

ソバ新芽の機能性解明

種子より多く有効成分含む

市工リア
都学官連携
産学官連携

ソバのスプラウトは、
種子の状態より機能性成
分を格段に多く含み、め
んよりも効率的に栄養を

摂取できることが、都市
エリア産学官連携促進事
業の研究で分かった。研
究グループリーダーで、
北海道農業研究センター
芽室研究拠点の山内宏昭
・パン用小麦研究チーム
長(48)は「健康にいい

と言われてきたが、科学
的な根拠が加わった。十
勝の特産・ソバの高付加
価値化につながれば」と
話している。

大豆立十勝圏地域食品
加工技術センター(帯広
市)、森産業(土幌町)、北
海道海洋牧場(上川管内
鷹栖町)が参画。25日午前
10時から、食加技センタ
ーで研究成果を発表し
た。

類の含有量の比較では、
血管を強くする「ルチ
ン」が24倍、血液をさら
さらにする「クロロゲン
酸」が287倍、種子よ
りもスプラウトの方が多
かった。また、同じソバ
スプラウトでも、ダツタ
ンソバのほうが普通ソバ

よりもルチン含量が約2
倍も多かった。
ルチンの効果が得られ
るのに1日に必要な量は
30ミリグラムとされている
が、スプラウトだとダツ
タンで10グラム、普通ソバで
20グラム程度を食べれば必要
量を摂取できるという。

また、帯広畜産大の福
島道広助教授のグループ
が行った動物実験では、
①脂質代謝、腸内環境の
改善②抗酸化活性による
老化抑制③肝毒性の抑制
—などへの効果が期待さ
れるデータも得られた。
山内リーダーは「ダツタ
ンでの商品化や、ソバス
プラウト粉末を製品化し
たい」と話している。

(高田敦史)

△スプラウト▽植物の
新芽や幼葉の部分。成熟
した野菜よりビタミン類
やミネラルが豊富と言わ
れ、機能性食品として近
年注目が集まる。日本で
はカイワレダイコンなど
が一般的。