



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

レモンも丸かじり 味覚変える「ミラクルフルーツ」

糖尿病患者にも有効

酸っぱいはずのレモンが丸かじりで甘くなる。舌に作用して味覚を変えてしまう「ミラクルフルーツ」。西アフリカ原産のこの植物、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ふ。

ミラクルフルーツはア
カテツ科の植物で学名R
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(三宅)によると、
赤い実を一分間なめて舌
全体にすりつけると、
約二時間は舌に酸っぱ
い味も甘さを感じない。
実に含まれる「ミレ
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
食べたりのときに、甘
さを感じる舌の鍵穴と強
く結合、酸味を甘さとし
て厚生労働省から認可
されたおり、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
して糖尿病患者などの患者数
人へ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
専門学校での講演や子
どもへの味覚教育などに
立っている。

島村さんは「ミラクル
フルーツは温度二〇度以
上で多量の温室でない
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
ら、温室のコストもかか
らない。町おこしにも使
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.g
r.jp

