

# マタタビ

【 *Actinidia polygama* 】

科名 マタタビ科

属名 マタタビ属

## 薬効・用途

蕾にできた虫こぶ（木天蓼 モクテンリョウ）は、健胃・強壯のほか、冷え性、神経痛、リウマチなどに効果があるとされる。果実は生食のほか、塩漬け、みそ漬け、薬用酒（マタタビ酒）などにして利用される。



・花期：6～7月

## 備考

落葉蔓性木本。北海道、本州、四国、九州、千島列島、朝鮮半島に分布する。開花期の一部の葉は白色となる。和名の由来はアイヌ語の「マタタムブ」からきたというのが現在最も有力。ネコ科の動物がマタタビに強い反応を示す（主成分はマタタビラクトン）さまから「猫に木天蓼」ということわざが生まれた。雌雄異株と両性株。