

Vol. 14に寄せて

暑い夏がやってきました。この時期は暑さで食欲が減退する人、また冷房の影響で体調不良を起こす人が多いと思います。そんな時に是非食べて頂きたいのがカレーで、夏バテ中の「だるさ」や「食欲不振」の解消に効果があります。カレーには多くの生薬がスパイスとして使われており、薬食同源*の観点からもオススメです。今回は、カレーに使うスパイスの代表とも言える「ウコン」をテーマにしました。

一方、1号園入口の花壇では、草花と一緒に夏野菜を栽培しています。フランスでは、ポタジェガーデンと呼ばれ、見るだけでなく収穫も楽しめます。普段食べている野菜の花などを是非見に来て下さい。



7~8月に見頃を迎える植物：ウコン（ショウガ科）

（薬食同源*は裏面をご覧ください）

和名：ウコン

学名：Curcuma longa Linné

薬用部：根茎をそのまま又はコルク層を

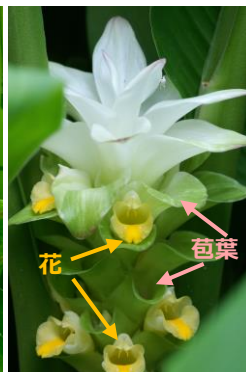
除いたものを、通例湯通ししたもの

生薬名：ウコン（鬱金）

用途：利胆、芳香性健胃、消炎など

栽培場所：植物園 1, 2号園

開花時期：8~9月



ウコン（鬱金）

ウコンについて

ウコンは、熱帯アジア原産の多年生草本で、日本では沖縄や九州南部で栽培されている。高さは50~150 cmくらいとなる。葉は4~10枚、葉身は長楕円形で長さ20~50 cm、幅5~15 cm、先端はとがり無毛で、20~45 cmの長い葉柄を持つ。夏~秋に葉の間から30 cm程度の花茎を出し、大型の穂状花序をつける。花穂は淡緑色の苞葉が幾重にも重なり合い、頂点に近いほど白色となるが、先端はわずかに赤みを帯びる。花穂の下から苞葉の間に淡黄色の花が順次咲いていく。外花被と内花被を3枚ずつ持つが、黄色で唇形の花弁に見えるものは花被ではなく、雄しべの一部が変化したものである。ウコンは3倍体で不稔性なので、結実せずに根茎で繁殖する。

生薬の鬱金について

鬱金は、日本薬局方収載の生薬で、薬用部の根茎は、地上部が枯れた頃に掘り上げ、洗浄後、主根茎から枝分かれている側根茎を分割してコルク層を除き、湯通し又は蒸した後、日干しにして調製される。横切面は、黄褐色~暗黄赤色で、ろう様の艶がある。特異な芳香があり、味は僅かに苦く刺激性で、唾液を黄色に染める（黄色色素成分はクルクミン）。漢方では、腫れ物や打ち身に使われる中黄膏（外用薬）などに配剤される他、芳香性健胃や利胆・消炎などを目的に民間薬として利用される。また、鬱金は食用としても広く用いられ、ターメリックという名前でカレー粉に用いられる他、たくあんやバターなどの食品着色料としても使用される。

7~8月に見頃を迎えるその他の植物

<科名はAPG分類体系による>



ミシマサイコ（セリ科）
 生薬名：サイコ（柴胡）
 薬用部：根
 効能：消炎・解熱



ヒオウギ（アヤメ科）
 生薬名：ヤカン（干射）
 薬用部：根茎
 効能：消炎、鎮痛（喉）

ユウスゲ（ススキノキ科）
 夕方になると咲き始める



ヘクソカズラ（アカネ科）
 生薬名：ケイシトウ（鶏屎藤）
 薬用部：根
 効能：利尿、下痢止め



ウマノスズクサ
 （ウマノスズクサ科）

薬用部：生薬名
 根：セイモッコウ（青木香）
 果実：バトウレイ（馬兜鈴）
 効能：解毒、利尿（根）
 鎮咳、去痰（果実）



ハッカ（シソ科）

生薬名：ハッカ（薄荷）
 薬用部：地上部
 効能：健胃、駆風



コガネバナ（シソ科）
 生薬名：オウゴン（黄芩）
 薬用部：根
 効能：消炎、解熱



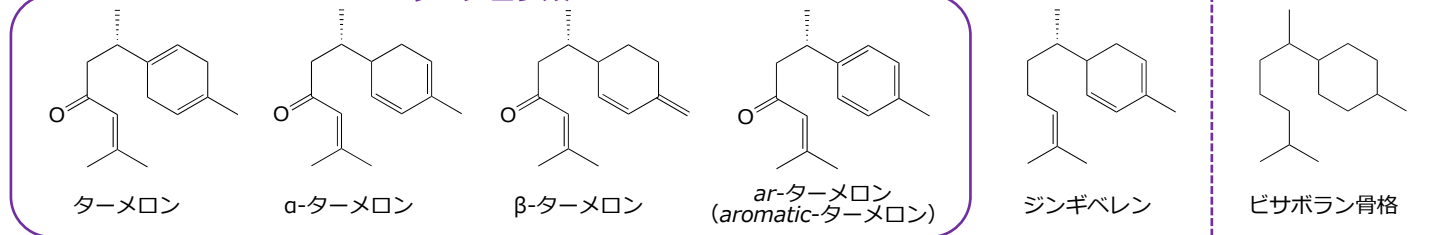
ウイキョウ（セリ科）
 生薬名：ウイキョウ（茴香）
 薬用部：果実
 効能：芳香性健胃、去痰

ステップアップ講座（鬱金の成分、植物園で見られるウコン属の植物）

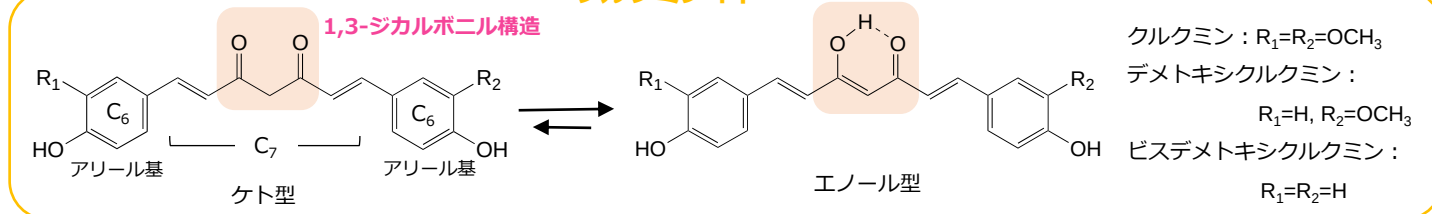
鬱金の成分

鬱金には、多くの精油が含まれ、これらはカレー独特の香りを醸し出す主役の1つとなっている。精油成分としては、ターメロン類（ツルメロン類とも呼ばれる）を主成分とし、他にジンギベレンなども含む。ターメロン類は数種の化合物が報告されており、代表的な化合物の構造を下に示す。これらの精油成分は、炭素数15のピサボラン型セスキテルペンに分類される。そして、カレーの濃い黄色も鬱金によるもので、これは黄色色素クルクミン類による。一般にクルクミノイドと呼ばれ、図のような構造を有している。*n*-ヘプタンの両末端にアリール基が結合したC₆-C₇-C₆構造を基本とするジアリールヘプタノイドに分類される。クルクミノイドは、1,3-ジカルボニル構造を有するので、図のようなケト型とエノール型の2つ互変異性体が存在するが、エノール型では共役系が延長しエネルギー的に安定することから平衡はエノール型へ傾いている。また、分子内水素結合を形成できることもエノール型を安定化させる要因の1つである。鬱金またはそのエキス、ターメロン類やクルクミン類には、利胆、健胃、抗酸化作用など多数の薬理活性が報告され、それぞれ健康食品として広く利用されている。

ターメロン類



クルクミノイド



植物園で見られるウコン属の植物

ウコン属（*Curcuma*属）植物は幾つか種があるが、植物園ではウコン以外に生薬として利用されることの多いキョウオウ（*C. aromatica*）とガジュツ（*C. zedoaria*）も栽培している。（1,2号園）

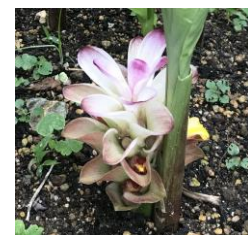
キョウオウ：春ウコンとも呼ばれ、花は5～6月に咲く。花はウコンと同じ淡黄色であるが、苞葉は頂上に近いほどピンク色をしている。根茎を姜黄（キョウオウ）と呼び、生薬として利用する。クルクミンを含み、根茎の断面は黄色をしているが、ウコンほど濃くはない。*中国ではウコンの根茎を姜黄と呼ぶので、日本の鬱金と中国の姜黄は同じ生薬を指す。日本と中国における生薬名の違いには注意が必要である。

ガジュツ：紫ウコン、夏ウコンとも呼ばれ、花は6～7月頃に咲く。ガジュツの花も淡黄色で、苞葉は先端が紅紫色を帯びる。また、ガジュツでは葉の主脈周辺も紅紫色を帯びる。根茎を薬用とし、生薬名も莪朮（ガジュツ）といい、局方に収載されている。莪朮はクルクミン類をほとんど含まず、根茎の断面は黄色ではなく薄い青みがかった色をしている。

*姜黄と莪朮は主に芳香性健胃薬として用いられる。



キョウオウ



ガジュツ

MEMO：鬱金やそのエキスは、肝機能の回復、二日酔い対策など様々な目的で健康食品として広く利用されているが、一方で健康被害の報告もある。カレー粉の原料で食品として古くから食されているものだが、体に良いからといって多量に摂取すると何かしら不調をきたすことがある。鬱金だけの話ではなく、健康食品を利用する際には、摂取量に気をつける必要がある。

薬食同源について

「病気を治すために薬を飲むことも、日々の食事を取ることも、ともに生命を養い、健康を保つために欠くことができないもので、源は同じである」という考えのことで。医食同源とも言います。

普段、食べている食材の中には、生薬として利用されているものが多くあります。例えば、生姜や唐辛子、紫蘇の葉もそうですね。健康を保つために、栄養バランスのとれた食事は大切ですが、さらに、生薬となる食材を用いて、日々のちょっとした体調不良を解消し、健康に役立ててみませんか？ また、ハーブティや健康茶などを利用して良いでしょう。リラックスしたり胃腸を整え便秘の改善にも役立ちます。



*ステップアップ講座では、本学 総合教育研究センターの竹仲由希子先生にご協力いただきました。

編集後記

植物園では、生薬のナツメをベースに多くの生薬エキスを入った「神楽大 薬膳ナツメカレー」をプロデュースし、生協で販売しています。普段食べているカレーと一味違うと思います。現在は、新型コロナウイルスの影響で販売を停止しておりますが、再開されましたら、是非ご賞味下さい。

神戸薬科大学 薬用植物園

園長 小林典裕（生命分析化学研究室 教授）

西山由美（文責）、平野亜津沙、大井隆博

E-mail : nisiyama@kobepharm-u.ac.jp

