

# 薬用植物園かわらばん

いま、こんな草木も楽しめますよ！  
草木に囲まれ心も体もリフレッシュ・・・



2023年  
7月31日  
第153号



## バナナ（バショウ科）

温室内で食用となる果実がなっています。東南アジア原産で、マレー半島から熱帯地方の各地に伝わったとされています。本植物は高さ2m以上になりますが、木本ではなく草本なので、学術的にはバナナの果実は果物ではなく、野菜に分類されます。もっぱら果実を食用とするために、インドから東南アジアにかけて栽培され、果実は国際的に取引の盛んな食品となっています。

中医学では果実または全草を、生薬名、香蕉（コウショウ）という名で、果実は清熱、潤腸、解毒を目的に、熱病、便秘、痔出血などに、全草は流行性B型脳炎、白帯下、胎動不安に用いられるそうです。その他、バナナの葉を料理用の皿として利用したり、餅を葉で包んで蒸すために使用したり、家屋の屋根に葉を利用したりするそうです。

## ニガウリ（ウリ科）

第三圃場で、黄色い花と緑色の果実が見られます。別名はツルレイシ、一般的にはゴーヤーと呼ばれています。インドやボルネオなどの熱帯アジアが原産地で、中国から南西諸島へ伝わったとされています。独特な苦みがある未熟な果皮を食用とし、ゴーヤーチャンプルを代表とする沖縄料理の食材として使用されます。また、種子を焙煎して砕いたものを茶外茶としても利用されます。

中医学では果実を苦瓜（ニガウリ）という名で、清熱、明目、解毒を目的に、暑熱煩渴、消渴、赤い目、痢疾、外傷に使用するそうです。この清熱という薬能から、夏バテによいとされ、いわゆる健康野菜として利用されます。また、消渴という病名は、現代医学では糖尿病に相当しますが、臨床試験では血糖値に対する作用は否定されています。