

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
カテツ科の植物で学名R
ichardella
duclificia。

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(左)によると、
赤い実を一分間食べて舌
全体にすりつければ、
約二時間は舌に酸っぱ
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強く
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
屋市の医師と共同で、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
立っている。

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>