

## 1) 調査方法

下記 4 種の果実 100g からアントシアニンを抽出し、シアニジン系のアントシアニンである cyanidin-3-glucoside (シアニジン-3-グルコシド：以下 C3G) の含有量を調べました。

- ①野生品ハスカップ (中国黒龍江省産) …2006 年秋収穫
- ②栽培品ハスカップ (北海道産) …2006 年 07 月北海道にて手摘み
- ③ビルベリー (フィンランド産) …アイケアサプリメントの代表的な素材
- ④ブルーベリー (カナダ産) …市販の冷凍果実を使用



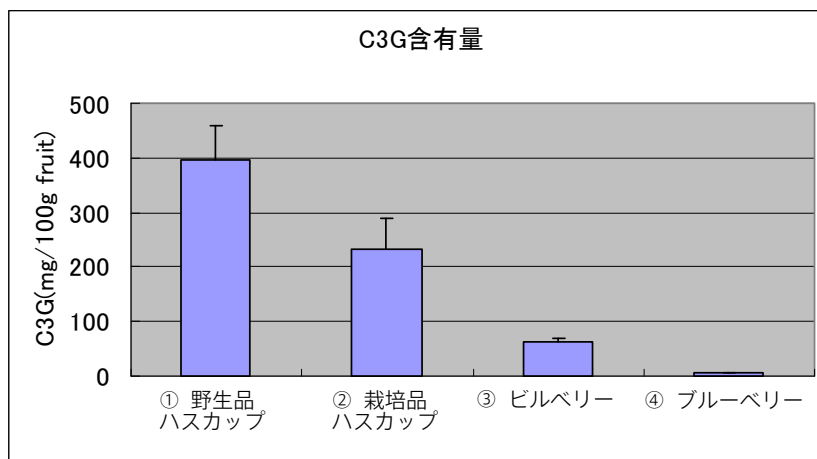
### ハスカップとは

スイカズラ科の落葉低木。ハスカップは北海道の名産品として知られ、古くから「不老長寿の妙薬」としてアイヌの人々に重宝されてきました。収穫期間が短く、収穫量も少ない貴重な果実です。実は 2cm ほどで、ビタミン C、E、鉄分、カルシウムなど多くの栄養素が含まれています。

## 2) 調査結果

ポーラ健康科学研究所での分析の結果、これまでの報告と同様にハスカップの C3G 含有量はブルーベリーやビルベリーと比較して非常に多いことが確認されました。特に栽培品 (北海道産) よりも野生品 (中国産) のハスカップの含有量が多く、市販の冷凍ブルーベリーのおよそ 67 倍、ビルベリーの 6 倍もの C3G を含有していることが明らかとなりました。

これまでに北海道で収穫されているハスカップの C3G 含有量を定量した報告はありますが、栽培品と野生品でのアントシアニン含有量の違いを定量したという報告はありません。したがって本研究データはハスカップの成分研究として新たな知見を提供するものです。



(n=3)

### <目が疲れるメカニズム>

目の網膜にはロドプシンという物質があり、このロドプシンが光エネルギーを受容すると、レチノールとオプシンに分解され、また再合成するということを繰り返します。この分解の際に生じる電気信号が脳に伝わり、「物が見える」と認識されます。ところが長時間目を酷使するとロドプシンの再合成が追いつかず、ものが見えにくくなったり、目が疲れた状態になったりしてしまいます。つまり、目の疲れの予防・改善には、ロドプシンの再合成を正常に保つことが重要であると考えられます。

ブルーベリーやハスカップに含まれているアントシアニンはこの再合成を促進することによって目の疲れを改善すると考えられています。

