



ちょっと勉強室

131

平成20年7月

今回のテーマは **モモ**









(1) 基礎知識

モモはバラ科サクラ属の落葉性小高木。学名は *Prunus persica*、原産地は中国の陝西省・甘粛省の黄河流域の高原地帯といわれ、野生種を改良した品種が紀元前から栽培され、うぶ毛で覆われていることから「毛毛(もも)」といわれたとされています。原産国である中国では長寿の象徴とされ「長寿の実」「仙果」等として親しまれています。日本へ入ったのは非常に古く、弥生時代あるいはそれ以前に中国から伝来したと考えられており、遺跡からモモの核が多数発見されています。日本では当初、モモは主に厄除け・薬・花の観賞用として栽培され、果実としての価値は低く、食用に供されるようになったのは平安時代末期から鎌倉時代にかけてからになります。その頃のモモは、果実が小さく果肉は硬く甘みが少ないものでした。江戸時代には日本各地にモモの産地が多く存在するようになりましたが、依然小果で硬く甘みも少ないため、観賞用の用途の方が多かったようです。明治以降に中国から「上海水蜜糖」「天津水蜜糖」「蟠桃」など、欧米から黄肉モモ、ネクタリンなど多数の品種が導入され、明治32年に大久保重五郎が上海水蜜糖の系統の「白桃」が発見し、大正時代には神奈川県や岡山県で品種改良が始まり、やがて国の研究機関でも育種試験が開始し、多くの優良品種が生まれました。

古代から現代に至るまで、モモは私たちの生活に深く関わってきました。子どもの無病息災を願う桃の節句をはじめ、宮中で行われた「鬼やらい」の儀式で鬼を射るのに用いられる弓はモモの木です。古事記ではイザナギノミコトが黄泉の国から逃れるとき、鬼女の黄泉醜女(ヨモツシコメ)から追いかけられている時にモモの実を投げたところ、急に力を失い退散したと記されています。また、モモにまつわる昔話に「桃太郎」があります。西遊記では、天宮の玉帝に命じられて蟠桃園の管理をしている際に、大事にしている蟠桃を孫悟空が盗み食べたという話があります。

(2) 種類

| | |
|--|---|
| <p>白桃：明治時代から岡山県で生産されている日本の桃の元祖。果肉はオフホワイトで甘みが多くなめらかな食感に上品な味わい。果皮がピンク色は無袋栽培によるもの。</p>  | <p>白鳳：白桃×橘早生として神奈川で育英され1933年に登場した人気種。果肉は白く柔らかで酸味は少なく多汁で、上品な甘さを持つ。</p>  |
| <p>あかつき：糖度が高く、果肉は緻密で歯ごたえがある。白桃と白鳳を交配させた品種で、1979年に登録された。現在は白鳳に次ぐ出荷量。</p>  | <p>黄金桃：別名「ゴールデンピーチ」とも呼ばれ、果皮・果肉ともに黄色い桃。強い甘味のなかに程よい酸味があり、溶質の果肉が口中で広がる。</p>  |
| <p>蟠桃：中国が原産で、平べったく扁平な形が特徴。果皮の色は濃い目で、糖度が高く特有の甘みがある。</p>  | <p>ネクタリン：桃の変種で表面にうぶ毛が無くツルツルしており、果皮は真っ赤で果肉は黄色く、しっかりした食感で甘酸っぱい味。</p>  |

(3) 栄養価

モモの果実は食品成分表からは目立った栄養素が特に見当たりませんが、食物繊維、カリウム、ナイアシンが豊富です。銅、カテキンも含まれています。

モモの葉には、タンニンやマグネシウム、カリウムなどが含まれ、薬理作用があります。収れん作用があり、乾燥させた葉をお風呂に入れると、あせもや湿疹に効果があります。江戸時代から夏の土用に桃湯に入る習慣があります。最近ではエキス入りの化粧水や入浴剤が販売されています。

モモの種は桃仁と呼ばれ、婦人病の漢方薬として利用されています。モモの花は、白桃花と呼ばれる生薬で、利尿剤やむくみの解消、下剤として用いられます。