

2021.8
(公社)富山県薬剤師会
広報誌

とみ やく 富 薬

8 号

第43巻
No.385



ニガウリ *Momordica charantia* L. (ウリ科 *Cucurbitaceae*)

生 薬 クカ（苦瓜） 夏、未熟果を採取し、輪切りにして陽乾する。またはそのまま生で用いる。

成 分 苦味成分：momordicin, charantin, corosolic acid, cucurbitacin, vitamin c 等

効 能 体の熱を冷まし、夏バテや体の火照りを除く作用がある。解毒、止瀉薬として化膿や下痢、眼病に服用する。



生薬 クカ（苦瓜）

元富山県薬事研究所
薬用植物指導センター

村上守一氏 写真撮影

〇〇表紙について〇〇



沖縄の郷土料理ゴーヤチャンプルーで知られるようになった野菜で、熱帯アジア原産のつる性1年草です。茎は枝分かれして2－3m以上に伸び、生長も早く長い巻きひげでからみつき、互生する大きな葉は卵形から円形で5－7深裂し、よく茂ることから、恰好の日除け植物として各地で栽培されています。雌雄同株の単性花で、雄花は葉腋に単生し、花冠は黄色、雄しべは3個。雌花も単生し、柱頭は3本。花期は6～8月。結実期は8～9月、果実は長楕円形から卵形で表面にはこぶ状の突起が多数あるところが果物のレイシ（荔枝 *Litchi chinensis*）に似ていることからツルレイシ（錦荔枝）の別名が付けました。また、このいぼいぼの外果皮部分が非常に苦い

ためニガウリの名もあります。未熟でまだ種子が生育していない緑色の果実を食用にします。これを沖縄ではゴーヤと呼び、ビタミンCを多く含み、また体の熱を冷まし、夏バテ防止として夏にはよく食べられています。熟すと橙黄色になり、やがて開裂します。裂けた果実の中の種子を覆う赤い多肉質の仮種皮は甘くておいしく食べることができます。

中国へ伝わったのは意外に遅く、明代と推測されています。本草書に登場するのは『救荒本草』（1406）が初出で「錦荔枝、または癩葡萄と名く。人家の園籬の邊に多く植えられ、藤蔓を引き、草木に蔓延ばし、茎長は七、八尺、茎に毛澁があり、葉は野葡萄（*Ampelopsis glandulosa* var. *heterophylla*）に似ているが花はまた黄花を開き、葉間に細い糸のような蔓が生じる。花は五弁の碗子花を開く。実の大きさは鶏子ほどで、大の如く。先船が尖り、皺紋があつて、荔枝に似て而大きい。生は青く、熟は黄になり、内は赤い瓢があつて、味は甘い。救飢、荔枝の黄熟なる者採りて瓢を食す」と錦荔枝の名のつる性植物で、垣に使い、黄色く熟し、食用にすることが記されています。同じく明代の『本草綱目』（1590）には「苦とは味を以て名けたもの、瓜、及び荔枝、葡萄というは、いづれも実、及び茎、葉の相似た点から名称となったものだ」と名前の由来を記し、費信の『星槎勝覧』（1436東南・南アジア旅行記）に「蘇門答剌国にある」と、熱帯スマトラが原産地であると言っています。両本草とも掲載されている図はニガウリそのものと思われます。

日本への伝来は慶長年間（1596－1615）と推測されています。『日葡辞書』（1603）に「にがごうり」の名が見られることや、本草書『多識編』（1612）に「苦瓜、今案ずるに豆苗礼伊志、異名錦荔枝（救荒）」とあることを根拠としています。しかし、語句だけの表現では実際に植物が渡来していたかは分かりません。約1世紀後の園芸書『花譜』（1698）には「錦荔枝、三月に種をうえる。苗生じて後うつしうえる。或いは盆にうえ、長じてかつらとなる時、ませをつくり、籠の如くにして花をさんしむ。秋にいたり瓜のごとくなる。実熟して其色金のごとく、其皮さけて、なかご紅なり。佳観とすべし。苦瓜とも云う」と詳しく説明されていますが、あくまでも観賞用の植物であったようです。著者の貝原益軒（1630－1714）は『菜譜』（1704）や『大和本草』（1709）の巻七の「園草」、巻八の「蓴類」にそれぞれ詳しい解説を載せています。現在の主産地である沖縄で国内の約32%を生産していますが、沖縄への渡来時期ははっきりしません。先の本草書よりは少し遅れて『琉球国由来記』（1713）に初めてその名が見られます。次は沖縄の食医学をまとめた『御膳本草』（1832）に「苦瓜は、気味苦甘く平、毒無し。邪熱を除き、労乏を解し、心を清し、目を明らかにする。夏月に毎日食べてよし」と、夏の暑い時に食すれば体熱を除いてくれることが記されています。

（村上守一 記）