

津山産アピオスの消化器系組織への影響



渡邊 理江

美作大学生活科学部食物学科

アピオス(アメリカホド)



学名 : *Apios americana*。マメ科ホドイモ属の植物。原産は北アメリカ大陸東部で、日本には明治時代中期に導入された。英名はポテトビーン、インディアンポテト、グラウンドナッツ。日本では属名であるアピオスや、アメリカホド、単にホド(ホドイモ)とも呼ばれる。日本には在来種であるホドイモ (*Apios fortunei*) が存在するが、多くは野生で栽培はごく一部にとどまり、東北地方を中心に作物として主に栽培されているのはアメリカホド。

1個が小さいものは、親指の第一関節くらい。大きい物ではピンポン玉ぐらいになる。古来からインディアンの**スタミナの源**といわれたマメ科の**ツル性多年草植物**。食感はジャガイモのような、山芋のような、味は栗のような、落花生のような、サトイモのような感じで、ほのかに甘みがある。慢性便秘、新陳代謝、高血圧、アレルギー、肌荒れ、**肥満・糖尿病**、虚脱体質、産前・産後の体力回復などに効果があると言われている。



アピオス含有食餌

動物実験(マウス)



試験食餌:
アピオス、ジャガイモ(各20%)
+CE-2:通常食(80%)

飼育/計測期間:
45週~70週

CE-2(通常食餌)



乾燥アピオス



ジャガイモ



Conclusion

ジャガイモ食に比べ、アピオス食の長期摂取により中年期での血糖コントロールの改善、老年期での肝脂肪蓄積低減や消化・排泄に関する老化予防効果が示唆され、アピオスは、食事に取り入れることにより、老年期での自立した生活や健やかな高齢者食生活に貢献することが期待される機能性食品であると考えられた。

Acknowledgements!



-アピオス研究メンバー-

美作大学生活科学部

食物学科

渡邊 理江

B4 : 小原 瑞祈、坂本 実由

B3 : 儀間 章託、森岡 優衣、
林 香里、山本 汐里

津山工業原料(株)

松永 祐輔