

項目	内容
名称	モリンガ、ワサビノキ [英]Drumstick tree、Horseradish tree、Behen、Ben nut tree、Malungai、Sanjanaa、Moringa [学名]Moringa oleifera Lam.、Moringa pterygosperma
概要	モリンガは、ワサビノキ科の落葉小高木で、原産国はインドである。種は炒って食べ、味はピーナッツに似ている。果実は調理したり漬けたり（ピクルスにして）、葉と花は枝と同様に香味野菜として食べる。根は刺激があり、香辛料として使用される。根に香味があることから「ワサビノキ」とも呼ばれているが、わさび（山葵）とは全く異なる植物である。
法規・制度	<p>■ 食薬区分</p> <p>「専ら医薬品として使用される成分本質（原材料）」にも「医薬品的効能効果を標ぼうしない限り医薬品と判断しない成分本質（原材料）」にも該当しない。</p>
成分の特性・品質	
主な成分・性質	<p>・モリンガには2種のnitrile glycoside (niazirin、niazirinin)、3種のからし油配糖体 (4-[(4'-O-acetyl-alpha-L-rhamnosyloxy) benzyl] isothiocyanate、niaziminin A、niaziminin B)、β-シトステロール、glycerol-1-(9-octadecanoate)、3-O-(6'-O-oleoyl-β-D-glucopyranosyl)-β-sitosterol、β-sitosterol-3-O-β-D-glucopyranosideが含まれているとの報告がある</p>

(PMID:17435633)。

・モリンガ葉にはビタミンA、ビタミンC、β-カロテン、カルシウム、鉄、カリウム、たんぱく質、メチオニン、シスチン、トリプトファン、リジンなどのアミノ酸が含まれる (PMID:17651060)。

・モリンガ根のメタノール抽出液中には0.2%のアルカロイドが含まれているという報告がある (PMID:17435633)。また、モリンガ根皮には2種のアルカロイド (moringine、moringinine) が含まれているとの報告がある (PMID:17435633)。

分析法	-
有効性	
循環器・呼吸器	・調べた文献の中に見当たらない。
消化系・肝臓	・調べた文献の中に見当たらない。
糖尿病・内分泌	・調べた文献の中に見当たらない。
生殖・泌尿器	・調べた文献の中に見当たらない。
脳・神経・感覚器	・調べた文献の中に見当たらない。
免疫・がん・炎症	・調べた文献の中に見当たらない。
骨・筋肉	・調べた文献の中に見当たらない。
発育・成長	・調べた文献の中に見当たらない。
肥満	・調べた文献の中に見当たらない。
その他	<b>RCT：国内</b> ・健康な成人40名 (試験群20名、平均49.3±3.5歳、日本) を対象とした二重盲検無作為化プラセボ対照試験において、モリンガ種子抽出物120 mg/日を4週間摂取させたところ、疲労度、肩こり、腰痛、および眼精疲労の自己評価、疲労度評価指標 (Chalder fatigue scale)、気分の評価 (POMS2) に影響は認められなかった (2020190601)。

参考文献

- (22) メディカルハーブ安全性ハンドブック 第2版 東京堂出版 林真一郎ら 監訳  
(91) Registry of Toxic Effects of Chemical Substances (RTECS)  
[\(PMID:17435633\) MedGenMed. 2007 Feb 6;9\(1\):26.](#)  
[\(PMID:10661880\) J Ethnopharmacol. 2000 Jan;69\(1\):21-5.](#)  
[\(PMID:1608272\) J Ethnopharmacol. 1992 Apr;36\(2\):147-54.](#)  
[\(PMID:17651060\) J Med Food. 2007 Jun;10\(2\):252-7.](#)  
(101) 「Moringa oleifera (いわゆるモリンガ、ワサビノキ) について」 (厚生  
労働省 [保健機能食品・健康食品関連情報](#))  
[\(PMID:19745507\) J Infect Dev Ctries. 2008 Oct 1;2\(5\):379-83.](#)  
(30) 「医薬品の範囲に関する基準」(別添1、別添2、一部改正について)  
[\(PMID:30669215\) Ceylon Med J. 2018 Dec 31;63\(4\):188-189.](#)  
[\(PMID:30680158\) Food Sci Nutr. 2018 Nov 19;7\(1\):44-55.](#)  
(2020190601) 診療と新薬. 2019;56(8):606-13.