

特許技術で実現!  
(方法特許 第5090199号)

機能性素材として期待!

# 山菜 こごみ パウダー

KOGOMI POWDER

こごみ粉末  
100%

食品添加物  
不使用

抗酸化能

2.44

mmol/l  
(ABTS法)

〈100g中〉

※(株)マシス食品安全評価分析センター調べ。

動脈硬化やロコモティブシンドロームなどの生活習慣病や  
アンチエイジングに「こごみ」の有効成分が効果を期待されています!!

老化や動脈硬化、ガンなどの生活習慣病を引き起こす原因と考えられている「スーパーオキシドアニオン」や「ヒドロキシルラジカル」などの活性酸素種に対し、強い活性酸素消去能(有効成分:クロロゲン酸、新規物質L-O-カフェオイルホモセリン\*)を有する「こごみ」に大きな関心が寄せられています。

※特許 第3706906号特許



こごみ (標準和名:クサソテツ草蘇鉄、学名:Matteuccia struthiopteris)

「こごみ」とはシダに属するクサソテツの若芽を指す山菜で、葉の開いてない丸く巻いた状態のものを食用にします。少々ぬめりがありますが、味にくせがなく、やわらかいので食用に適しています。また、アクがないため、非常に調理しやすく、和え物や浸し物、天ぷらなどに使われます。産地は、主に東北地方方面で、自生のものは4月から6月が旬です。

特許技術により実現！今、機能性素材として期待されています！

# こごみパウダー

栄物産の「こごみパウダー」は、健康寿命低下の原因とされる生活習慣病や、ロコモティブシンドロームなどに対する予防を期待する声があって生まれました。こごみを特許技術により粉状にすることで、生の状態に比べて有効成分を摂取しやすくしました。

元来活性酸素消去能を強く持つ山菜である「こごみ」を、独自の製法により乾燥、粉末化させることでそれに含まれる栄養素を保ったまま、生の状態に比べて摂取をしやすいよう製造しました。また、粉末状のため、長期保存も容易であると同時に、二次加工品として他の原料との調理も可能です。

「こごみ(パウダー)」の主な機能成分効能表

成分項目	主な働きなど	単位	こごみ(パウダー)
抗酸化能	動脈硬化など生活習慣病や老化を招く活性酸素を抑える働きがあるといわれる	mmol/l	2.44
ビタミンE	老化、ガン、動脈硬化のほか、肌のシミ、しわを予防する働きがあるといわれる	mg/100g	58.59
ビタミンK	血液を正常に凝固させる働き、骨を丈夫に保つ働きがあるといわれる	mg/100g	0.81
亜鉛	各種酵素の働きを助け、皮膚や骨の新陳代謝を活発にする働きがあるといわれる	mg/100g	6
カリウム	ナトリウムと補助的に働き、血圧を下げ、神経や筋肉の機能を正常に保つといわれる	mg/100g	2,517
カルシウム	歯や骨の形成に不可欠な栄養素	mg/100g	29
鉄	貧血を防止する。また、肝臓の解毒作用にも重要な働きを持つといわれる	mg/100g	0.8
リン	カルシウムやマグネシウムと結びついて骨や歯の硬組織を形成するといわれる	mg/100g	505
マグネシウム	骨を形成するミネラルで血圧の維持の働きがあるといわれている	mg/100g	177
銅	乳児の成長、骨強度、鉄の輸送、コレステロールや糖の代謝の働きがあるといわれている	mg/100g	4.55

※(株)マシス食品安全評価分析センター調べ。

## こごみの活性酸素消去成分

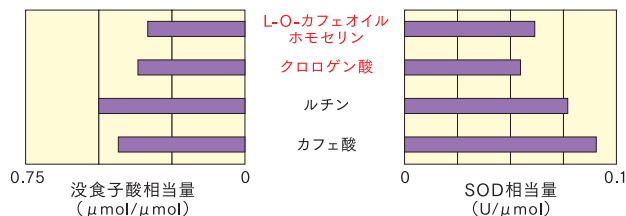
スーパーオキシドアニオン、ヒドロキシルラジカルなどの活性酸素種は老化や動脈硬化、ガンなどの生活習慣病を引き起こす原因と考えられています。

そこで野菜、山菜などの中でも「こごみ」に含まれる活性酸素消去成分であるクロロゲン酸と、アミノ酸の一種であるL-ホモセリンのγ-水酸基とカフェ酸とがエステル結合した新規物質L-O-カフェオイルホモセリンの活性酸素消去能に大きな関心が寄せられています。

また、L-O-カフェオイルホモセリンは、既知の活性酸素消去物質と同等の活性を有し、優れた親水性を示す特性を有しています。

〈既知活性酸素消去物質との活性の比較〉

原理の異なるDPPHラジカル消去法と化学発光法の2つの方法により測定し、活性酸素消去能が強いほど、値が大きくなる。



参照：国立研究開発法人 農業・食品産業技術総合研究機構  
「東北地域農産物における抗ラジカル成分の生体への効果」

## 変形性関節症の痛みの軽減を期待

近年、ロコモティブシンドロームが健康寿命低下の要因として問題となっており、その原因のひとつとして、加齢や機械的ストレスによって生じた酸化ストレスが軟骨組織の破壊や軟骨細胞の細胞死を引き起こすことで発症する「変形性関節症」があります。これに有効とされる抗酸化物質を含む「こごみ」を摂取することにより、その痛みを軽減する効果も確認されています。

参照：(株)東洋新薬 日本食品科学工学会第63回大会発表  
「変形性関節症モデルおよび軟骨細胞を用いたこごみの関節に対する効果の検証」

## 整腸作用発現の傾向

こごみにはセルロース、ヘミセルロースをはじめとする多くの食物繊維が含まれていることが知られており、その食物繊維には腸管に刺激を与え、蠕動運動をはじめとする腸管運動を活発化させて便秘を解消する整腸作用、そして大腸内の残渣などを吸着して大腸癌の発生を予防する作用があることが知られています。

参照：秋田栄養短期大学  
「秋田産こごみの生活習慣病予防効果の評価」に関する報告書

栄物産では、こごみを加工したお茶などの加工品のほか、生鮮のこごみも取り扱っており、その生産量は全国最大規模です。



有限会社 栄物産

〒018-4203 秋田県北秋田市木戸石字下中岱121-9 TEL.0186-78-4963/FAX.0186-78-5630

営業時間/8:00~17:00 定休日/日曜・祝日 E-mail/sakae@kumagera.ne.jp URL/www.kumagera.ne.jp/sakae/