

フォレストニュース

植林が地球を救う

令和2年(2020)10月10日

No. 154

発行 高津啓洋

小仏植樹祭に参加



9月27日(日)、東京都と神奈川県境にある高尾山。そこに掘られた中央高速道路小仏トンネル。その工事の際に出たガレキや大量の土砂が谷あいに捨てられて有り、大雨が降った場合土石流となり、近隣に甚大な被害発生する危険があり、それを防ぐため今回4回目の植樹が行われるに当たり、私達



「地球の緑を守る会」の、東京支部、船橋支部、三鷹支部、千葉支部から二世の中小生3名を含む9名が参加しました。開会式まで降っていた霧雨を止み、絶好の植樹日和となりました。開会式の主催者挨拶で「コロナ感染防止には密着はいけません、でも植樹は混植・密植がポイントです・・・、コロナも怖いですが、もっと恐ろしいのは地球の環境破壊と地球温暖化です。それを防ぐ方法の一つで誰もが出来、効果的な事それは植樹です!、大人も子供でもやる気になれば誰でも出来ます」と力強く語り掛け植樹開始。当日は約170名が参加。タブノキ、シラカシ、ヤマザクラなどその地に有った木から採った種で育てた37種類の木4400本を植えました。新型コロナウイルス予防の観点から、集合写真はドローンによる撮影が行われました。配布資料は手渡しでは無くテーブルから各自が取る等、感染防止に配慮した今時らしい有意義な一味違った植樹会でした。(大滝順治 記)



レダは実りに向かい



今レダは、実りに向かいマンゴアの袋掛けが行われています。12月には美味しいマンゴアがたわわに実ります。

セミナーは11月21日

新型コロナウイルスのためにセミナーが11月21日となりました。

日時: 11月21日(土)
1部 10:00受付、10:15開始。
2部 12:30受付、12:45開始、16:00終了。

国立オリンピック記念青少年総合センター: センター棟
参加ご希望の方はご連絡ください。

フォレストレーター

2020年10月10日

●モリングアを特集します

レダにおいては、モリングア（ワサビの木）をたくさん栽培しています。モリングアは利用範囲が広く、食用としても癖がなく、日本においても各種のサプリメントが出ています。以下はウイキペディアから見たものです。

ワサビノキ（学名：Moringa oleifera Lam. [3]）は、ワサビノキ科唯一の属であるワサビノキ属の1種であり、本属で最も広く栽培されている。属名のモリングアと呼ばれることもあり、日本で食材として扱う事業者やその商品名でも「モリングア」と称することが多い[4]。フィリピンでは、カムンガイ、カモンガイ、マルンガイと呼ばれる。

英語では「モリングア」の他、果実の形態から「ドラムスティックツリー」、根の味から「ホースラディッシュツリー」、種子からとれる油に注目して「ベンオイルツリー（ベンゾイルツリー）」の名が



モリングアのポット苗



動物除け用の柵です

部のヒマラヤ山脈南麓を原産とし、熱帯・亜熱帯地域で広く栽培されている。栽培地域を中心に若い果実や葉が野菜として食される他、浄水や手洗いに用いられ、時に薬用植物とされる。

●薬にもなっています

モリングアの葉は多くの地域で重要な食料源とされ、長く食されてきた歴史があります。食材としては安全性が高いと考えられており、薬としての摂取も短期間であれば安全であると考えられているようです。

国連食糧農業機関のWebサイトでは、その高い栄養価から「妊娠中や授乳中の母親や幼児に強く推奨されます」という記載も見られますが、少量で多くの成分を摂取することになる乾燥パウダーやサプリメントなどは、生の状態と同様には考えられません。

厚生労働省では、平成16年に「極めて



少し大きくなりました

ある。本種は木本であり、生長が速く旱魃に強い。インド北西



収穫できます



モリングアのつぼみです

限られた情報」と断りながらも「モリングアの葉の抽出物を妊娠ラットに対し高用量を経口投与したところ、流産がみられたとの文献報告がありました」「モリングア（加工品を含む。）の摂取に際しては、妊娠している方又は可能性のある方は十分にご注意して下さい」と注意を喚起しています。

妊娠中の方がパウダーやサプリメント



モリングアの花です



モリングアの種です

を摂取する場合は、医師に相談のうえ、用量に注意するようにしてください。また、糖尿病、低血圧、甲状腺機能低下症などの持病をお持ちの方も医師に相談してください。（ウイキペディアより）

●レダでの活用は

モリングアの種は水の浄化作用があります。不純物を集める作用があるために、水がきれいになります。これを大規模に活用されている例が、アフリカで行われています。

また、現地在住の小橋恵造シェフは、モリングアを入れたソーセージも作り、好評を博しています。

