

# 薬用植物園かわらばん

皆さ〜んちょっと覗いてみませんか？  
草木に囲まれ心も体もリフレッシュ・・・



2019年  
1月25日  
第59号



## ローズマリー（シソ科）

第一圃場で青みがかった小花が見られます。和名をマンネンロウと言いますが、語源は定かではありません。地中海沿岸地帯原産の常緑低木です。葉を肉料理の付け合わせにしたり、エディブルフラワーとしても利用されています。古代ギリシャ時代には、記憶力が高められるということから、学生達が枝を髪に挿したといわれます。含有成分のカルノシン酸は、その抗酸化作用からスキンケア製品に使用されるほか、動物実験で記憶力を改善させアルツハイマー病を抑制する作用が得られています。ただ、摂取量が過剰量なので、ヒトで現実的に食べられる量での作用は期待できません。

## ユズ（ミカン科）

第一圃場の前で残っている果実が見られます。中国中域原産、日本では飛鳥時代には栽培されていた記録もあるようです。漢名で柚（ゆう）、果実を「柚子」と称します。ユズの名は「柚」に酸味が強いから「酢」を付けたという説もあります。名です。日本では江戸時代ごろから冬に柚子を湯船に浮かべて入浴する習慣が始まりました。「ゆず湯に入れば風邪をひかない」と言われる点で、薬用とは言えます。未熟な果実（青ユズ）は、皮を剥いで汁ものに、黄色い熟したもの（黄ユズ）は、皮を七味唐辛子に配合したり、砂糖漬けや砂糖煮にしたり、日本料理にはなくてはならない柑橘類です。

今、こんな草木が楽しめます！！