



K O B E E C O T O W N O L I V E P R O J E C T

コラム「オリーブのおはなし」 Vol.1

神戸大学 名誉教授
インターナショナル
オリーブアカデミー神戸 顧問



中西 テツ



オリーブ 神戸はじめ物語～神戸阿利襪園

今年・2017年は、神戸開港150年の節目の年。コーヒー、ラムネも、映画も、水族館だって、最初は港からやって来たそうですね。その中にオリーブが入っているのをご存じでしたか？

日本で初めてのオリーブ園は、開港もない1879(明治12)年、居留地背後の北野に生まれました。当時はまだ段々畑だったところに、フランスのバリからやって来たオリーブ550本が植えられ、3年後の1882(明治15)年には、搾油や塩蔵品の製造に成功しています。

「こんなに純粋なオイルなら、おいしく出しても買いますよ。自分の国のオイルは混ぜ物が多くて、こんなに純粋なものはありません」。そういって、初の神戸産オリーブオイルを絶賛したのは、フランスから来日し、明治政府の顧問などを務めたお雇い法律学者、ポアソナードさん(1825-1910)です。

オリーブ園を作ったのは明治政府でした。しかし、どう

してこんな時代にオリーブ栽培に取り組んだのでしょうか。

しばらく前、群馬県の富岡製糸場が世界遺産に登録されました。ここは1872(明治5)年に明治政府が設立した器械製糸工場です。神戸にも税関の隣に、昔の生糸検査所だった建物(現デザイン・クリエイティブセンター神戸、愛称KIITO)があります。当時は居留地からたくさんのお茶や生糸が輸出されました。その外貨で汽車を買い、全国の交通網が整います。徳川幕府の財源は年貢米でしたが、近代日本の立ち上げにも、農業が力を発揮します。

外貨を得て、近代化を進める。そのためには、外国に売れるものを積極的に作ろう。そう考えた政府は、欧米人の好むワインやオリーブオイルを輸出品にするため、試験栽培に取り組んだのです。それが北野にあった「神戸阿利襪園」であり、兵庫県稲美町の「播州葡萄園」だったのです。



K O B E E C O T O W N O L I V E P R O J E C T

コラム「オリーブのおはなし」 Vol.2

神戸大学 名誉教授
インターナショナル
オリーブアカデミー神戸 顧問



中西 テツ



神戸と小豆島とオリーブの実

オリーブ栽培に成功した神戸オリーブ園は、10年ほど続いたのち、政府が財政難で民間に払い下げ、その後、長くは続きませんでした。明治後年、日露戦争の後、政府は北方からの魚で缶詰産業を興そうとします。魚の油漬缶にオリーブオイルが必要となり、オリーブ栽培を奨励します。神戸では、かつてオリーブ園が諏訪山横に設けた苗木場に多くのオリーブ樹が見つかり、再び管理が始まりました。しかし結局、都市化が進む神戸では管理の人手が得られずに断念します。

そこで1907(明治40)年、政府は、香川、鹿児島、三重の3県に改めてオリーブの試作を依頼しました。これを成功させたのが香川県の小豆島です。この時、神戸オリーブ園を成功させた官僚で農学者の福羽逸人ふくぼはやとが指導にあたり、神戸の技術を伝えています。100年このかた、小豆島はオリーブとともに歩み、オリーブ栽培の技術を築いてきました。

ところで、オリーブの実を、日本人向けに美味しく食べる方法も、小豆島が開発しました。輸入瓶詰めオリーブの実には、ちょっとクセがあって苦手な人が多いのですが、小豆島ではオリーブの実を一夜漬け風に、あっさりとした漬物に加工しました。外国では、オリーブの実を塩蔵しながら少し発酵させ、クミンなどの香料を加えて漬け込むので、独特の味わいになります。

今、小豆島では、オリーブの実の加工品を「新漬け」と呼んでいます。2%の苛性ソーダで12時間くらいアクを抜き、十分に水洗いをした後、3%の塩水に漬け込みます。例年、9月下旬から早生のマンザニコという品種をアク抜きし、10月10日からオリーブの新漬けとして一斉販売します。シュワッとオイルが広がる新漬けの味わいは格別で、手が止まらなくなるほどです。皆さんもどうぞご試食あれ。



K O B E E C O T O W N O L I V E P R O J E C T

コラム「オリーブのおはなし」 Vol.3

神戸大学 名誉教授
インターナショナル
オリーブアカデミー神戸 顧問



中西 テツ



エキストラバージンオリーブオイルと健康

生活習慣病という言葉を横目に、高齢化社会のただ中をゆく私たちは、日頃から食品選びや安全・安心の見極めに大きな関心を持っています。調理に欠かせない食用油は、いろいろな情報があって戸惑いますが、そうした中で、エキストラバージンオリーブオイル(EVO)への関心は年々高まっています。

オリーブオイルが良いとされる理由は、次のようなものです。

まず1つとして、しばらく前になりますが、厚生労働省が栄養所要量の改定(「第6次改定 日本人の栄養所要量」平成12年度-16年度)で、脂質の脂肪酸摂取の好ましい比率を示しました。この改定では、初めて過剰摂取の害を取り上げています。多価不飽和脂肪酸であるリノール酸の過剰摂取が、体内で炎症性活性物質を作りだし、アトピーなど炎症体質を誘導することへの懸念です。

改定は、「飽和脂肪酸、一価不飽和脂肪酸、多価不飽和脂肪酸を3:4:3の割合で」というものです。このような脂肪酸の摂取比率は、油脂の種類を見直すことで調

整できます。リノール酸の過剰、つまりその摂取比率を抑えるには、オレイン酸(一価不飽和脂肪酸)に富むオリーブオイルやナタネを利用するのほひとつです。最近では、ハイオレック(高オレイン酸)という表示を見かけます。ペニバナやヒマワリでは品種改良によって、リノール酸を抑え、オレイン酸比率を高めることも可能になりました。

2つ目として、EVOは、精製していない、搾っただけの果汁オイルですから、抗酸化成分が豊富です。EVOのスパイシーな風味成分であるポリフェノール類が、健康と関係することがわかってきました。風味成分に含まれるヒドロキシチロソールは、以前から美白効果が知られていました。最近の医学研究では、オリウロペインとその代謝物であるヒドロキシチロソールは、血管に酸化ストレス耐性を付与することで、動脈硬化の予防に効果があること。さらに、抗炎症効果のあるオレオカンタールのような成分も、生活習慣病に予防的効果を発揮するといわれます。苦味や辛味といったオリーブオイルの風味は、味わいだけでなく、健康にも欠かせないものなんですね。



K O B E E C O T O W N O L I V E P R O J E C T

コラム「オリーブのおはなし」 Vol.4

神戸大学 名誉教授
インターナショナル
オリーブアカデミー神戸 顧問

中西 テツ



オリーブの歴史と特徴

家の門口やレストランなどの前に置かれたオリーブは、おしゃれな雰囲気です。若い方々に人気です。

もともとオリーブは地中海沿岸に生まれ、人が利用を始めて6,000年以上たちます。東京の古代オリエント博物館が十数年をかけて調査したシリアのテル・マストゥーマ遺跡では、青銅器時代(紀元前3500年頃～)の層位から、多量のオリーブ種子が発見されました。この頃すでに、オリーブオイルがこの一帯から近隣の都市に供給されていた様子です。

こうしてオリーブは古代エジプト、古代ギリシャを経て、地中海沿岸諸国に伝わり、現在ではほぼ全世界の温暖な地域に広がっています。

風に揺れるオリーブの枝を見ると、葉の表はワックスに覆われて、つややかな深い緑、葉裏は銀色です。オリーブは、葉の一對ずつが直角に交わって立体感があり、

日を受けると葉の表裏が輝いて、大変美しいのです。

かつてピカソが、南欧の陽光にきらめくオリーブを描いています。ピカソはオリーブの葉をくわえた鳩の絵も描いているので、オリーブに思い入れがあるのかしらと想像していたら、実は大変な鳩好きでもあったそう。娘の名は、スペイン語で鳩を意味するパロマ・ピカソです。

オリーブはキンモクセイと同じモクセイ科の植物で、クリームがかった白い花が房状になって、5月の中・下旬頃から咲きます。うっすらと良い香りもあります。品種の多くは自家不和合性という性質を持ち、実をつけるには違った品種を組み合わせます。また1株で実がつくルッカやアルベキーナのような品種もありますから、植えているオリーブの品種名を知っておくことも大事です。苗木についているラベルには品種名が記してあるので、失わないようにしてくださいね。



K O B E E C O T O W N O L I V E P R O J E C T

コラム「オリーブのおはなし」 Vol.5

神戸大学 名誉教授
インターナショナル
オリーブアカデミー神戸 顧問

中西 テツ



オリーブを育ててみましょう

オリーブは光を好む樹木なので、庭先に植える場合は日当たりの良い場所を選びましょう。鉢植えの場合もベランダや戸外の日が当たる場所、屋内に入れる時も、窓際の光の入るところに置きます。

オリーブの開花は5月末ですが、花芽ができるためには冬の低温が必要です。目安は、1月頃に1週間ほど、気温が10度以下になること。つまり温暖な気候を好むといっても、冬の低温がないと花が付きません。

また、オリーブの根は酸素を多く必要としますから、水はけの良い場所であること。鉢植えでは園芸用の土でも、重すぎず、軽すぎず、3年に一度くらい、土の入れ替えもします。土の表面に木の葉や藁(わら)が多いと、コガネムシが卵を産み付け、幼虫が根を荒らします。鉢の表面にネットや石の細片をおいて産卵を防ぎましょう。

オリーブを植える時、最も注意するのは支柱です。オリーブの枝はしなやかですが、地中の新しい根はもろくて肉質です。枝が風で揺れると、根に亀裂が入り、傷つ

きますので、揺れが根に伝わらないよう、しっかり支えましょう。

世界のオリーブ品種は1,125種ほどあるといわれます。日本では小豆島の代表4品種、ミッション、ネバディロブランコ、ルッカ、マンザニコが知られています。しかし、最近はイタリアやスペインからも苗木が入って、レッチーノ、シプレッシーノ、アルベキーナなど、たくさんの品種を見かけます。

オリーブは、枝の性質や伸び方が品種によって異なります。大きくなると、例えばミッションやシプレッシーノは、縦長な樹形になり、ネバディロブランコやルッカは、横に広がります。また品種によって、実の大きさ、形や肉質、オイルの量や味も違います。

木を植える時だけでなく、オリーブオイルを使う時にも、品種名を覚えて、スパイスさや風味の違いを知っておけば、料理もより美味しく楽しめますよ。



K O B E E C O T O W N O L I V E P R O J E C T

コラム「オリーブのおはなし」 Vol.6

神戸大学 名誉教授
インターナショナル
オリーブアカデミー神戸 顧問

中西 テツ



オリーブアナアキゾウムシ
写真提供／香川県農業試験場

平和の象徴であるオリーブを地域の手で

古代ギリシャのオリンピックでは、オリーブの葉冠をかぶった使者が各地をまわり、開催を告げたといわれます。期間中は何びとも武器を手にはせず、裁判や死刑も停止しなければなりません。オリンピック休戦ですね。やがて競技の勝者もオリーブの葉冠をつけて、自分のまちへと戻ります。人々はオリーブ冠を見て、争いのないひとときを喜び、勝者を讃えたことでしょう。

また、聖書に登場する「ノアの箱舟」(方舟とも記される)。この中で主人公ノアは、放った鳩がオリーブの若枝をくわえて戻った時、洪水がひき、地上に平和が戻ったことを知ります。このようにオリーブの木は、歴史の中でたくさんの物語を生み、平和の象徴として人々に愛され、大切にされてきました。

オリーブのふるさは地中海ですが、現在は世界中に栽培が広がり、インド、ネパール、中国、日本のようなモンスーンアジアでも挑戦が続いています。オリーブの栽培は比較的容易とされていますが、実際には病害虫などの対策に苦労があります。地中海地域ではオリーブミバエが果実に卵を産み付けます。最近、イタリア南部では

木を枯らすピアス病の被害が出て、心配されています。

この日本には、根ぎわの樹皮に入り込んで、木を枯らしてしまう「オリーブアナアキゾウムシ」がいます。殺虫剤で駆除しますが、公園や庭先など、人やペットがいる場所では、農薬散布はできるだけ避けたいものです。木が弱って、根元に脱出孔や木くずがあれば、浮いた樹皮の内側にいる幼虫をかき出しましょう。成虫は夜行性で、昼間は葉陰に潜んでいます。毎日1つ、年間300もの卵を産むといわれます。朝はまだ産卵で根元付近にいるので、早起きをするで見つけることが容易です。公園など、オリーブの木を見かけたら、元気にしているか、ゾウムシ被害の兆候はないか、根元をよく見てください。この虫に気がつけばオリーブは長生きです。木を植えてない人もどうぞ「オリーブウォッチャー」をお願いします。

耕作放棄地の再利用で、オリーブを植える地域は増えていますが、小さな実ですから収穫は大変です。近隣の地域がオリーブを植えていたら、まちの皆さんも収穫を手伝いましょう。オリーブは、人と地域、人と人のふれあいの輪を大きく、楽しくしてくれます。