

I. 温故知新：サフラン *Crocus Sativus* L. アヤメ科クロッカス属

1. 日本の歴史

- 1861～1863年頃（江戸時代 文久年間） 球根の渡来。
- 1886年 神奈川県で栽培が開始 和名「番紅花」（バンコウカ）
日本薬局方初版に「泊夫蘭」として収載。
- 現在 主に大分県（日本一の生産量）、佐賀県などで栽培。



2. 海外の歴史

- B.C.28世紀頃 シュメール人が野生種サフランを薬として利用。魔力を持つ植物と信じられていた。
- B.C.18世紀頃 ギリシャ サントリーニ島 遺跡の壁画：
3人の女性とサフラン。1人の女性は傷ついた足をサフランの上にのせている壁画。
- 古代エジプト・ギリシャ： 皮膚や粘膜の潰瘍、月経障害など。
- A.C.1 世紀頃 ディオスコリデス薬物誌に「krokos」として収載。
- インド アーユルヴェーダ： 皮膚疾患、喘息、腎臓・消化器系疾患など。
- 中薬大辞典「蔵紅花（ソウコウカ）」として収載： 憂鬱病、胸苦しさ、無月経、産後の鬱血による腹痛など。

3. 機能性と安全性の検証

1) 医薬公定書収載情報

- 2015 厚労省「生薬のエキス製剤の製造販売承認申請に係るガイダンス」単味医薬品として収載
・冷え性、血色不良（皮膚の色つやの悪いもの）、気分がふさいだ症状、月経前の諸症状、食欲異常の緩和
- 2021 第18改正日本薬局方： 非麻薬性鎮痛薬、鎮痙薬
- 2024 欧州薬局方11.6（ホメオパシー製剤として）

2) 機能性の検証：ヒトRCT試験およびシステマティックレビュー

体重管理

- ◆ 2010 *Nutr. Res.* 30: 305-313. ヒトRCT試験（サフラン抽出物「SATIEREAL[®]」176.5 mg/日 8週間）：
軽度過体重の女性健常者の体重管理に有効性を示した。

加齢黄斑変性症の改善

- ◆ 2019 *Graefes Arch. Clin. Exp. Ophthalmol.* 257(1) : 31-40. ヒトRCT試験（サフラン 20 mg/日 3ヶ月間）：
軽度から中度の加齢黄斑変性症において、最良矯正視力と多局所網膜電図検査の潜時を有意に改善した。

睡眠の質の改善

- ◆ 2023 *Nutr. Metab. Insights* 16: 1-7. システマティックレビュー：睡眠の質を検証したヒト臨床(RCT) 試験5報を評価
サフランは、睡眠の質および不安などの神経系の機能を改善する可能性がある。

うつ病、認知機能改善

- ◆ 2024 *Phytother. Res.* 38 (5) : 2276-2302. システマティックレビュー：認知機能、うつ病、不安障害、睡眠障害、
注意欠陥・多動性障害 (ADHD)、強迫性障害 (OCD) に関連したヒト臨床 (RCT) 試験46報を評価
サフランは認知機能、うつ、不安、睡眠の改善においてプラセボより高い有効性を示した。
サフランの認知障害、うつ病、不安障害、ADHD、OCDに対する治療効果は従来の薬物に劣らず、忍容性も高い。

月経前症候群、更年期症状の緩和

- ◆ 2024 *Phytother. Res.* 38(6):2832-2846. システマティックレビュー：女性の生殖に対する有効性を検証した50報を評価
サフランは、月経困難症、月経前症候群、更年期障害など生殖器に関連する諸症状を軽減することが示唆された。
有効性にcrocetin, crocetinおよびsafranalなどの成分が寄与している可能性がある。

3) 安全性の検証

- * サフランの4,000年を超える長い使用歴
- * 2019 *Nutraveris* (※) のサフラン乾燥エキスの安全性報告書
※*Nutraveris* : <https://www.foodchainid.com/nutraveris/>

II. 学術、海外のハーブ医薬品・食品についての情報

公定書情報アップデート：●カボチャ種子 欧州薬局方最新版 11.8に収載

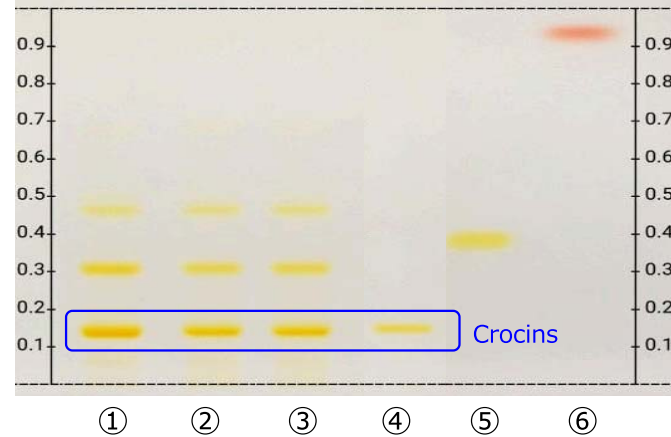
アスクのペポカボチャ種子乾燥エキスは、オーストリア原産の採種用カボチャ「*Cucurbita pepo* L. *convar. citrullina* I. *GREB. var. styriaca.*」の種子を利用しています。
その親水性成分に機能性を見出し、指標成分として管理しています。

III. 製品情報：多成分系抽出物であるサフラン乾燥エキスの品質保証

(品質管理部門 関口)

弊社サフラン乾燥エキスと日局サフラン（国産）を日本薬局方の分析条件を用いて検証し、サフラン乾燥エキスが日局サフランと同等の成分パターンを有することを確認した。

◆HPTLC：日本薬局方 サフランの確認試験条件で実施



① サフラン乾燥エキス ロットA
② サフラン乾燥エキス ロットB

③ 日局サフラン
大分県産、福田龍株式会社提供

100%エキス
Polyphenol 30%≧ Safranal 3.0%≧ Crocins 7.5%≧

標準品：④ Crocin ⑤ Naphthol Yellow ⑥ Sudan Red

(分析方法：第十八改正日本薬局方)

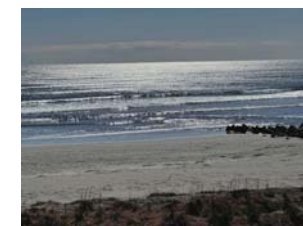
IV. ワークライフバランス：



2025 東金・九十九里浜波乗りハーフマラソン 2025年2月23日（日・祝）

大会要項		(ハーフマラソンの部)
▶会場	東金アリーナ陸上競技場	▶スタート時間 9時20分
▶主催	東金市・九十九里街・東金市教育委員会・九十九里町教育区委員会・(公財) 東金文化・スポーツ振興財団	
▶参加資格	✓ 15歳以上（中学生を除く） ✓ 健康状態に異常がなく、3時間00分以内で完走できる方	
▶アスク参加者	保坂（社長）、田口・森下・寺尾（営業）、星野（購買） ★サポートメンバー：久田（総務）、高崎（購買）	

波にのって非日常を走ろう



海も応援してくれているよう



久田・高崎のサポートなくて、完走なし。
前回に引き続き、暖かい見守りに感謝！



カオナシ??



Qちゃんも走る

START

元気にスタートしました！

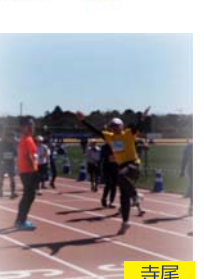
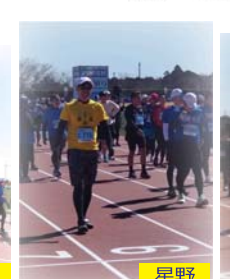


保坂さん??早いっ

GOAL



全員完走！すばらしい



保坂

田口

森下

星野

寺尾

「古人の跡を求めず 古人の求めしところを求めよ」 芭蕉と弘法大使に倣い歩き、気づき・楽しみを見つける：

リレー de ウォーク 全国棚田巡り 9,722.7 km SDGs2 飢餓をゼロに「コメ糠」と「コメ油」の礎 日本のピラミッド（棚田）を巡ります。



アスク社員おすすめ「棚田」に関するコメント PICK UP  ※棚田米の販売あり。

- 北陸新幹線が敦賀まで延伸され、東海道新幹線の米原経由ルートで北陸方面に行くことはほぼなくなるといいます。市の名前に「米」が入っている米原の棚田を選んでみました。すぐ近くにきれいな湧水もあるようです。ちなみに「米原」の由来は「コメ」ではないようです。
- 日本の棚田百選、美しい日本のむら景観百選 ※丹後こしひかり「極」一般には販売されていない希少で本物の幻の名米。山と海に挟まれた土地を利用して田んぼがつけられています。秋の収穫後の天日干しの際に、強い海風に耐えられるように丸太でしっかり支えられた4段から5段の「稲木」にイネを掛けます。この稲木干しの光景は今や限られた場所で見られなくなりました。
- つなぐ棚田遺産 ※別宮棚田米 白米「アキタコマチ」兵庫県最高峰の山、氷ノ山を正面に臨む棚田です。5月上旬の田植え前に棚田から撮影される水田に反射した「逆さ氷ノ山」には、例年多くの写真家が訪れているそうです。
- 日本の棚田百選 ※「もみからまい」きなせ岩美特選 棚田米 洗井地区（横尾・洗井・蕪島の3集落）に広がる棚田は、「歴史の道百選」に選ばれた因幡から但馬へ抜ける山陰道「但馬往来」という街道近くにあります。
- 社員旅行の際に立ち寄った浜田市の棚田。石見の国、中でもここ奥岩見は石どころで、至るところに階段状の石積みがあります。特に棚田は、城郭の石垣を連想させるほどの整然とした佇まいで、大小さまざまな棚田群が点在しています。
- 日本の棚田百選 ※室谷の棚田米 全体的にすり鉢状で1990年代には約4500枚が確認され国内最大と言われていましたが、現在は1000枚ほど。棚田越しに日本海まで見通すことができ、素晴らしい眺めです。
- 日本の棚田百選 ※ごりやく米（コシヒカリ）、この地区で作られる棚田米は機械による省力化が困難な上、水の確保を自然条件にゆだねる厳しい環境にあるが、刈り取った後「はせ掛け」という天日干しを行うため、粘りが強い甘みが強いお米で、高く評価されています。
- ※浜野浦棚田米（コシヒカリ）日本海に面した美しい景観のある町・玄海町でも人気のスポット。この美しさのあまり「恋人の聖地」とも言われる。
- 重要文化的景観、世界遺産 ※春日の棚田米、かくれギンタンの里 平戸市の春日集落にある棚田です。国内初、世界遺産に登録された棚田です。
- 日本の棚田百選、美しい日本の歴史的風土 ※うきはの棚田米 約400年前より積み上げられた石垣の上に作られた棚田。9月中旬頃になると、約50万本の彼岸花が咲き乱れ、その景観を楽しめる。
- つなぐ棚田遺産、有形民俗文化財、端っこ好きとしては鹿児島県の棚田が気になるそうです。桜島の火山灰の影響も気になります。
- つなぐ棚田遺産、山の尾根沿いに切り拓かれた棚田は、天空に浮かび上がるその姿から「仙人の棚田」あるいは「椎葉のマチュピチュ」として話題を集めています。
- 阿蘇の北外輪山の麓。後継者不足によって荒廃寸前の水田が、2011年「阿蘇水掛の棚田」として蘇った場所。また、阿蘇カルデラを眺望することができる数少ない棚田だそうです。
- 新婚旅行の際、レンタルバイクで旅行し、由布岳の中腹くらいまで登りました。その麓には棚田が広がっていたようです。
- 棚田百選 ※通年、町内の道の駅や産直市場などで購入可。先日出張で訪れた広島市街から約1時間で行ける場所にあり、親近感がわきました。“日本の最も美しい場所31選”にも選出された場所でもあるから選びました。
- 広島県尾道市にある棚田です。マイナーな棚田ですが、出張の際に立ち寄れるかもしれないと思い選びました。
- “日本一おいしいお米と風景の里 かしこ鳴くぼたるの里の棚田”※穂田琉（ホタル）米は、米・食味分析鑑定コンクール国際大会 国際総合部門で金賞受賞したブランド米だそうです。愛媛県庁の勤務する主人の幼馴染が熱く語る場所。ぼたるが見られる季節に一度訪れてみたいと思っています。
37. つなぐ棚田遺産 ※相川米、地元高知の棚田。写真を見て訪れてみたいと思った棚田になります。
- 日本の棚田百選、美しい日本の歴史的風土百選、島の宝百選、映画「八日目の蝉」の虫送りのシーンが撮影された場所。
- 日本の棚田百選、岡山県中央部の美咲町、標高400mの山間地に360℃すり鉢状に広がっている棚田。90分/週の周遊コースあり。
- 日本の棚田百選、つなぐ棚田百選 親戚が住んでおり、知り合いです。過去に度々訪問しています。
- 日本の棚田百選 収穫時期が近づく秋には、黄金色に輝く稲穂も見ることができるよう。
- 日本の棚田百選 重要文化的景観（平成25年）川沿いにある棚田です。
- 日本の棚田百選、つなぐ棚田遺産 ※丸山棚田米、熊野古道「通り峠」より絶景を望む当棚田は、名実ともに1000枚を超える棚田です。
- 日本棚田百選 妻の実家帰省の際に立ち寄ったことがあります。「下刈上球児」のロケ地の一つ。
- 日本の棚田百選、ぎふの棚田21選、つなぐ棚田遺産
48. つなぐ棚田遺産、日本の棚田百選 奥三河は棚田が多いイメージです。四谷の千枚田はイギリスのBBC放送やNHK「小さな旅」などで紹介されました。
- 昇仙峡入口にあり、1583年に徳川家康より天沢寺に賜った「御朱印」を受けて急斜面の地帯を開発した歴史を持ち「御領」の田と呼ばれた。かつては3ha1000枚以上あり関東随一の景観といわれる。現在は約800枚。
- 静岡県棚田等十選、「日本で最も美しい村」連合伊豆半島にある棚田です。東日本では珍しい石積みの棚田が特徴になります。
- 東京都心から最も近い棚田。
- 日本の里100選 傾斜地型の立派な棚田。かつては千枚田といわれるほどの規模でした。



歩行履歴：
✓ 2024.11 末 4371.3 km
春日の棚田（長崎県）を通過、葛籠棚田（福岡県）に向かって歩行中。
✓ 2024.12 末 5137.9 km
星野リゾート 界 湯布院の棚田（大分県）を通過、井仁の棚田（広島県）に向かって歩行中。
✓ 2025.03 末 7227.5 km
御領の棚田（静岡県）を通過、石部の棚田まであと6.2kmで到着。
✓ 2025.04 末 **GOAL!!**

41. 大阪府唯一の村「千早赤阪村」にある棚田です。千早赤阪村の英雄 楠木正成公の戦いの舞台となった「下赤阪城址」の裾野に広がっています。近くには日本一かわいい「道の駅ちはやあかさか」があり、棚田カレーや地元産のお米を使用したおにぎりなどが楽しめます。



南行徳
©2025 アスク薬品株式会社

お問合せ先：アスク薬品株式会社
TEL：047-399-7598 E-mail: info@askic.co.jp