

機能性胡麻

胡麻若葉

薩摩半島の黒色火山灰と温暖な気候が育む

胡麻若葉



アクテオシド含有、胡麻若葉

6月の播種から胡麻の種実ができるまでの約100日間、胡麻の種子は1m以上にも成長し、その間鮮やかな緑の葉が生い茂ります。この胡麻の葉には、つい最近その高い抗酸化性と、他の青汁にない成分が含有されていることが確認されました。現在、鹿児島、島根で毎年数十トンもの胡麻若葉が無農薬、無化学肥料で大切に栽培されています。



■胡麻若葉末と他の青汁との成分比較
胡麻若葉末では、特に鉄分、葉酸、カリウム、カルシウム、マグネシウム、βカロチンが多いほか、SOD消去活性が確認されています。

胡麻若葉粉末の成分比較表

(スーパーオキシド消去活性数値以外は100g当たり)

分析試験項目	胡麻若葉粉末	大麦若葉粉末	ケール粉末
水分	8.0g	5.4g	4.5g
鉄分	16.6mg	20.6mg	5.5mg
葉酸	760 μg	290 μg	540 μg
カルシウム	1360mg	429mg	1530mg
カリウム	4900mg	1430mg	2170mg
マグネシウム	477mg	142mg	248mg
ビタミンA (レチノール当量)	187 μg	72 μg	206 μg
α-カロテン	40 μg	検出せず	検出せず
β-カロテン	2220 μg	864 μg	2470 μg
リボフラビン (ビタミンB2)	1.40mg	0.85mg	0.81mg
ビタミンE (α-トコフェロール)	4.2mg	3.4mg	8.7mg
ルテイン	11.3mg	9.17mg	9.25mg
スーパーオキシド消去活性	1500 単位 /g	80 単位 /g	630 単位 /g
ポリフェノール	1300mg	600mg	860mg

尾曲社長に取材

桜島を横目で見ながらフェリーで約40分。国内2つの産地、鹿児島鹿内で、胡麻若葉が生産されています。ここで、若葉の生産から乾燥、粉末化までを管理されている尾曲修二社長にお話を伺いました。

■胡麻の国内生産はわずか1%、胡麻の種子と若葉の生産は難しいと聞きますが・・・
国産胡麻もそうですが、胡麻自体は、農家にとっては採算がとりにくい作物です。

ただ、無農薬、無化学肥料で、その付加価値がここ数年認められつつあり、またそんな市場のニーズを励みにとれだけ丁寧に栽培することができるかという点が大切ですね。

■30センチ〜約90センチに機能性ポリフェノールがピーク
もうひとつは、胡麻若葉は種子が実る前の一定期間に限って刈り取る必要がある点もポイントです。

初めから、茎が太く堅くなる前の「若葉」を刈り取っていました。その後、共同開発している企業、大学の研究により、90センチくらいでポリフェノール含量(アクテオシド)がピークに達することもわかってきました。

その年の気温にあわせて6月くらいから播種して、約2カ月半くらいで70センチ〜90センチになりますが、収穫する丈にはとても気を使います。

■リグナン含有胡麻と土壌の相乗効果：土壌の成分や、栽培方法もポリフェノールに関係あるので、どうですか？
鹿児島島の黒色火山灰と日本一の日照量は、胡麻以外にもサツマイモ・大根・ゴボウ・人参・キャベツ・サトイモ・ホウレン草・タマネギ・ネギ等の野菜栽培に適しています。

それに加えて、胡麻若葉の原料となる胡麻種子にリグナン含量の高い胡麻を使用していることの良さが最近わかったことです。

これからも、今までわからなかった若葉の機能が確認されて、胡麻と同じように毎年栽培できることを期待していますね。



●鹿児島、島根県産は温帯型のリグナン胡麻

胡麻には熱帯産と温帯産があり、日本で栽培されているのは、温帯産。熱帯産は日本で育てると背ばかり伸びて花はあまり付かないまま枯れてしまう。現在胡麻若葉の栽培に使用しているのは、リグナンの豊富なリグナン黒胡麻。播種1カ月頃の胡麻若葉は30センチほどの丈になります。8月になると、毎日2〜3センチと成長速度が速くなります(写真右は島根県での有機栽培胡麻若葉)。