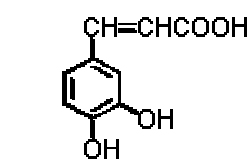
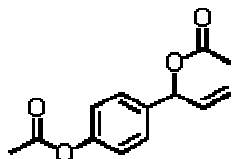


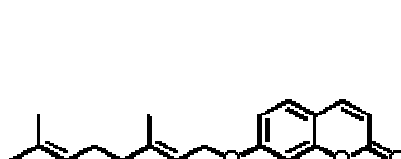
第2群：フェニールプロパノイド(多彩な野菜・果物)、リグナン(ゴマなど) - C₆-C₃



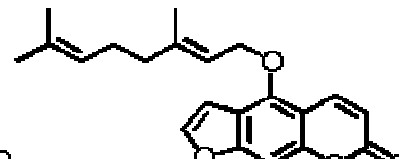
コーヒ酸
(野菜・果実)



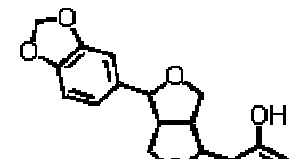
ACA
(ショウガ科ナンキョウ)



オーラプテン
(柑橘類)



ベルガモッチン
(コブミカン)



セサミノール
(ゴマ)

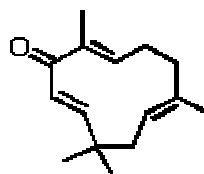
第3群：テルペノイド(柑橘、香辛野菜など) - C₅(イソプレン)単位 × n

モノテルペノイド (C₁₀)

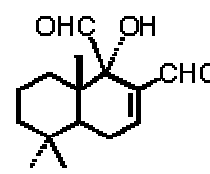


リモネン (R=CH₃)
ペリラアルコール (R=CH₂OH)
(柑橘類など)

セスキテルペノイド (C₁₅)

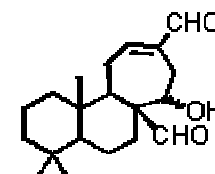


ゼンボン
(ショウガ科ニガショウガ)

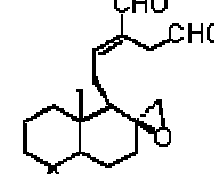


ワールガナール
(ヤナギタデ)

ジテルペノイド (C₂₀)

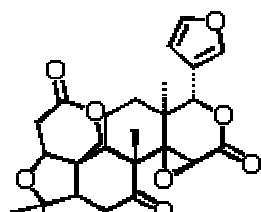


ガラナール A,B
(ミョウガ)



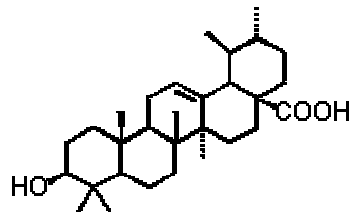
アフラモジール
(ミョウガ)

リモニン (C₂₆)

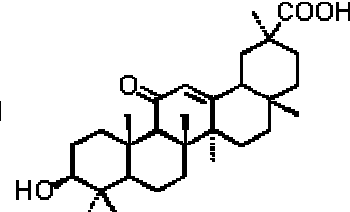


リモニン
(グレープフルーツなど)

トリテルペノイド (C₃₀)

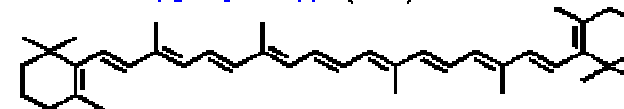


ウルソール酸
(シソ科・バラ科植物)

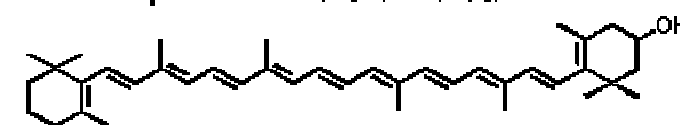


グリチルレチン酸
(甘草)

カロテノイド (C₄₀)



β-カロテン(野菜・果物)



β-クリプトキサンチン(柑橘類果実一般)

図-1 がんの予防性が期待できる主要な食成分(その2)