茶レンジ!未来へ繋ぐ藤枝茶



〈藤枝茶のシンボルマーク 藤香ちゃん〉

1. 藤枝の茶業

藤枝でお茶の栽培がいつ始まったかについて確かな記録は残っていませんが、瀬戸谷の臼井家に伝わる古文書(1681 年・江戸時代)に茶園のことが記載されていることから、そのころから茶業が盛んであったことが伺えます。

明治時代には茶町周辺に茶商が軒を並べ、山間地には次々と 茶園が開かれ、藤枝茶は清水港からアメリカを始め、世界に輸出さ れました。藤枝茶は品質でも高い評価を受け、1893年のアメリカ の万博では、手もみ茶が特別賞を受賞しました。その後も高品質へ のこだわりは伝統となり、各地の品評会で数々の賞を受賞しております。



【瀬戸谷大久保地区にある大茶樹】

2. 岡部の茶業

岡部茶業は室町時代にまでさかのぼるとされています。玉露の栽培 が始まったのは明治になってからです。明治中期に、霜害防止のための 被覆「わらかけ」を行ったことが発端といわれ、やや寒冷な気象条件も栽 培に合っていたことから、以降、栽培が広がっていきました。長年にわたり 積み重ねてきた茶栽培と製茶技術は優れた品質の玉露を生み出し、 福岡の八女、京都の宇治と並ぶ玉露の産地として知られています。

現在は、「玉露」のほか「かぶせ茶」、「碾茶」を生産する「被覆茶」の産地として変化を遂げております。



【朝比奈宮島地区にある玉露園】

3. 地元を代表するお茶

- (1) 普通煎茶(普通蒸し煎茶)…日本茶の代表で一般的なお茶 【藤枝茶3姉妹】
 - ・藤枝かおり…茶産地「藤枝」復活のため藤枝市茶振興協議会でブランド化に取り組んでいる商品。 ジャスミンの花のような香りとやさしい渋みが特徴のお茶です。 平成 14 年に商標登録され ました。 ペットボトル茶も飲みやすく、おすすめのお茶です。









なにげない一杯のお茶で最高の"おもてなし" 出前講座

- ・藤枝めぐみ…平成 20 年に誕生した藤枝のブランド茶です。品質に定評がある荒茶工場の荒茶を使用して、茶師が匠の技で仕上げた煎茶を審査し、選ばれたお茶。
- ・藤枝くれは…藤枝かおりの茶葉から生まれた和紅茶。









【藤枝茶3兄弟】

- ・飲まっかしん … 瀬戸谷地区の生産者が丹精込めて栽培したお茶で、山里のお茶独特の風味と豊かなコクが特徴。
- ・葉梨物語 ・・・ 葉梨地区のお茶だけを使用し、丁寧に仕上げられた程よい渋みと、芳醇な香気がある昔懐かしいお茶。
- ・稲葉の雫 ・・・・ 稲葉地区のお茶だけを使用し、茶葉の芽を細かくし、鮮やかな緑色とまろやかな風味に仕上られたお茶。







- (2) 玉露・かぶせ茶…ワラで作ったコモなどで茶園を覆い、直射日光を避けてうまみを増し、 苦味を抑えて育てた最上級茶。
 - 【朝比奈玉露】…福岡の八女、京都の宇治、静岡の岡部が三大玉露の産地
- (3) 碾茶…抹茶の原料となるお茶。玉露同様、一定期間日光を避けて育て蒸した後、 揉まずに乾燥させたもの。







【碾茶】

【玉露の茶摘み】 【玉露】

4. 藤枝茶の状況

- ①農産物産出額トップ → 藤枝市の農産物の4割以上。(2位:米、3位:みかん、4位:いちご)
- ②香り高い銘茶の産地 → 水はけの良い肥沃な土壌、昼夜の寒暖差が大きい。
- ③茶園は北部の山間地 → 山間の傾斜地に茶園が造成されている。
- ④お茶の生産地・集積地 → 「茶町」という町名があり、多くの茶商が軒を並べている。(数は県内で2番)





5. 藤枝茶の課題

- ①後継者不足 → 担い手の高齢化が進行している。
- ②傾斜地での茶園管理 → 機械化が進まず生産効率が悪い。
- ③リーフ茶の消費低迷 →消費者の嗜好の多様化。





6. 市の取り組み等

- ①基盤整備、改植への支援
 - → 蔵田地区、谷稲葉地区、中里地区



②藤枝市茶振興協議会でのPR活動

→ イベント出展、淹れ方教室、各種イベント等



なにげない一杯のお茶で最高の"おもてなし" 出前講座

- ③「藤枝ジュニアお茶博士認定講座」の開催 → 小学生を対象に、藤枝茶に対する意識の醸成等を図る。
- ④「藤枝ジュニアお茶博士」から「藤枝ジュニアお茶大使」として活動 →

中学生を対象に、お茶に関する知識の更なる向上と共に、コミュニケーション能力向上を目指す。



【藤枝ジュニアお茶博士 認定講座の様子】



【海外からのお客様に英語で呈茶サービス(藤枝ジュニアお茶大使)】

7.日本茶の効能

健康意識が高まる中で、近年、ダイエットや生活習慣病に効果があるといわれる成分が多く含まれている日本 茶が注目をされています。

お茶に含まれる成分で主なものはカテキン類、カフェイン、テアニン、ビタミン群です。カテキン類はお茶の渋みを担当し、発ガンを抑制する抗酸化作用や、脂肪の吸収の抑制など、健康面に大きく影響しています。カフェインは日本茶独特の苦味を出し、覚醒作用や眠気の除去などの効果があります。テアニンはアミノ酸の一種でうまみ成分のもとになります。テアニンを摂取すると、アルファ波の出る回数が増えることから、リラックスへと繋がります。ビタミンA、C、Eはカテキン同様に抗酸化作用があり、老化防止や美肌効果を持っています。

【お茶の主な効能】

① 食中毒予防【茶カテキンの殺菌力】

お茶の殺菌力の有効性やコレラ菌を殺す強い力があること、赤痢菌など腸に感染する病原菌に効くことの研究成果が発表され、また、病原性大腸菌 O-157 に対しても茶カテキンの殺菌力は有効とされています。また、乳幼児が感染しやすいロタウイルスの感染を強力に阻止する成分がお茶にあることも明らかにされています。

② 虫歯予防・口臭予防【カテキン類やフッ素】

日本茶に含まれるフッ素が歯を守る大きな役割を果たします。歯の表面をコーティングし、酸に強い歯を作るとともに、フッ素が虫歯菌を抑制し、茶カテキンのもつ抗菌作用も虫歯に有効とされています。

③ インフルエンザ予防【カテキン類】

茶カテキンの中でも、エピガロカテキンガレード(EGCG)というカテキンが細胞内でのウイルスの感染性をなくし、感染を阻止するコーティングの役目を果たし、インフルエンザの予防に効果的とされています。

4) 美容と健康【ビタミン C が豊富】

緑茶のビタミン C は比較的熱に強く保存にもすぐれた特性があります。ビタミン C の摂取により、ウイルス感染への抵抗性が増し、色々な病気の予防や治療に効果があります。また、美容の点からも、肌に弾力性を与え水分の減少を防ぎ、肌の色を黒くするメラニン色素の生成を抑制する効果もあることから美肌効果もあるとされています。

なにげない一杯のお茶で最高の"おもてなし" 出前講座

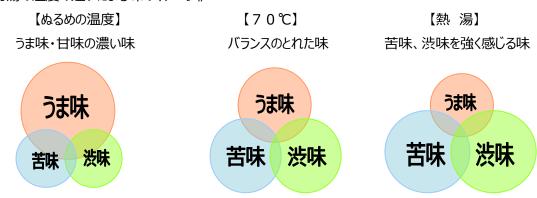
【お茶に含まれる主要な成分】

- ○カテキン → お茶独特の渋みを生む。抗酸化作用が強く健康面に影響を与える。
- ○カフェイン → お茶の苦味の成分。疲労や眠気を取り除く覚醒作用や利尿促進、消化促進の働きがある。
- ○テアニン → アミノ酸の一種。お茶のうまみはこの成分による。アルファ波発生を促すためリラックスをもたらす。
- ○フッ素 → フッ素が歯をコーティングし、酸に強い歯を作ることから、虫歯予防となる。
- ○ビタミンA → 老化の要因となる過酸化物質を抑制する抗酸化作用をもたらす。ビタミンA、C、E はどれも 抗酸化作用と美肌効果がある。
- ○ビタミンC → コラーゲンの生成に関わるので、皮膚や粘膜の健康に影響を与える。ビタミンA同様に抗酸 化作用がある。
- ○ビタミン E → 抗酸化作用と、血行を良くする効果があるので、肌の老化防止にもつながる。
- ○フラボノイド → 強い抗酸化作用や抗菌作用に加え、消臭効果もある。

8 お茶の美味しい淹れ方

- ◆お茶の味を決める3つの成分
 - ・うま味 (アミノ酸) → お湯の温度の高低に関係なく溶け出す
 - ・苦味(カフェイン)→ 低温では溶け出しにくいが、高温になると一気に溶け出す
 - ・渋味(カテキン) → お湯の温度が高くなるにつれて溶け出す

《お湯の温度の違いによる味のイメージ》



◆お茶を淹れる3つのポイント

- ・茶葉の量 → 煎茶は一人前2~3 gが適量です。
- ・お湯の温度 → 最適な温度は飲むお茶によって違います。
- ・待ち時間(浸出時間) → お茶の成分をお湯に溶け出させることを浸出といいます。このお茶の浸出時間 でお茶の味が変わってきます。

お茶の淹れ方の手順《普通煎茶》

- 1. ポットのお湯を湯冷ましに入れます。
- 2. 湯冷ましのお湯を茶碗に移します。
 - \bigcirc 一度、器にお湯を移すことで $5\sim10$ \bigcirc 温度が下がります。
- 3. お茶の葉を急須に入れます
- 4. 茶碗で湯冷まししたお湯を急須に入れます。
- 5. ふたをして1分待ちます。
 - お茶の種類によって時間は変わります。
- 6. 茶碗にお茶を注ぎます。最後の一滴までしばり注ぎ切ります。
 - 🕠 まわし注ぎをして、それぞれの茶碗を同じ量、同じ濃さにします。
 - 注ぎ終わったら、注ぎ口のほうに茶葉が偏っているので、急須の側面を手の平でぽんと叩いて、平 らにしておくと、二煎目のお茶がスムーズに淹れられます。
 - 二煎目を淹れるまで、急須のふたをずらしておきます。茶葉が蒸れるのを防ぎます。
- 7. (2煎目)湯冷ましにお湯を注ぎます。
- 8. 湯冷ましのお湯を急須に注ぎます。
- 9. 茶碗にお茶を注ぎます。

お茶の淹れ方の手順《玉露》

- 1. ポットのお湯を湯冷ましに入れます。
- 2. 湯冷ましのお湯を茶碗に移します。
 - 一度、器にお湯を移すことで $5 \sim 10$ ℃温度が下がります。
- 3. 茶碗のお湯を湯冷ましに移します。
- 4. お茶の葉を急須に入れます
- 5. 茶碗で湯冷まししたお湯を急須に入れます。
- 6. ふたをして2分待ちます。
 - お茶の種類によって時間は変わります。
- 7. 茶碗にお茶を注ぎます。最後の一滴まで注ぎ切ります。
 - まわし注ぎをして、それぞれの茶碗を同じ量、同じ濃さにします。
 - 注ぎ終わったら、注ぎ口のほうに茶葉が偏っているので、急須の側面を手の平でぽんと叩いて、平 らにしておくと、二煎目のお茶がスムーズに淹れられます。
 - 二煎目を淹れるまで、急須のふたをずらしておきます。茶葉が蒸れるのを防ぎます。
- 8. (2煎目)湯冷ましにお湯を注ぎます。
- 9. 湯冷ましのお湯を急須に注ぎます。
- 10. 茶碗にお茶を注ぎます。