



# 素晴らしきミツバチの世界

養蜂とは、ミツバチの素晴らしさは。永年蜂を愛し続けてきた久世佳弘氏が語る素晴らしいミツバチの世界。



ミツバチは私たちにたくさん恵みを与えてくれます。特に「はちみつ」や「ローヤルゼリー」「プロポリス」「花粉」「ハチの子」などの蜂産品は、自然の恵みを、ミツバチが仲介してくれることでもたらされる大きな恵みです。

## この季節にも大活躍の蜂産品

春は日差しも柔らかく、暖かいので、気候的にはもつとも過ごしやすい時期かもしれませんがね。しかし引越しいや転勤など、環境が変わることでの外的なストレスを受けやすくなる時期でもあります。慣れた頃には「五月病」というものも出てきます。「何となく体がダルイ」「集中力がなくやる気が出ない」という症状ですね。実はこうした症状に「はちみつ」がとても有効だといわれているのです。「はちみつ」は別名「東洋のトランクライザー」（精神安定剤）といわれるほど、心身の安定に効果的に働きかけてくれるのです。世界最古の薬学書ともいわれる「神農本草経」には

「肝・心・脾・肺・腎の五臓の動きを安らかにして不安の病を治す」と記載されています。ビタミンB<sub>1</sub>やB<sub>2</sub>、Eなどのビタミン類や、鉄分、リン、銅、マンガンなどのミネラル類も豊富に含まれているので、心身の微調整をおこなってくれるのですね。美味しくて体に良い、この季節にも大活躍の蜂産品です。

## 花粉症には花粉で対抗

またこの時期は「花粉症」に悩まされる方も多いですね。この辛い症状に、ミツバチが集めてくる花粉が有効に働きかけることが、今から10年程前の実験結果で明らかになりました。花粉症やアレルギー、喘息などに特に顕著な効果を確認できたそうです。また栄養価が高いことから、最近では料理の時に素材として使用されることもあります。同じく蜂産品である「ハチの子」は、こうした効能をもつ「はちみつ」や「花

粉」「ローヤルゼリー」を与えられて育ちます。

「ハチの子」には健康にたいへん役立つアミノ酸が天然のまま、豊富に含まれていますから、それぞれの蜂産品がもつ良さをいっそう体感できるのも魅力ですね。体調を崩しやすい季節の変わり目も、自然の恵みである蜂産品を上手に活用していただきたいと思います。



株式会社  
札幌山本養蜂園社長  
久世佳弘

久世佳弘プロフィール

昭和14年 北海道常呂町生まれ  
昭和47年 (株)山本養蜂園札幌営業所勤務  
平成6年 (株)札幌山本養蜂園として独立

札幌山本養蜂園

電話 011-873-3838

住 所 札幌市白石区北郷2条7丁目6の13  
事業内容 ハチミツ関連商品・養蜂器具卸販売