

『アロマ&ハーブ大事典』正誤表 20240910

『アロマ&ハーブ大事典』（2021年4月5日初版発行）につきまして、誠に申し訳ございませんが、以下の修正をお願いいたします。

※なお、お手元の版によっては修正後の箇所もございます。

p. 112 グレープシード

（解説文を以下のように修正）

ぶどうの種から得られるグレープシードオイルは、無味無臭でさらりとした味わいがあります。ヨーロッパでは古くから調理油や健康食品として親しまれてきました。グレープシードは抗酸化作用に優れたビタミンEやオリゴメリックプロアントシアニン（OPC）を豊富に含むのが特徴。OPCはポリフェノール的一种で、高血圧や動脈硬化などの生活習慣病予防に役立つほか、毛細血管を保護する作用があり、アレルギー反応や静脈瘤などの予防や改善にも用いられます。ただし、このオイルにはリノール酸が多く含まれています。リノール酸の摂りすぎは炎症性の疾患を引き起こす要因となるので、過剰摂取には注意しましょう。

p 216

クマザサ

（解説文を以下のように修正）

冬になると葉の周囲が白くなり、隈取りをしているように見えることが名の由来です。殺菌や防腐作用があり、古来より食品を包む際に用いられてきました。ミネラルやクロロフィル、ビタミン類も豊富な生葉をミキサーにかけて青汁にし、胃炎、口内炎、口臭対策として利用する人も多いようです。