジーラのポテトパン 0.5	オレンジ 0.2	タマネギ 0.2	カボチャ 5
	トマト 0.2		
	ネズミの肉 0.5		
	パン 0.5		
	*Hound Tooth 0.1		
	*Hydnum Azureの巨大胞子 0.1		
	*Screaming Maw 0.1		

体力回復

第一の効果	第二の効果	第三の効果	第四の効果
アンブロシア 0.1	Painted Trollの脂肪 2	スイートケーキ 0.2	ロクショウグサレキンのかさ0.1
イノシシの肉 2	アロエベラの葉 0.1	ベニテングタケのかさ 0.1	*Screaming Maw 0.1
セキトウダケのカサ 0.1	シジーラのポテトパン 0.5	ラベンダーの茎 0.1	
デイドラの心臓 2	ハム 1	リュウノシタ 0.1	
ハゴロモグサの葉 0.1		*Alocasiaの果実 0.3	
ヨモギの種 0.1		*Baliwogの足の薫製 1	
鹿肉 2			
*Flame Stalk 0.1			
*Void Essence 0.1			
*Water Root Podの種子 1			

体力減退

第一の効果		第二の効果		第三の効果		第四の効果	
シラガタケのカサ	0.1	オトギリソウの花蜜	0.1	Daedraの毒囊	0.2	Dreughの蠟	1
スッポントケのカサ	0.1	シャクヤクの種	0.1	イチゴ	0.1	エクトプラズム	0.2
スピッドルの枝	0.1	ハスの種	0.1	インプの胆嚢	0.2	クランフィアのツメ	2
ハラータ	0.1	リュウノシタ	0.1	ニガヨモギの葉	0.1	スイカ	5
ベラドンナ	0.1	虚無の塩	0.4	ベニバナソウの花	0.1	スキャンプの皮	1
*Letifer Orcaの消化粘液	0.1	*Purgeblood Salt	0.4	鹿肉	2	タマネギ	0.2
*Thorn Hook	0.1	*Rot Scale	0.1	鱗	0.1	トロールの脂肪	2
*骨髓	0.1	*Scalonのヒレ	0.1	*黒いタール	0.1	ナシ	0.2
						ブドウ	0.1
						リンゴ	0.2
						ロクショウグサレキンモドキ	0.1
						亜麻の種	0.1
						発光する塵	0.1
						*Gnarlの樹皮	0.1
						*凝縮した腐敗物	0.1

体力上昇

第一の効果		第二の効果		第三の効果		第四の効果	
羊肉	2	*Void Essence	0.1	Painted Trollの脂肪	2	スイートロール	0.2
				イノシシの肉	2	ハナタネツケバナの葉	0.1
				ソムナリウスの葉	0.1	ブラッドグラス	0.1
				モートの肉	2	鉄樹の実	0.1
				小麦の実	0.2	*Swamp Tentacle	0.2
				*Hydnum Azureの巨大胞子	0.1	*Thorn Hook	0.1
				*軸様の菌	0.1		

体力低下

第一の効果		第二の効果		第三の効果		第四の効果	
ニルンルート	0.2	*未精製のGreenmote	0.1				

沈黙

第一の効果

吸血鬼の遺灰	0.2
--------	-----

第二の効果

コメ	0.2
----	-----

第三の効果

シロサヤマメ	0.1
ハラータ	0.1
ヤクモソウの茎	0.1
氷の塩鉱石	0.1
*Rot Scale	0.1
*灰状の遺残物	0.8

第四の効果

デイドラの心臓	2
ネズミの肉	0.5
ベルガモットの種	0.1
モートの肉	2
精製した氷の塩鉱石	0.1
*Elytraの胆汁	0.1
*Grummiteの卵	0.5
*Hungerの舌	0.1

低下 速度

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

ニルンルート	0.2
--------	-----

低下 知力

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

*未精製のGreenmote	0.1
----------------	-----

低下 敏捷性

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

ニルンルート	0.2
--------	-----

電撃ダメージ

第一の効果

エクトプラズム	0.2
---------	-----

第二の効果

第三の効果

オーガの歯	3
*Scalonのヒレ	0.1

第四の効果

イチョウの葉	0.1
セキトウダケのカサ	0.1
ベニテングタケのかさ	0.1
*黒いタール	0.1

電撃耐性アップ

第一の効果

オトギリソウの花蜜	0.1
-----------	-----

第二の効果

クロイチゴ	0.1
スキャンブの皮	1
蟹肉	1

第三の効果

第四の効果

透明化

第一の効果

第二の効果

ニガヨモギの葉	0.1
---------	-----

第三の効果

ツリガネタケのかさ	0.1
-----------	-----

第四の効果

アロエベラの葉	0.1
スッポンタケのカサ	0.1
ベニバナソウの花	0.1
ヤクモソウの茎	0.1
吸血鬼の遺灰	0.2
*Blister Podのカサ	0.1
*Flame Stalk	0.1
*Hound Tooth	0.1

毒耐性アップ

第一の効果

キツネノテブクロの花蜜	0.1
ヤクモソウの茎	0.1

第二の効果

Dreughの蠟	1
アルカンナの花	0.1
マンドレイクの根	0.1

第三の効果

Taproot	0.3
---------	-----

第四の効果

発光

第一の効果	第二の効果	第三の効果	第四の効果
オオアザミの種 0.1	スイカ 5	アルカンナの花 0.1	シロサヤマメ 0.1
	発光する塵 0.1	*Wachte's Eye 0.2	デイドロスの歯 0.5
	*Alocasiaの果実 0.3	*Wisp Core 0.1	

氷の盾

第一の効果	第二の効果	第三の効果	第四の効果
	デイドロスの歯 0.5	アサガオの根 0.1	ジャガイモ 0.2
	精製した氷の塩鉱石 0.1	ニンニク 0	氷の塩鉱石 0.1
	*骨の破片 0.3	*Flame Stalk 0.1	*Hydnum Azureの巨大胞子0.1

不可視

第一の効果	第二の効果	第三の効果	第四の効果
ブラッドグラス 0.1		Daedraの絹 0.5	オダマキの根 0.1
		ラディッシュ 0.1	オトギリソウの花蜜 0.1
		*Elytraの胆汁 0.1	鹿肉 2
		*Grummiteの卵 0.5	*Wisp Core 0.1
		*Hungerの舌 0.1	
		*Screaming Maw 0.1	

負担

第一の効果

Daedraの絹	0.5
アサガオの根	0.1
*Rot Scale	0.1

第二の効果

ベニテングタケのかさ	0.1
ベラドンナ	0.1
ミノタウロスの角	5
*Elytraの胆汁	0.1
*Wisp Core	0.1

第三の効果

オレンジ	0.2
シベナガムラサキの葉	0.1
ジャガイモ	0.2
スイカ	5
チョウセンニンジン	0.1
デイドロスの歯	0.5
トマト	0.2
ブラッドグラス	0.1
*Hound Tooth	0.1

第四の効果

アロールト	0.1
イッポンシメジのかさ	0.1
イノシシの肉	2
スイートケーキ	0.2
トリカブトの根	0.1
ラディッシュ	0.1
*Aster Bloomの芯	0.1
*Scalonのヒレ	0.1

防御

第一の効果

第二の効果

カンムリタケのかさ	0.1
シェパーズパイ	1
ジャガイモ	0.2
シュタケの赤いかさ	0.1
ドクベニタケのかさ	0.1
ヤマドリタケモドキ	0.1
牛肉	1
*Gnarlの樹皮	0.1
*Withering Moon	0.1

第三の効果

亜麻の種	0.1
*Aster Bloomの芯	0.1

第四の効果

オレンジ	0.2
トマト	0.2

麻痺

第一の効果

Daedraの毒囊	0.2
-----------	-----

第二の効果

第三の効果

クランフィアのツメ	2
-----------	---

第四の効果

ウイキョウの種子	0.1
オオアザミの種	0.1
ハラータ	0.1
*Rot Scale	0.1
*Worm's Headのかさ	0.2
*骨髓	0.1

麻痺治療

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

インプの胆嚢	0.2	オオアザミの種	0.1	シベナガムラサキの葉	0.1
--------	-----	---------	-----	------------	-----

麻痺耐性アップ

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

シベナガムラサキの葉	0.1	オーガの歯	3	セキトウダケのカサ	0.1	ミノタウロスの角	5
		キツネノテブクロの花蜜	0.1				
		タバコ	0.1				
		ブラッドグラス	0.1				
		ホールチーズ	3				

雷の盾

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

デイドラの心臓	2	コメ	0.2	Taproot	0.3
				トウモロコシ	0.2

冷気ダメージ

第一の効果

第二の効果

第三の効果

第四の効果

精製した氷の塩鉱石	0.1	オオアザミの種	0.1	吸血鬼の遺灰	0.2	アミヒラタケのかさ	0.1
氷の塩鉱石	0.1	*骨髄	0.1				

冷氣耐性アップ

第一の効果

ハスの種	0.1
ベニバナソウの花	0.1

第二の効果

アミヒラタケのかさ	0.1
オダマキの根	0.1
炎の塩鉱石	0.1

第三の効果

イッポンシメジのかさ	0.1
------------	-----

第四の効果