

酸っぱいはずが…甘くなる

味覚を変え 不思議な果物

糖分制限 糖尿病患者には朗報

酸っぱいはずのレモンが丸かじりできるくらいに甘くなる。舌に作用して味覚を変えてしまう「ミラクルフルーツ」。西アフリカ産のこの植物、日本では栽培が難しく、あまり知られていないが、糖分を制限される糖尿病患者に役立つほかエコノミークラス症候群予防などにも効果が期待されるという。

などの西アフリカ地方では、酸っぱいヤシ酒を飲んだり、発酵したパンを食べたりする際に食され、食生活の一部となっているが、島村さんはミラクリンは添加物として厚生労働省から認可され

ミラクルフルーツはアケテツ科の植物で学名 *ichardella dulcifica*。

日本で数少ないミラクルフルーツの研究者島村光治さんによると、赤い実を一分間食べて舌全体にすりつければ、約二時間はどんなに酸っぱい味も甘さとして感じない。実に含まれる「ミラクリン」という味覚修飾物質(タンパク質)が、酸っぱいものを飲んだり食べたりした時に、甘さを感じる舌の鍵穴と鍵く結合、酸味を甘さとして脳に伝えるためだ。ガーナやナイジェリア

ており、低カロリーで副作用のない人工甘味料の開発も可能」と強調する。

実際、島村さんが名古屋市医師と共同で、二〇〇一年六月から、酸味のある果物やヨーグルトをミラクルフルーツで甘くして糖尿病などの患者数人に食べてもらって調べたところ、血糖値の指標となる糖化ヘモグロビン値が下がる効果がみられた。

また、エコノミークラス症候群の予防にはレモンに含まれるクエン酸が有効とされるが、ミラクルフルーツと併せれば食べやすくなるという。

十六歳でミラクルフルーツの研究を始め、栽培法を確立した島村さんは、愛知県常滑市の温室でこの植物を育て、調理専門学校での講義や子どもへの味覚教育などに役立てている。

島村さんは「ミラクルフルーツは温度二十度以上で多湿の温室でないと育たない、実が付くまで時間がかかるなど栽培条件はよくないが、温泉地など地熱が高いところな



ミラクルフルーツの赤い実。下の葉っぱは糖分の吸収を阻害する物質を含むことで知られる、味覚修飾植物の一種、ギムネマ

ミラクルフルーツ



ミラクルフルーツの鉢植えを手にする島村光治さん(愛知県常滑市)

生活

衣食住

ライフ

ら、温室のホストもかからない。町営にも使えるのでは」と、今後の普及と活用を期待を寄せている。

ミラクルフルーツの育て方などを紹介した島村さんのホームページは <http://shima.npo.jp>