

## 14) ゴマ＝胡麻

ゴマはゴマ科の一年草で、アブラナやオリーブなどと同じ油料植物として古くから栽培されている。特に含油率はあらゆる作物の中でもずば抜けて高く、50%を越えるものもある。また蛋白質や炭水化物の他ビタミンEなども含み、栄養価にも恵まれている。原産地はアフリカとも中央アジアともいわれているが、いずれにしる熱帯の乾燥地帯である。高さは1mほどになり、茎には軟毛が密生し、葉は有柄の長楕円形で長さは約10cmに及ぶ。花は夏から秋にかけて開花し、茎上部の葉腋に先が5裂した白い唇状花を咲かせる。果実は短い円柱状で4室からなり、偏平で細かい多数の種子が納まっている。和名の由来は中国名をそのまま借用し、胡麻の『胡』はエビスという意味で、北方または西方の異民族をさし、麻はアサに似た種実を持つことによるものである。中華思想では漢民族以外の種族はすべて野蛮人で、胡はその総称で、広く異民族全般をさす言葉でもあった。学名は『*Sesamum indicum*』で、属名はゴマの古名に因み、種小辞はインドのという意味である。このためにイギリスでは『sesame』フランスでも『sésame』ドイツでも『sesam』である。

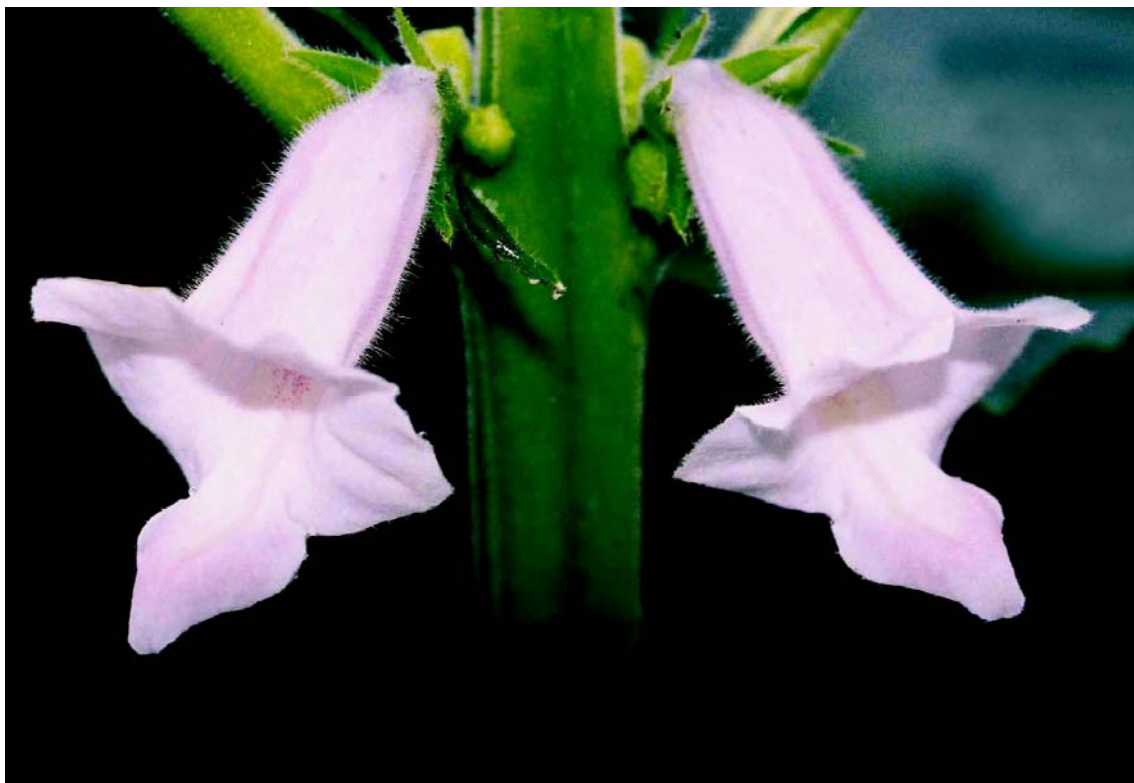
ゴマが最初に栽培されたのは、アフリカ北部といわれているが確証はない。ただ古いパピルス文書にはゴマの薬効を記したものがあるという。紀元前1,300年頃にはギリシャでも栽培され、バビロニアでは紀元前600年頃に、通貨としても使用されていた。これが紀元前100年頃には中国に伝わった。当時、漢の武帝の遣いとして西域に赴いた張騫(チョウケン)がもたらしたのである。日本にはこのルートを経て伝わったが、その時代は定かではない。しかし奈良・平安時代には広く利用されており、相当古い時代に伝わったものであろう。この時代には灯明用にゴマ油が用いられており、701年(大宝元年)に発布された日本最初の法律である『大宝律令』では、成人男子一人あたり七勺のゴマ油の貢献が義務づけられていた。時代が下ると灯明油はアブラナや黄蘗(ハゼ)などの油に変わっていったが、当時は他には不活性油の椿油ぐらいで、これは灯明に用いることはできず、胡麻油の価値は高かった(01-07-04 椿油の項参照)。

ゴマの種子には白、黒、黄色などがあり、それぞれ白ゴマ、黒ゴマ、金ゴマなどと呼ばれていた。良質の油は半乾性油で、オレイン酸を50%、リノール酸を40%も含んでいる。食用や天ぷらなどに用いるのはもとより、髪油や、軟膏などの医療用などにも用いられた。またゴマ油は禅宗の僧侶によって開発され、ごま和えやゴマ豆腐などの料理も、僧侶によって作り出されたという。この他にもゴマは炒って食用とすることも多く、炒りゴマを熱いうちに擦り潰して、ゴマ醤油、ゴマ味噌、ゴマ酢などとして風味を楽しんだ。特に白ゴマを炒らずに絞って精製したものは、『白絞油』(シラシメユ)ともいわれ、船舶機関の冷却用に用いられた。ゴマを擦るという言葉は、播り鉢でゴマを擦るとあちこちに擦りかすが付いてしまうことによるもので、あちらにもこちらにも付くという意味で、幕末頃から広まったものである。



ゴマの花はゴマすりの言葉に反してなかなか美しい(埼玉県川島町)。





ゴマの花。野菜の花は見る機会も少ないが、美しい花を咲かせるものが意外と多い。アズキや、エンドウなどのマメ科を始め、このゴマやオクラなどがその代表である(埼玉県川島町)。



ゴマの花。白い花もある。種子にはミネラルが多く含まれ、骨粗しょう症や貧血によい。



上部のゴマの花と下部には種子が実り始めている(群馬県高崎市、旧吉井町)。





ゴマの果実穂。このサヤの中に無数の種子が含まれている(さいたま市緑区)。



唐ゴマの若い果実、唐ゴマは別名ヒマ(蓖麻)ともいい、ゴマとは無縁の別種で、学名は『*Ricinus communis*』。種子は有毒で、蓖麻子油(ヒマシユ)を取る(京都市左京区京都植物園)。



トゲが剥けた唐ゴマの果実、ヒマシ油として印刷インク等に用いる(さいたま市緑区)。

[目次に戻る](#)