

## 富士山からのおくりもの!? こんなにすごいお茶の効能

静岡県立大学 茶学総合研究センター 中村順行

## 富士山のめぐみ

他の地域にない自然環境  
世界文化遺産の富士山

- ☆世界の富士山の創った土壌
- ☆世界の富士山から浸みだす水
- ☆世界の富士山からそよぐ風

↓

世界文化遺産をバックに作られる富士のお茶

## 日本における茶の生産

静岡県内における富士市の茶業

産出額	面積	生産量	
億円	ha	t	
静岡県	581	19,200	35,800
富士市	20	1,030	1,919
割合(%)	3.4	5.4	5.4

平成26年度

県名	面積 (ha)	生産量 (1000t)
静岡県	18,100	33,100
鹿児島県	8,670	24,600
三重県	3,110	6,714
熊本県	1,500	2,179
京都府	1,624	2,682
福岡県	1,560	2,197
宮崎県	1,510	2,613
埼玉県	960	641
佐賀県	928	1,348
その他	5,530	4,982
合計	43,492	81,066

## 富士のお茶の歴史

江戸時代(1600年代): 大淵、大宮、白糸、猪之頭などで釜煎りとし、  
蓆の上で揉捻しただけの日乾番茶や釜炒の  
黒製の番茶を中心に製造

(1700年代): 生産が増大。番茶を甲信地方や近郊に販売  
焙炉を用いた製茶法の導入。

(1800年前半): 横浜開港により茶業が活性化。開港による  
茶園面積が増大。天下一品茶の製造

江戸～明治時代: 茶園面積が増大。天下一品茶の製造

(1800年 後半): 製茶機の導入

明治時代(1800年後半): 製茶機の普及。共同工場や生葉売り出現

大正時代(1900年前半): 高度経済成長による茶業の好況期。優良品  
種茶園の増大。生産加工の大型機械化

昭和時代(1900年 後半): 茶業の成熟化

昭和時代(1900年後半): 茶業の成熟化

平成時代(2000年前半): 茶の多様化

## 富士地域の茶の移り変わり

1850年以前; 生活に必需な茅場、薪採取場として利用

1800年代; 産業振興のなかで林業や外需産業への対応としてミツマタ(和紙の原料)及び茶の生産場として開拓

2000年代; 外需産業から内需産業への変換を遂げながら茶業は活性化

## 世界を風靡した天下一品茶(1800年代後半)

天下一品茶の形状は針の如く、蜘蛛の足にも似て優美であり、風味も良く、群を抜いて優秀なため、海外にまで知られ、内外の人々にも賞賛された。

天下一品茶製所品額  
明治10年(1876)、野村の茶を高く評価した外国茶商から贈られたもの、後の天下一の名物の元となるもの。

野村一龍が東京内田川  
繁栄や栄華をたたき出す

野村一龍写真

明治時代の茶商 優れた手揉み技術を持つ人々を招聘したり、家業しながら  
茶業に参入し、茶業の普及に貢献した。

明治時代の茶商 優れた手揉み技術を持つ人々を招聘したり、家業しながら  
茶業に参入し、茶業の普及に貢献した。

野村一龍記念碑  
上: 野村一龍をたたえる碑(昭和20年)  
右: 野村一龍(明治10年、昭和10年)

### 天下一品茶の復活

天下一品茶は茎裂けも多く、一つ一つが長く、絡み合っているため、丁寧に解きほぐし、中切様で細長くしていく

玉解き

中切様

中切様と茶葉

### 富士地域の茶の推移

天下一品茶の創造

優良品種茶普及率 県下一

各種品評会で多くの大臣賞受賞

天下一品茶の再現で世界に翔たけ

種し木産地の確立 優良品種の導入

江戸時代 明治時代 大正時代 昭和時代 平成時代

### 富士ブランド認定品

発信! 富士

富士ブランド認定マーク

ブランド

### 喫茶養生記

茶者養生之仙薬也 延齡之妙術也

- ①茶は身体衰弱、意志消沈のときは、氣力を強くなる。
- 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、喉の渇きをとけり、消化不良をなくす。
- ④茶は身を軽く、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

### 茶の主な成分の機能性の分類

一次機能	栄養性	ビタミン ミネラル	ビタミンC、ビタミンE、βカロテンなど カリウム、リン、微量必須元素など
二次機能	嗜好性	味 香り 色	テアニン、遊離アミノ酸、カテキン、カフェインなど テルペン、アルコール、カルボニール、エステルなどの精油 フラボノール、テアフラビン、クロロフィルなど
三次機能	体調節		ポリフェノール、カフェイン、ビタミン類、γアミノ酪酸、微量元素など

### 機能性を主体とした茶成分とその特性

水溶性成分 35%

- ★カテキン類(10~18%): 抗酸化、抗菌、抗がん、生活習慣病予防、消臭、アレルギーなど
- ★カフェイン(3~4%): 眠気防止、強心、二日酔い防止
- ★フラボノール(0.6~0.7%): 抗酸化、抗がん、免疫活性化
- ★ビタミンC(200mg%): 抗酸化、免疫活性化
- ★ビタミンB(1.4mg%): 抗酸化、口内炎予防
- ★サポニン(0.1%): 抗喘息、抗腫、血圧効果
- ★テアニン(0.6~2%): リラックス、血圧効果 などなど

不溶性成分 65%

- ★食物繊維(20~30%): 便秘予防、大腸がん予防、心疾患予防
- ★たんばく質(24%): 栄養
- ★βカロテン(20mg%): 抗酸化、抗がん、抗糖尿病、抗心疾患、免疫活性化
- ★ビタミンE(25~70mg%): 抗酸化、抗がん、免疫活性化
- ★クロロフィル(0.80%): がん予防、抗炎症、抗腫瘍、免疫活性化

茶はカテキンを始め多くの特異的な成分を含有し、それぞれ機能性をもつため、その機能性を活かした商品も数多く開発されている



