

Vol. 47に寄せて

まだまだ暑いと思っていたら、朝晩はかなり肌寒くなってきました。この時期は実りの季節で、多くの植物が実をつけています。実（果実）というと、果物をイメージするかもしれませんが、皆さんがすぐに果実とわかるようなもの（例：ミカン類）以外に、果実かどうかわかりにくい面白い形態をしているもの、小さくて見過ごされているものなど、種々の果実があります。今の時期は、気候も良いので、ぜひ色々な果実を見にきてください。美味しそうに見えても、有毒のものもありますので、口には入れないようにしてください。（裏面には、果実当てクイズがあります）

センニンソウ

キンカン

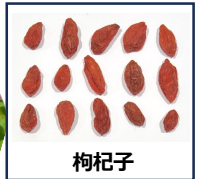


マルバ
シャランバイ

ヒオウギ

11月に見頃を迎える植物：クコ（ナス科）

和名：クコ
 学名： *Lycium chinense* Miller
 薬用部：①果実 ②根皮 ③葉
 生薬名：①クコシ（枸杞子）
 ②ジコッピ（地骨皮）
 ③クコヨウ（枸杞葉）
 用途：滋養・強壮など
 栽培場所：植物園 1号園
 開花時期：9～11月



枸杞子



地骨皮

クコについて

クコは、中国原産で日本では日当たりの良い河川の土手や原野などに生育している高さ1~2 mの落葉性低木である。枝はよく分枝し、柔く湾曲して下垂する。枝には稜があり、葉腋や枝先には棘がある。葉は互生あるいは束生し、長さ1.5~5 cm、全縁で、卵形、長楕円形あるいは卵状被針形で、先は尖り基部は楔形を呈する。花期は9~11月で、短枝の葉腋に淡紫色または白色の可愛い花が1~3個つく。花冠はろうと状で先端が5裂し、雄しべを5本持つ。果期は10~12月で、果汁に富んだ甘みのある紅い楕円形の果実（約2 cm）をつける。

クコの利用について

日本薬局方には、枸杞子と地骨皮が記載され、クコのほかにナガバクコ (*L. barbarum*) が基原植物として記載されている。枸杞子は滋養・強壮、目の症状の改善を目的に漢方薬（杞菊地黄丸）に配合されるほか、薬用酒または薬膳の材料として利用される。杏仁豆腐にトッピングされた枸杞子は有名である。地骨皮は、血圧降下、血糖降下、解熱作用が認められ、強壮、解熱を目的に漢方薬（清心蓮子飲、滋陰至宝湯）に配合される。枸杞葉も、滋養・強壮、高血圧の予防などを目的に民間的に茶剤として用いられる。また、若葉は山菜としてお浸しや和物に用いられ、クコは古くから人々の生活に馴染み深い植物と言える。

11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>



シマカンギク（キク科）
 生薬名：キクカ、キッカ（菊花）
 薬用部：頭花
 効能：解熱、抗炎症、目の充血



リンドウ（リンドウ科）
 生薬名：リュウタン（竜胆）
 薬用部：根、根茎
 効能：苦味健胃



ヨモギ（キク科）
 生薬名：ガイヨウ（艾葉）
 薬用部：葉、枝先
 効能：止血、抗炎症



サフラン（アヤメ科）
 生薬名：サフラン
 薬用部：柱頭
 効能：通経、鎮静、催眠など



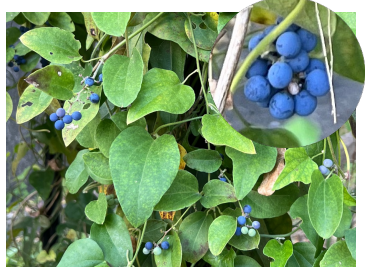
チャノキ（ツバキ科）
 生薬名：チャヨウ（茶葉）
 薬用部：葉
 効能：疲労回復、利尿



シャクチリソバ（タデ科）
 生薬名：シャクチリ（赤地利）
 薬用部：地上部、根茎、根
 効能：血圧降下、民間で血管強化



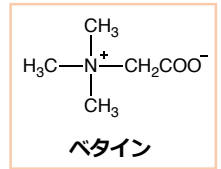
サネカズラ（マツブサ科）
 生薬名：ナンゴミシ（南五味子）
 薬用部：果実
 効能：滋養強壮、鎮咳



アオツヅラフジ（ツツラフジ科）
 生薬名：モクボウイ（木防已）
 薬用部：根、根茎
 効能：消炎、利尿など

枸杞子、地骨皮、枸杞葉の成分と利用

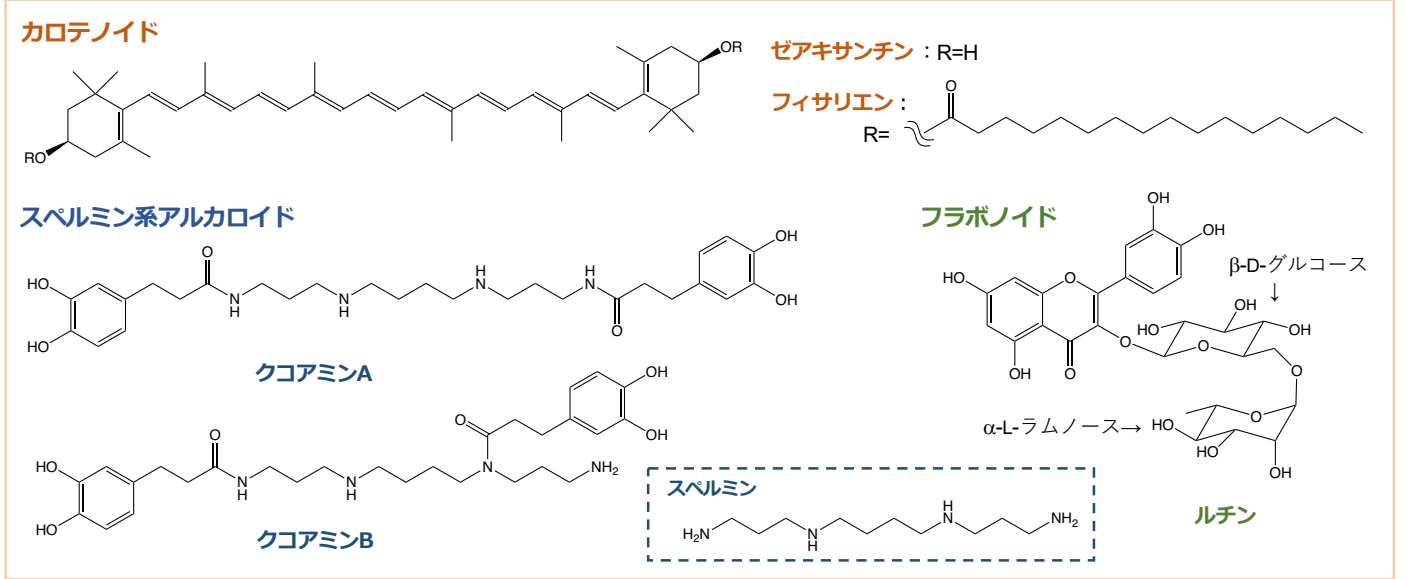
枸杞子、地骨皮、枸杞葉の共通の成分として、アミノ酸の一種であるベタインが報告されている。ベタインは、トリアルキルアミノ酸の総称としても用いられるが、狭義には右図に示すN, N, N-トリメチルグリシンのことを言う。ベタインには、肝臓を保護し機能を高める作用などが報告されている。



枸杞子の成分として、カロテノイドのゼアキサンチン、フィサリエンが報告されている。ゼアキサンチンは、抗酸化作用を持ち目を保護する作用があるとされる。フィサリエンは、ゼアキサンチンの2つのOH基にパルミチン酸がエステル結合した化合物で、抗炎症または抗酸化ストレス作用があるとされ、局方では確認試験でその存在を調べることとなっている。

地骨皮の成分として、スペルミン系アルカロイドのクコアミンA, Bが報告され、クコアミンAには降圧作用が認められている。局方では、クコアミンBの存在を確認試験で調べることとなっている。スペルミンは、図のように4つの窒素(N)を持つ化合物である。

枸杞葉の成分としては、フラボノイドのルチンなどが報告されている。ルチンは多くの植物に含まれ、血管強化、血圧降下などさまざまな作用が報告されており、ルチンを多く含む生薬・食材は、生活習慣病の予防に効果があるとされている。



地骨皮はもっぱら漢方薬に配合されて用いられるが、枸杞子や枸杞葉は食材として広く利用されているので、いくつか例を紹介する。

<枸杞子> そのままで食べられるので、デザートなどにトッピングして用いることができる。砂糖（または氷砂糖）とホワイトリカー（または日本酒）を用いて作るクコ酒もお勧めである。クコの甘酸っぱい味が好きな場合は、鍋や粥に入れて美味しく食べることができる。枸杞子は、滋養・強壮、冷え性改善の効果があり、クコ酒を毎日少しずつ飲んだり、疲れた時に枸杞子を用いた料理を食べると良いかもしれない。世界三大美女の一人楊貴妃は毎日食べていたと言われている。

<枸杞葉> 夏ごろに採取した葉は枸杞葉として、主に茶剤に用いられる。枸杞葉にも滋養・強壮の効果があり、ルチンの他にビタミン類も含み、疲労回復、健康維持、美容に良いと言える。自宅でクコを栽培している場合は、春の若葉を採取して、軽く茹でてお浸しに、それをご飯に混ぜ込んだクコ飯、あるいは天ぷらもお勧めである。



*** 枸杞子や枸杞葉を利用するに当たっては、人によって適さない場合もあること、また過剰摂取にならないよう注意してください！**

MEMO : 名前について

枸杞は、カラタチ（枸橘）のように棘があり、コリヤナギ（杞柳）のようなしなやかな枝を持つ植物として名付けられたと言われ、これを音読みした「クコ」が和名となった。枸杞は中国語では「gouqi（ゴウチー）」と発音し、クコの実の英名ゴジベリー由来と考えられている。一方、生薬の地骨皮は、クコの根が骨のような形をしていることによる。

植物園の果実当てクイズ

下の写真は植物園で見られる果実の写真です。これら全て、果実や果皮が生薬として使われます。植物の名前を下の選択肢の中から選んでください。



1 生薬名はサンシシ 2 未熟果実を使用 3 冷えに効果あり 4 ピリリと辛い

選択肢 : サンショウ ナツミカン ゴシュユ ウンシュウミカン クチナシ

* Vol.46の答え (1:イイギリ 2:クスノキ 3:メタセコイア 4:イチヨウ)

編集後記

11月になり朝晩は急に寒くなってきました。この時期の楽しみといえば紅葉ですが、木々が色づくのはもう少し先のようです。学内では、毎年ベンゼン池周辺のモミジや桜が美しく鮮やかに色づきますが、綺麗に色づくには気温、日当たり、湿度など様々な条件が関係してきます。今年の紅葉も綺麗に色づきますように・・・

神戸薬科大学 薬用植物園
園長 土反伸和 (医薬細胞生物学研究室 教授)
西山由美 (文責)、平野亜津沙、大井隆博
E-mail : nisiyama@kobepharmaceutical.ac.jp
総合教育研究センター支援部門 竹仲由希子

