

喫茶養生記(茶西:1211)

茶者養生之仙藥也 延齡之妙術也

①茶は身体衰弱、意志消沈のときは、氣力を強くする。
②茶は人を愉快な気持ちにさせ、酒の酔いを醒まし、睡気を起こさない。
③茶は小便の通じが良く、喉の渴きをとさり、消化不良をなくす。
④茶は身を軽くし、脚氣によい。
⑤茶は精神を整え、内臓を和らげ、身体の疲労をやすらかに除く。

茶は養生の仙薬なり 延命の妙術なり

抹茶と煎茶の文化

写真などは H.P.より引用

茶道の文化

抹茶

日本の精神文化に

大名・武士のお茶

煎じ茶

庶民のお茶

振り茶

成熱し、権力的な茶の湯に対する反権力。新時代のお茶として
清風(せいふう)のお茶に着目

高遊外売茶翁(1675-1763) ~日本に煎茶を普及させた文化人~

日本における主要な茶の推移

茶種の変遷

平安時代	回茶	上流階級
鎌倉時代	抹茶	武士、上流階級
江戸時代	抹茶、煎茶、釜炒り茶	上流階級
	番茶	庶民
明治時代	煎茶、番茶	
	輸出用各種茶	輸出用
現在	機械製煎茶	国内用

東海道五十三對

日本における茶の文化の醸成

Discover Japan

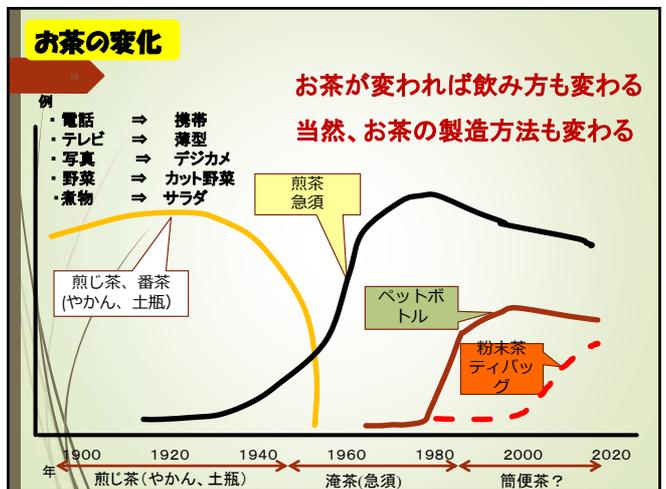
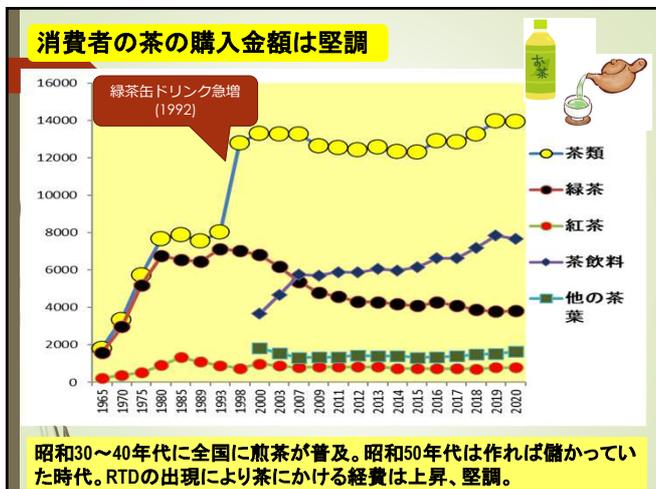
一茶 茶筒 茶飯事
茶うけ 茶碗 茶化
す 茶話会 茶菓
茶番 茶色 茶壽
茶堂 海老茶 茶飲
仲間 茶目つけ 浮
世茶屋 目茶目茶
茶托 減茶苦茶 無
茶苦茶 日常茶飯事
茶番劇 茶髪 茶巾
茶目 お茶の子 茶
腹 お茶の間 茶草
衝 茶尻 茶坊主

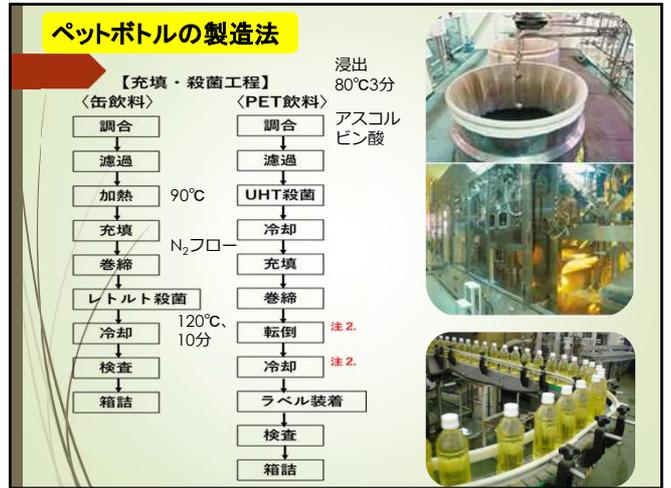
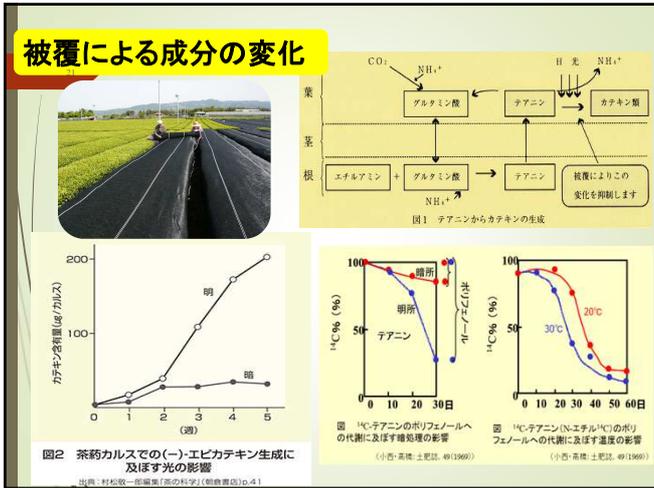
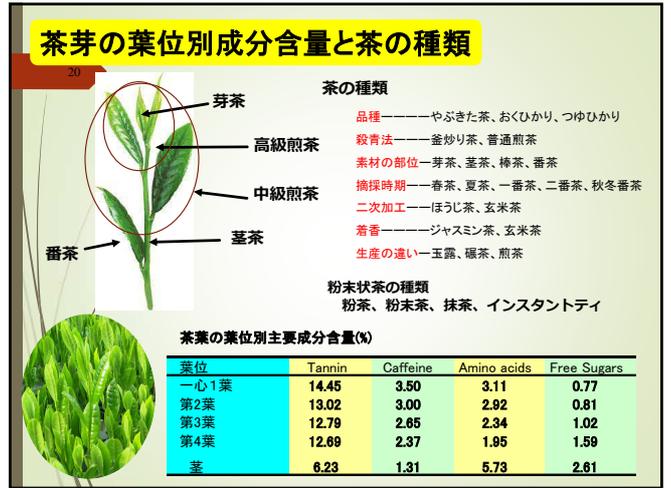
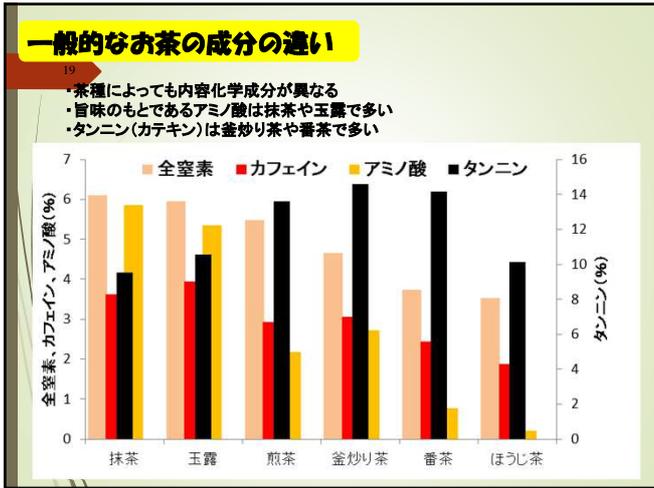
日本文化には仏教と茶を切り離して語れない

飲み方も変化してきた

庶民がお茶を飲めるようになったのは江戸時代中期以降
煎じ茶 ⇒ 煎茶に

番茶 ⇒ せん茶 ⇒ 茶素材





RTDのネーミング その1

緑茶飲料のネーミングに伴う販売事例

系統	代表的な例	その他
「煎茶」認知時期	煎茶、煎茶、煎茶、煎茶	宮崎製茶: 釜炒り茶、雪印: びびりかば煎茶、山崎製パン: セン茶、カルピス: 静岡上煎茶
伝統緑茶系	日本茶、茶、緑茶、抹茶、お茶	日: 伝統釜炒り茶、サントリー: おいよよ茶、三井農林: 高級煎茶1.0茶、カノ: 静岡煎茶
和・リラックス系	のほほん、和茶、和茶	サンガリア: 体茶屋おいよよ茶、グアテ: 家ごころ緑茶、日: うぶ茶
ウォーター系	緑水、Leaf's	グアテ: 葉の茶、サンガリア: 水島お茶

RTDのネーミング その2

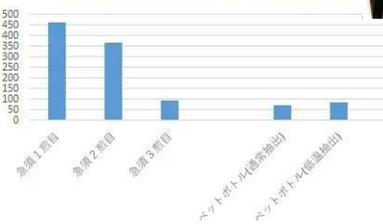
緑茶飲料のネーミングに伴う販売事例

系統	代表的な例	その他
製法こだわり系	煎茶、煎茶、煎茶	アサヒ: びびりお茶、アサヒ: びびりお茶、日: 煎茶、キリン: 玉露茶、サッポロ: テアミン煎茶
老舗イメージ系	煎茶、煎茶、煎茶	産地・品種ネーム
健康・機能性系 (ブランドのボーダレス化)	煎茶、煎茶、煎茶	花王: ヘルシア煎茶、伊藤園: カテキン煎茶、キリン: やさしい生茶カブリンゼロ、サントリー: 伊右衛門アリス、グアテ: 丸の内のあじふ茶、煎茶/アリス

急須 VS ペットボトル



アミノ酸含有量
急須 VS ペットボトル アミノ酸量比較



急須で淹れるお茶
茶10g、430ml
水出し煎茶
ティーバッグ5g、500ml

※ペットボトルに入っている茶量
3~5g/500ml

お茶の値段
500円~1500円/100g

静岡環境衛生科学研究所報告

No.	商品名	販売者等	内容量 (ml)	カチン含有量 (mg/100ml)	No.	商品名	販売者等	内容量 (ml)	カチン含有量 (mg/100ml)
1	おいしいお茶	(株) シンジー	500	32	9	TOPVALU 緑茶	イオン(株)	525	39
2	生茶	キリン	525	32	10	50%OFF 100%国産 一番茶5g入リ 生茶	ニッポービルド(株)	550	41
3	緑茶 特選茶	日本コカ・コーラ(株)	500	34	11	おいしいお茶 濃い茶	(株) 伊藤園	525	87
4	伊藤園門 香る特選お茶	サントリー食品インターナショナル(株)	500	35	12	2つの働き カチン緑茶	(株) 伊藤園	350	81
5	おいしいお茶	(株) 伊藤園	525	36	13	ペレシア 緑茶	花王(株)	350	164
6	伊藤園門 香る特選お茶	サントリー食品インターナショナル(株)	525	37	平均		53		
7	緑茶	コカ・コーラ カスタマーマーケティング(株)	525	38	最小		32		
8	国産素材 緑茶	日本生活協同組合連合会	525	39	最大		164		
					14	うまい煎茶	(株) 宇治園		46
					15	玉露入り うまい煎茶	(株) 宇治園		53

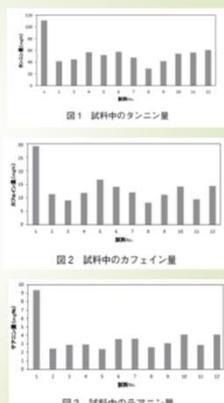


図1 試料中のタンニン量
図2 試料中のカフェイン量
図3 試料中のテアニン量

ペットボトルの分類

爽やかさ ← → 渋味

機能性 ↑
機能性を追及

止渴飲料的

急須をイメージ

うま味 ↓

高級ペットボトルも話題に

各種H.P.から引用



500円/本



低カフェイン濃縮茶 7230円/本



1296円/本

ペットボトル茶とボトルティーの狭間の戦略
⇒濃縮方向
⇒旨味の買やすさ方法

高級茶の飲用の場を広げる

~ボトルティは面白い~



☆最高の旨味抽出が可能
☆誰でも同じ味で出せる
☆演出が可能
☆付加価値向上





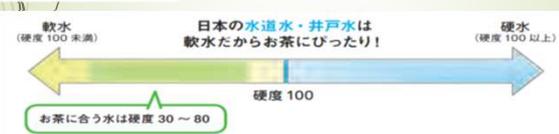
日本茶をおいしく淹れるためのポイント

日本茶をおいしく淹れるポイント

お茶は99.7%が水! だから、水はよく選ぼう!

- ☆水を吟味する
- ☆茶種の特徴をよく理解する
- ☆茶種に合った茶器を選ぶ
- ☆湯は沸騰させてから使用する
- ☆茶種や人数により、茶の量、湯の量や温度、浸出時間を決める
- ☆各茶碗の濃度が同じになるように廻し注ぎをする

(日本茶インストラクター教本より)



軟水 (硬度 100未満) ← 日本水道水・井戸水は軟水だからお茶にぴったり! → 硬度 100 硬水 (硬度 100以上)

お茶に合う水は硬度 30~80

日本茶の成分と味との関係

主な味成分とその味

分類	成分	味
アミノ酸類	テアニン	甘味、うま味
	グルタミン酸	うま味、酸味
カテキン類	エピカテキン	苦味
	エピガロカテキン	苦味
	エピカテキンガレート	渋味、苦味
	エピガロカテキンガレート	渋味、苦味
カフェイン		軽い苦味

- アミノ酸類 ……お湯の温度の高低にあまり関係なく溶け出す
- カフェイン ……低温では溶け出しにくい、高温になると一気に溶け出す
- カテキン類 ……お湯の温度が高くなるにつれて溶け出す

茶の成分は温度の違いで浸出量が異なる

70°C
バランスがとれた味

うま味
苦味
渋味

【湯温の違いによる味のイメージ】

ぬるめの温度
うま味・甘味の濃い味

熱湯
苦味、渋味を感じる強い味

低 ← 湯の温度 → 高

【湯温と成分の溶け出し方のイメージ】

実際の淹れ方

- ①水は必ず沸とうさせる
- ②お湯の量を量りながら適温に冷ます
- ③お茶の葉を量る

水道水は十分に沸とうさせたものを使いましょう。

お湯を茶碗に8分目まで注いで、湯量を量りながら湯冷ましをします。

さじでお茶の分量を量り、急須に入れます。

同じ茶葉で何煎目まで淹れられるか？

5煎目までの成分の量

3煎目までに成分の8割が出ます

各煎目のいれ方条件

- 煎茶 6g
- ◆1煎目 湯温70°C、湯量170mL、浸出時間90秒
- ◆2煎目以降 (1煎目をいれた急須を使用) 湯温90°C、湯量170mL、浸出時間10秒

浸出液中の成分量	
1煎目	0.38
2煎目	0.26
3煎目	0.17
4煎目	0.12
5煎目	0.10
合計	1.03

単位: g/100mL
※100mL中の成分量 (g) ÷%
データ提供 日本茶インストラクター協会

これからの茶に期待されるものは？

簡便化

現状

喉の渇きを満たすだけでなく水でも良い心の渇きを癒すためにはお茶が良い

お茶は冷蔵庫から (ライノリは麦茶、ミネラルウォーター)

簡便化 体の健康補助にはサプリでも事足りるが、これでHappyになれるか？

健康 体に良い

- ・トクホ
- ・機能性表示
- ・機能性強化茶

生活を豊かにするお茶

こころ Happy

こだわりのお茶

- ・愉しみ、
- ・差別化、
- ・希少性、
- ・機能性、
- ・高級化、
- ・ストーリー性
- など、

本日の茶4種

煎茶 日本で飲まれるもっとも一般的なお茶

てん茶 日本を代表する抹茶の原料、粉茶・粉末茶とは異なる

和紅茶 日本で作られた紅茶

ほうじ茶 番茶などを焙じたお茶