

フォレストニュース

植林が地球を救う

平成31年(2019)2月10日

No. 134

発行 高津啓洋

レダのニームとモリンガの話

ニーム

パラグアイ・レダに植樹されている木の中で、本数の多い樹は、ニームとモリンガです。ともに多くの実を茂らせます。

ともに、有用樹として国連も取り上げるような重要な樹です。レダに植えられているニームの木からは、沢山のニームオイルや、ニームケーキが採れ、レダの、農薬に代わる防虫や、虫の忌避剤として、また、軟膏として、擦り傷などにも効果を発揮しているようです。



細かい作業は人の手で



ニームの実



レダ産ニームを使った軟膏



奇麗なモリンガの花

モリンガ

栄養分	通常の食品	ワサビノキ葉	
β-カロテン	ニンジン	8.3 mg	17.6 mg
カルシウム	牛乳	300 mg	2185 mg
パントテン酸	バナナ	358 mg	1236 mg
タンパク質	ヨーグルト	8 g	29.4 g
ビタミンC	オレンジ	53 mg	52 mg

インドの伝統的医学書であるアーユルヴェーダによるとニームは「村の薬局」と言われるように万能薬として使われてきました。

一方、モリンガ（ワサビの木）は、人類に対する、今世紀最大の贈り物（ミラクルツリー・奇跡の木）と言われ

ています。国連でも、モリンガの栄養成分から、栄養不足の人に摂取を推進しています。

(図はWikipediaから)

モリンガ、とは、インドを原産とするワサビノキ科の植物。インド、アフリカ、フィリピン、インドネシアなどの亜熱帯の国々では古来より薬や美容、健康のために利用されてきました。

海外ではその栄養効果の実績と称賛を受けて、非常に高い注目を浴びています。

世界三代美女のクレオパトラが、モリンガのオイルを肌に塗り、モリンガのお茶を飲んで美しさを維持していたという話もあるそうです。レダでは、モリンガ茶として愛飲され、新鮮な葉はサラダとしても人気があります。



モリンガの森が続きます

