

みなさまこんにちは。世界珈琲にゆーす担当の、のんです。
桜も咲きいろいろな所で春を感じるようになりました。
今回紹介するのは松尾芭蕉の春を感じる一句です。「ゆかし」は
心が引かれる、おくゆかしいという意味で、春の山道を歩いて道の
傍らの小さなスマレに心引かれたことを歌った一句です。



カフェピーベリーフジグラン広島店が平成 25 年度フジ
全テナントのフード部門において、優秀な業績が認められ
3月27日に表彰を受けました。

これも日ごろ、カフェピーベリーにお越し頂いている
皆様のおかげです。これからもお客様に満足していただける
空間・料理・サービスを提供出来るように努力して参りますので
今後とも、カフェピーベリーを
よろしくお願い致します。



コーヒーの体への効果

これまでいくつか、コーヒーの効果についてお話ししてきました。
今回はパーキンソン病への効果についてご紹介します。

●パーキンソン病とは

パーキンソン病は 1817 年にイギリスのジェームズ・パーキンソン
医師が初めて報告したためそれにちなんで付けられた名前です。
この病気は脳の神経に異常が起こり、脳が出す運動の命令がうまく
伝わらず、スムーズに動けなくなる病気です。手足の震えや
固縮などを引き起こし最悪の場合車椅子が必要になることもあります。
若い人には少なく 40～50 歳以降にみられることが多いとされています。
症状を緩和させる治療法は進んでいますが、まだ根本的な治療法は残念
ながらまだ確立されていません。

●コーヒーがもたらす効果

アメリカハワイ大学のグループが行った
研究で、コーヒーに含まれる**カフェイン**が
パーキンソン病のリスク低下と関連がある
という研究結果を 2000 年 5 月に発表しました。1965 年から
約 30 年間にわたってハワイの日系男性約 8000 人を対象に行われた
調査で、コーヒーを一日に 800cc 飲む人は、飲まない人に比べて
発症リスクが **1/5 に低下**するという研究結果が発表されました。
その他にもコーヒーを飲み続けることでパーキンソン病のリスクを
低下させるという研究が世界各国で進められています。



山路きて何やらゆかし 董草

松尾芭蕉



【分類】スマレ(董) スマレ科 スマレ属

【学名】Viola mandshurica

春に深い紫(董色)の花を咲かせる野草で、日本では
北海道から屋久島までの日本列島に広く見られ、山間部の
道端から都会のコンクリートのひび割れなどからも顔を出す。

学名の mandshurica は「満州の」と言う意味。
スマレ愛好家の間では和名である「スマレ」は、このままだと
属名や科名と紛らわしいので本種を指す場合、学名に由来する
「マンジュリカ」で呼ぶことがある。

品種もさまざまで国産、外国種を合すると数百種類にも
及ぶ品種がある。パンジーもスマレの仲間の一つである。



2014
4月号

Vol.86

発行所
株式会社
ワールドコーヒー
企画開発課

今が旬「イチゴ」

近頃は 12 月ごろから出回るイチゴですが、露地物のイチゴが
出回るのはこの時期です。価格も
落ち着いてきて、おいしいイチゴが
たくさん出てきます。



イチゴはビタミン C が豊富で他にも
葉酸や食物繊維なども多く含まれ
ています。ポリフェノールの一種
であるアントシアニンも含まれていて
風邪の予防からがんの予防まで幅広く効果が期待されます。

おいしいイチゴの選び方

イチゴの表面のつぶつぶ。実は種ではなくその一つ一つが
イチゴの果実で、その中に種が入っています。
おいしいイチゴを選ぶときはこのつぶつぶがくっきりしていて
へたが青く元気なもの、そして表面にツヤのあるものが
おいしいイチゴです。

大人から子供まで人気のイチゴは
そのまま食べるのは勿論、ショート
ケーキやタルトなどケーキに使ったり
ジャムにしたりなど、どんな食べ方
をしてもおいしい果物です。
今一番おいしいこの旬の季節にぜひ
召し上がって下さい。

