

【岐阜女子大学】メタデータ記述用紙

	メタデータ項目	メタデータ記述欄
1	ID	
2	表題名	沖縄の有用植物
3	資料名	シークワサー
4	内容分類	自然
5	索引語	沖縄、有用植物、シークワサー、ヒラミレモン、洗濯
6	説明	<p>シークワサーはミカン科の常緑低木・柑橘類で、主に大宜味村ややんばる地域で生産され、自生している野生のものもある。果実の大きさは平均直径3～4 cmほどで、見た目がカボスやすだちに類似している。</p> <p>沖縄県を代表する果実として全国一の生産量であり、爽やかな香りと強い酸味が特徴である。</p> <p>名前の由来は「酸（シー）を食わせる（クワサー）モノ（サー）」という意味の沖縄方言をつなげて“シークワサー”とよばれるようになった。地域によっては“シークワサー”や“シークワシャー”、“シークワサー”など多くの呼び方がある。また、発音の解釈の違いによって表記ゆれもあり、食品メーカーや店舗によっても表記が異なり、定まっていない。</p> <p>しかし、主な産地である大宜味村のホームページや琉球新報、日本果汁協会では、一般的に呼ばれている“シークワサー”を取り扱っている。和名では「平実檸檬（ヒラミレモン）」という。</p>
7	形式	静止画（jpg）
8	氏名	松根未侑
9	時代・年	撮影日：2021/06/28
10	地域・場所	撮影場所：沖縄県大宜見村
11	利用条件	表示 4.0 国際（CC BY 4.0）
12	関連資料	
13	権利者	岐阜女子大学
14	協力者	なし
15	登録日	2021/10/03
16	登録者	松根未侑
17	ファクトデータ	circd073d-0025.jpg
18	サムネイル	

19	公開の可否	公開可
20	*特色	<p>シークワサーの収穫は年に3度あり、収穫時期によって用途が異なる。1度目の8月～9月に収穫したものは青切りと呼ばれ、未熟で酸味が強く、主に刺身や焼き魚にかけたり、酢の物として使用される。食用の他にも薬味に使用されたり、堅くゴワゴワしている芭蕉布を柔らかく織り上げるため、洗濯にも使用されていた。2度目の10月～12月中旬は、収穫後、搾り汁を瓶詰めし、原液ジュースとして販売される。3度目の12月中旬～2月の収穫は、皮が黄色くなり完熟し甘酸っぱい風味であり、生食用やジュース、ゼリーなどに加工される。</p> <p>その他にも果皮や果肉をお茶にして飲んだり、和食、洋食、スイーツなど、幅広く使用され、沖縄の料理には欠かせない食材である。</p> <p>【効能】 皮や果汁には、ビタミンCやクエン酸などが含まれており、疲労回復や美容にも良いとされている。また、ノビレチンも多く含まれており、血糖の上昇や高血圧、がん細胞の抑制などのさまざまな効果があるとされている。ノビレチンの含有量は、他の柑橘類よりも果汁で2～12倍、皮部分で400倍も多く含まれており、その働きが注目されている。</p>
21	*活用支援	<p>【古来の活用方法】 (1) 芭蕉布洗濯 ①シークワサーの実12kgを搾る。 ②その搾り汁の中で丁寧に押し洗いし、濯ぐ。 ③半乾きにした状態で布を引っ張り伸ばす。 ④湯飲みのへりで何度も表面を擦り、しわを伸ばす。 ※芭蕉布は破れやすいため力加減に注意し、この作業を繰り返し行う。</p> <p>【現代の活用】 (1) お茶 ①シークワサーの皮を良く水洗いし、刻む。 ②重ならないようにザルやお皿に並べ、1週間ほど日当たりが良く、風通しの良い場所で乾燥させる。 ③乾燥した皮10g程度を水400ccに入れ、15～20分ほど煮出す。</p> <p>(2) 化粧水 ①シークワサー精油3滴とグリセリン5gを精製水100mlで薄める。 ②それを専用ボトルに入れ保存する。 ※作成から1か月を目安に使い切る。</p>
22	*利用分野	教育、生涯学習、地域学習、料理、生活
23	*改善結果	
24	*処理プロセス	
25	機関外リンク情報	
26	目標	
27	紹介	