

エゴマ

【 *Perilla frutescens* 】

科名 シソ科

属名 シソ属

薬効・用途

種から絞った油（荏油）は食用に、また乾性油なので防水性を持たせる塗料として油紙、番傘などに用いられてきた。最近では α -リノレン酸を他の食用油に比べ豊富に含んでいることから注目されている。



・花期：9～10月

備考

一年草。東南アジア原産。シソ（青紫蘇）とは同種の変種。食べると十年長生きできるという謂れから別名ジュウネンという。両性花。