



こんにちは、薬用資源学研究室の新井です。今回で三回目の薬草園だより担当になります。季節も変わり目で、急に寒くなったり台風が来たりとまだまだ気候が安定しませんね。ちょうど体調を崩しやすい時期ですので、皆さんも何卒ご自愛ください。

さて、今回は少し趣向を変え、最近収穫された**温室の果実たち**を紹介したいと思います。温室は季節に関係なく一年中暖かく、熱帯系の植物の栽培に適している場所です。

パイナップル

(パイナップル科)

Ananas comosus (L.) Merr.

生薬名：—
薬用部位：果実
主要成分：ビタミンA,B,C、
クエン酸、リンゴ酸、酒石酸、
ブロメリンなど
薬効：利尿、駆虫、墮胎
花言葉：完全無欠

パイナップルは別名“**アナナス**”という熱帯アメリカ原産の多年草です。茎は直立して太く葉は固く、先端はとがっています。そのあまりにも鋭利な葉先は**吹き矢**に用いられる程の鋭さです。大きな黄色い果実は、実は一本の茎から生まれた**果実の集合体**。果実が熟すとまた新たな茎が先端から伸び、次の代が生まれます。ちなみに薬草園で栽培されているものは今年で**三代目**だそうです(笑)
パイナップルの名前の由来には諸説ありますが、果実の形が**松かさ(=pine)**、味が**リンゴ(=apple)**に似ているということから**パイナップル(pineapple)**と呼ばれるようになったそうです。
果汁中には**タンパク質分解酵素**である**ブロメリン blomelin**が多く含まれます。ブロメリンは肉類を柔らかくしたり消化を促進する効果があるので、酢豚などの料理でよく用いられます。生のパイナップルを食べすぎると口の中が痛むことがありますが、これはブロメリンや各種酸などによって口内の組織が傷を受けるためです。(美味しいからといって食べ過ぎて血だらけにならないようご注意ください！)



バンジロウ(グアバ) (フトモモ科)

Psidium guajava L.

生薬名：**番石榴**(ハンセキリュウ)
薬用部位：果実、葉
主要成分：ビタミンA,B,C、
リンゴ酸、タンニンなど
薬効：抗菌、止瀉、消炎止血
花言葉：強健

バンジロウは一般に“**グアバ**”として知られる熱帯アメリカ原産の植物です。**果実は球形**で直径2~3cmの黄緑色。一般に9月頃に実は熟し、写真のように黄色に変化します。皮ごと食べることができ、梨に近い味がします(しかし種が多く、ガリガリと固いですが・・・)。
果実は**グアバジュース**として有名で、果実ジュースの中では**最もビタミンに富んだ飲み物**です。**葉から得られる抽出液**には黄色ブドウ球菌に対する**抗菌、止瀉、消炎止血作用**があります。バンジロウの葉に含まれるタンニン：**グアバ茶ポリフェノール**には糖の吸収を抑える働きがあり、**食後血糖値の上昇抑制効果**から**特定保健用食品**として近年注目されています。葉を摘み取って1~2週間ほど乾燥させればグアバ茶が出来上がります。近くに食いしん坊な方がいましたら、グアバ茶を勧めてみてはいかがでしょうか？



乾燥させた葉

今回は思いがけず秋の味覚とはまた一味違う“温室の味覚”を堪能しました♪温室の植物は日本の四季とは少し違った育ち方をするので、思いがけない収穫があったりします。寒い日にはぜひ温室へ足を運んでみては？(^o^)