

A-22 蔬菜の成分に関する研究(第1報) 葉のカルシウム含量について
聖霊女子短大 ○斎藤喜亮 元聖霊女子短大 岩崎今ヨミ

目的 蔬菜類を葉、茎、果実、根(大根、いも類など)、種子などの部位に分離してカルシウム(Ca)含量を測定すると、葉に最も多量に含まれるものである。しかしながら葉においてもその着生の位置によってCa含量に差異のあることが予想されるので、検討する次第である。

方法 1. きやべつやレタスのように球状のものは、外葉(古葉)と内葉(新葉)に、また、春菊のように上下になっているものは、下葉(古葉)と上葉(新葉)に分ち、おのおのCa含量を測定する。2. きやべつとレタスを外側より中心部に約10段階に葉を採取して、Ca含量を測定する。

結果 1. きやべつ、ほうれん草、春菊、白菜、かぶの葉、レタス、大根の葉などのCa含量を測定した結果、同一蔬菜の古葉と新葉との比率において古葉の含量を100とすると、新葉の最低は大根の葉の20で、最高は春菊の66であった。また総平均では39であった。2. つぎにきやべつやレタスのような球状の葉菜類を外側より順次内部の葉を採取してCa含量を測定した結果、きやべつ、レタスとも最外葉は最も多く、中心部に進むにしたがい減少した。3. 一般に古葉は新葉よりも著しくCa含量が多いので、蔬菜類よりCaを摂取するにはつとめて古葉を利用するのが得策である。