

若返りのための「パイパーズ」栽培の奨め

「ゴースト血管」での細胞の老化と血管の病氣知識を身につけ防止に務めましょう



いきました。前述の論壇で「ゴースト血管予防食品」(ヒハツ)の紹介があり、意味を調べてみました。過日、NHKのテレビ番組等でパイパーズの実の成分が加齢による毛細血管の老化を予防・改善し、美肌に効果ある食品との紹介があり、その影響を受け需要が高まっている模様。

大阪大学微生物病研究所情報伝達分野教授(高倉伸幸氏)によると「ゴースト血管」について次のように説明しています。

『2010年以降、加齢疾患のほとんどに「毛細血管」の血流不足が関わることで分かった。

血流が途絶えて消えた毛細血管を「ゴースト血管」と名付け、注意を喚起してきた。毛細血管ケアのポイントには細胞内の「Tie2(タイツー)」という物質の活性化と、血流アップです。「ゴースト血管」が起ると細胞の老化と血管の病氣が進む。血管の病氣という動脈や静脈など、太い血管を思い浮かべる人が多いが、こうした大きな血管が詰まる前に、流れが途絶えている血管がある。体の中に張り巡らされている血管の内99%を占める「毛細血管」のこと。

体のあらゆる臓器や細胞は、この毛細血管から栄養と酸素を受取、老廃物を渡して機能を全うしている。毛細血管は加齢と共に減少します。毛細血管が減ると、血液が隅々まで行き渡らなくなるため、細胞の老朽化が進む。

毛細血管は、「内皮細胞」と、それを補強する「壁細胞」で構成されている。壁細胞からは、「アンジオポエチン1」という物質が分泌されている。これが、内皮細胞にある「Tie」という物質を活性化させると、内皮細胞どうしはぴったりと密着。そして、最終的に内皮細胞と壁細胞も密着し、血液がスムーズに流れていく。ところが、加齢や紫外線、過剰に増えた活性酸素などによって壁細胞が傷つき、「アンジオポエチン1」の分泌が減少すると「Tie」を活性化できなくなる。これまで、「Tie」を活性化する食材を探してきた。その結果、天然由来の物質に

「Tie」活性化成分があることが分かった。その代表的な物は「シナモン」・「ヒハツ」・「ルイボステイ」の3種類です。』とある。「ヒハツ」とは「パイパーズ」のこととする。

農作物の自給率は、国内はもとより県内も低く、消費の7割近くを外国からの輸入に頼っていると云います。長コショウ類の「Tie」という物質(パイパーズ)も例外ではありません。

今回発足した協議会は、「生産者を増やして、地域振興にも役立てたい」との思いが強い。小規模から始められるパイパーズ栽培を奨励し、生産者の育成や技術指導などで沖縄在来の香辛料の苗造りや栽培方法などの普及・生産拡大に取り組んでいます。祖先が「字宇根」の脇地頭だった関係で「宇根姓」を名乗る同会長は、パイパーズを生産したい人や関心のある人を募集しています。そして、

ここ久米島が生産及び健康の先駆地域となり、産地のアピールと各地をリードし自給率の引き上げ役になる様に期待を寄せています。なお、石垣島同様、久米島でも栽培が可能であり、既に栽培を始め

た農家が誕生していることを申し添えて置きます。

投稿者 久米島三鳥会 吉濱秀彦
お問合せ 沖ピ協 会長 宇根良則
090-11949-3316



沖縄県パイパーズ生産推進協議会 久米島会員の皆さま

【ヒハツモドキ】

「パイパーズ」の和名。(別名:ジャワ長コショウ)(沖:フィファチ、ピパーチ、宮:ピパーツ、八:ピパチ)コショウ科の蔓(ツル)性木質植物。2m以上に伸び樹木岩石に着生する。沖縄本島・宮古・八重山に帰化し、また栽培されインドシナ、マレー、ジャワに分布する。茎枝は緑色、節部はふくれ、気根で着床する。葉は狭卵形で光沢があって暗緑色、葉身は長さ14cm、幅5cm。果実は円筒形で上方は細くなり、長さ3.5cm、下部の幅9mm。赤熟するが未熟な果実を炒って粉にして香辛料に、果実は薬用にする。(参考:沖繩大百科事典)

昨年末、「沖縄県パイパーズ生産推進協議会」が発足しました。会の発足及び活動内容は、12月2日付沖縄タイムス(論壇)で『需要伸びるパイパーズ 国内向けに生産推進へ』と題する会長(宇根良則)の投稿で県内外にリリースされました。同時期に久米島支部の会員らによる「新たな地域振興」も開始しましたので動向及びパイパーズの効能等をご紹介します。

加齢に伴う血管の老化や血圧の上昇、筋力の低下、そして、よく耳にする毛細血管の詰まりが原因と言われている脳梗塞や心筋梗塞。自身事は自身でこなす健康維持が大切で、そのためには、常日頃からの予防対策や取組みが肝要だと思います。『農は健康の宝』と言われます。

血管を元気にするには、率先して筋肉を動かして汗を流す。自家消費型就農へのトライ等による自作した「体に良い作物」を摂取することも大切だと思います。

パイパーズは、未熟の果実は炒って粉の香辛料、赤熟の果実は薬用に使うといい、各種効能が有り健康に良いと聞いて