

項目	内容
名称	モロヘイヤ、台湾ツナソ [英]Jute、Jew's mallow、Mulukhiyya [学名]Corchorus olitorius L.
概要	モロヘイヤは、インド西部・アフリカ原産で、エジプトを中心とした中近東で古くから常食されている。ぬめりのある独特の野菜で、ビタミン類、カロテン、カリウム、カルシウム、鉄、食物繊維などを豊富に含む。
法規・制度	<p>■ 食薬区分</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・葉:「医薬品の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)」に該当する。</li> </ul> <p>■ 食品添加物</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・天然香料基原物質リスト モロヘイヤが記載されている。</li> </ul>
成分の特性・品質	
主な成分・性質	<ul style="list-style-type: none"> <li>・葉酸塩を含む。ビタミン、β-カロテン、カリウム、カルシウム、食物繊維などを豊富に含む。</li> <li>・モロヘイヤは一年生草木で、葉の部分を食用とする。日本名ツナソとは黄麻、つまり繊維素材として有名なジュートの仲間で、高温多湿な熱帯地域に生息しており、原産地はインドだが、エジプトを中心とした中近東でよく栽培されてきた。アラブ圏では主にスープとして古くから食されている。</li> </ul>

分析法

・市販青汁製品中のビタミンKを、蛍光検出器を装着したHPLCで測定した報告がある ([PMID:16729670](#))。

有効性

ヒ ト で の 評 価	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	調べた文献の中に見当たらない。

参考文献

(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)  
(1999028289) 食品衛生学雑誌 . 1998;39(4):256-65.

[\(PMID:16729670\) 食品衛生学雑誌. 2006; 47\(2\): 85-8.](#)

(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  
[\(PMID:20109542\) J Ethnopharmacol. 2010 Mar 24;128\(2\):390-4.](#)