


## 【岐阜女子大学・沖縄女子短期大学】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	ハイビスカス
4	内容分類	自然
5	索引語	沖縄、有用植物、ハイビスカス、ブッソウゲ、アカバナ、グソーバナ、洗髪
6	説明	<p>ハイビスカスはアオイ目アオイ科フヨウ属の常緑低木で、荒地で野生化しているものもあるが、主に庭や生垣、公園などで見られる。</p> <p>葉は直径5～10 cm前後、広い卵型で先が尖っており、光沢のある濃い緑色。花は直径5～15 cm前後、広い漏斗状（ろうとじょう）で縁にフリル状の可憐で大きな丸い花びらを5枚つけ、赤色である。花は毎日のように次々と咲く。</p> <p>また、沖縄は亜熱帯気候で、ハイビスカスが咲くのに適しているため、一年を通して花を楽しむことができる。強い海風が吹く沖縄では、ハイビスカスの丈夫な枝を利用して防風林として植えることで、家屋や畑を守っているため、いろいろな場所で見ることができる。</p> <p>このように街中にあふれているハイビスカスは、沖縄方言で「アカバナ」とよばれ、県民に親しまれている。方言の名称のとおり、従来はハイビスカス（ブッソウゲ）といえば赤い花が一般的であったが、今では品種改良のおかげで白、桃、紫、黄色、オレンジなど、さまざまな栽培種があり、防風林等の他に食用、繊維用、観賞用などが栽培されるようになった。</p> <p>現在では、ハイビスカスは沖縄を象徴する明るいイメージをもつ花であるが、「アカバナ」の他に沖縄方言で「グソーバナ」ともよばれている。“グソー”とは沖縄方言で「あの世」という意味であり、古来、“仏壇や墓前に供える花”とされていた。そのため、敷地内に植えるのを嫌がる人もいるようだ。</p>
7	形式	静止画 (.jpg)
8	氏名	松根未侑
9	時代・年	撮影日：2021/5/16
10	地域・場所	撮影場所：沖縄県与那原町
11	利用条件	表示 CC 0 4.0 で提供
12	関連資料	
13	権利者	松根未侑
14	協力者	特になし
15	登録日	2021/10/03
16	登録者	松根未侑

17	ファクトデータ	circd0838-0007. jpg
18	サムネイル	
19	公開の可否	公開可
20	*特色	<p>ハイビスカスは、防風林や観賞用だけでなく、繊維を取ったり、美容エキスを抽出したり、また料理にも活用でき、さまざまな分野で注目されている。近年最もよく知られている活用方法はハイビスカスティーであるが、この活用方法は古くから現在にいたる生活の中で実施されてきた。</p> <p>ハイビスカスは、古くから薬草として気管支炎や月経不順等に効果があるとされ、花や葉、根を煎じて服用してきた。湿疹や腫れ物には、花と黒砂糖を混ぜ、患部につけたり、目の腫れや痛みには花に熱湯を注ぎ、その液で目を洗浄したりとよいとされてきた。沖縄では身近にあるハイビスカスはさまざまな活用方法で昔から良く活用されていた。</p> <p>近年では、その成分が着目され、化粧水や石鹸などの化粧品として利用されたり、古来からも葉や花をぬるま湯につけ、もんだ液を洗髪に利用していたことから、市販のシャンプーにも多く使用されている。</p> <p><b>【効能】</b></p> <p>ハイビスカスには、ビタミンCやカリウムのほか、クエン酸やリンゴ酸、ハイビスカス酸などの有機酸が含まれている。中でも、ビタミンCとクエン酸を豊富に含んでおり、美肌効果や疲労回復が期待できる。</p> <p>その他、リンゴ酸には脂肪を分解できる働き、ハイビスカス酸にはデンプンを糖に変えるアミラーゼ活性を阻止する働きがあり、ダイエット効果もあるとされている。また、カリウムには利尿作用があるため、むくみや二日酔いにも効果があるとされている。</p>
21	*活用支援	<p><b>【古来の活用方法】</b></p> <p>(1) 洗髪 (シャンプー)</p> <p>①水が入ったバケツに葉や花を入れ、汚れをよく落とす。</p> <p>②汚れを落とした葉や花をお湯につけ、揉み解す。</p> <p>③その後すりつぶして、粘り気のある成分を抽出する。</p>

		<p><b>【現代の活用】</b></p> <p>(1) お茶</p> <p>①ローゼルの実の茎部分を包丁でざっくりと落とし、ガクと切り離す。</p> <p>②切り落としたガクの部分を水できれいに洗浄をする。</p> <p>③水を軽く拭き取ったら、水分が完全に抜けるまで天日干しをする。</p> <p>④乾燥させた茶葉をお湯へ入れ、煮出す。</p> <p>※ローゼル…アオイ科・フヨウ属の多年草で、学名はハイビスカス サブダリファ。この実の周りがある萼(がく)がハイビスカスティーやジャム、ソースなどに利用される。</p> <p>(2) 化粧水</p> <p>①市販等のハイビスカスチンキ 5ml を精製水 30ml で薄める。</p> <p>②乾燥が気になる方はグルセリンを少々加える。</p> <p>③専用ボトルに入れて保存する。</p> <p>※できるだけ早めに使い切る。</p> <p>※チンキ…チンキ剤。生薬やハーブの成分をエタノール、またはエタノールと精製水の混合液に浸すことで作られる液状の製剤のこと。</p>
22	<b>* 利用分野</b>	教育、生涯学習、地域学習、料理、生活
23	<b>* 改善結果</b>	
24	<b>* 処理プロセス</b>	
25	<b>機関外リンク情報</b>	
26	<b>目標</b>	
27	<b>紹介</b>	