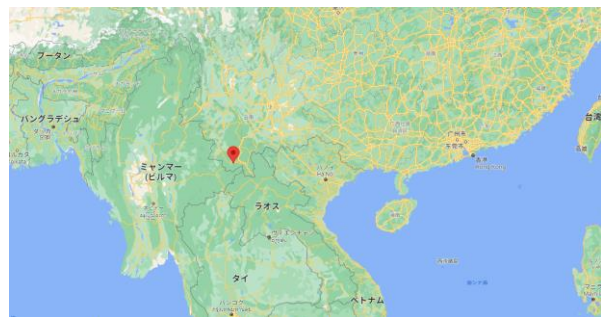


茶を育てて
見えて
くること

茶を育てて見えてくること



南糯山の茶樹王

茶の利用の始まり



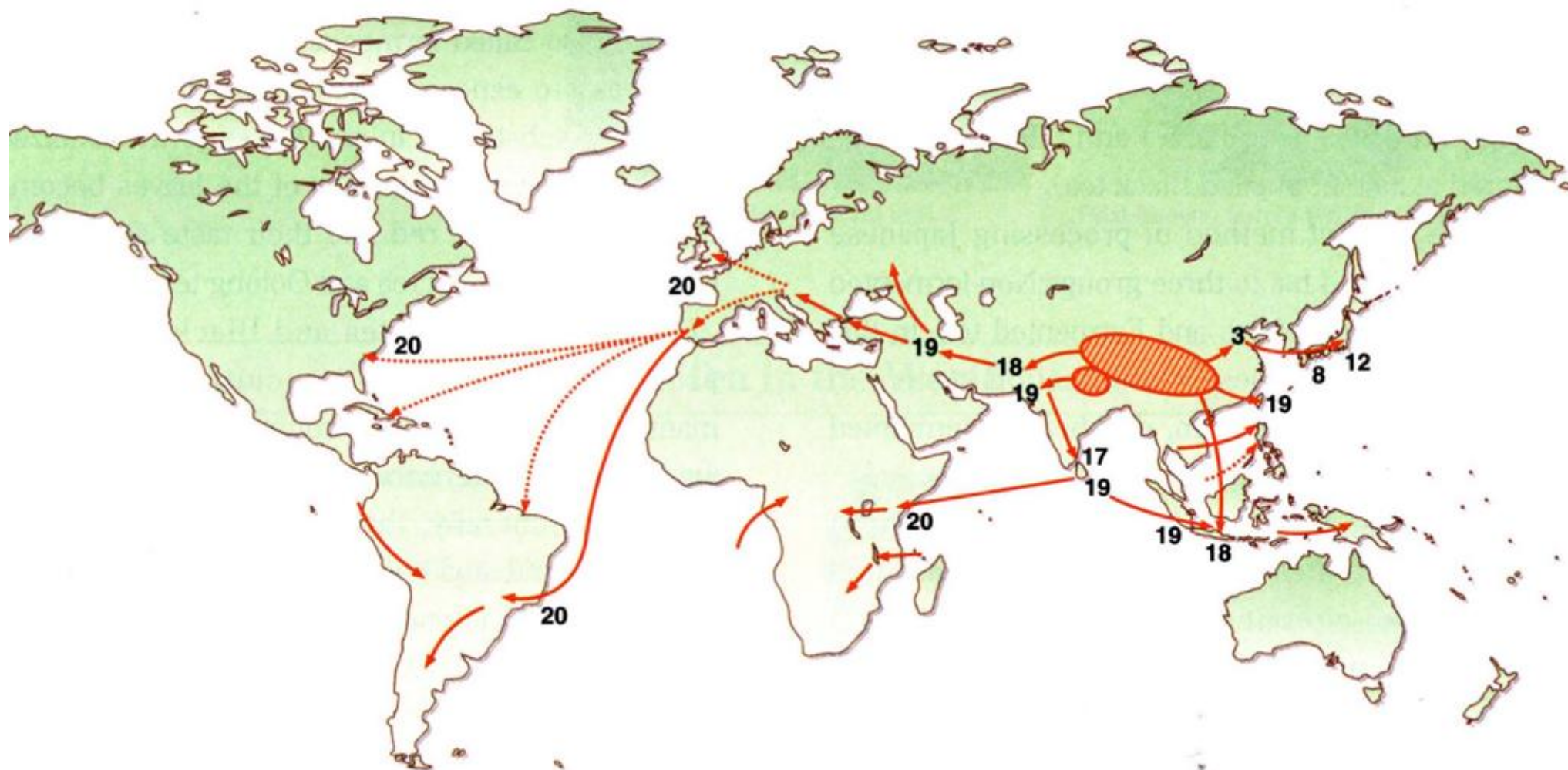
ラペツソタイプに類似するチェンマイタイプ



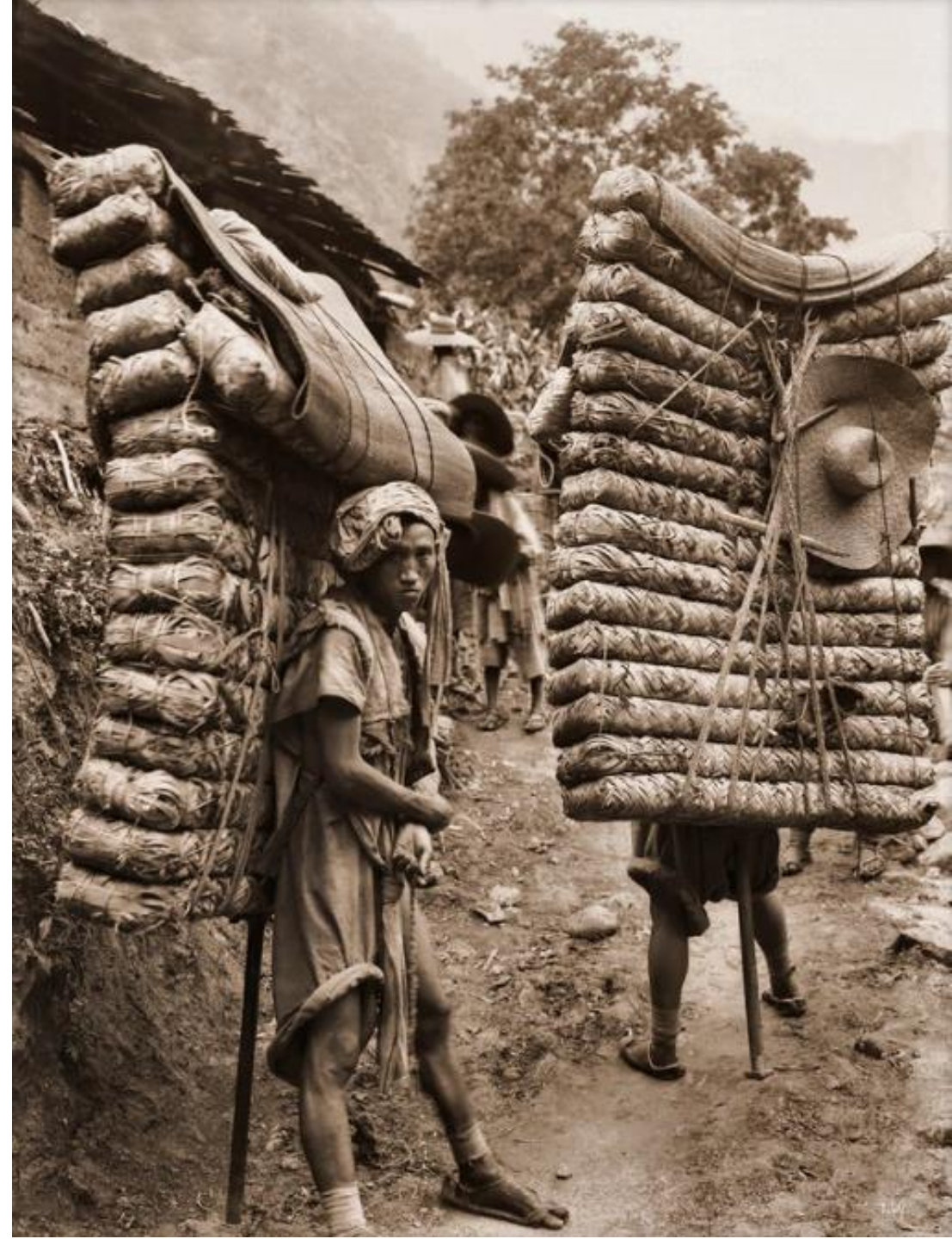
ミアンタイプに類似する東北部タイプ

雲南から世界へ：茶の伝播

(数字は伝播の世紀)



山を越え





茶屋 カフェ フォー (米麺)

近くのベトナムへ





遠くブラジルへも





茶外茶



茶の原産地と茶の利用の始まり

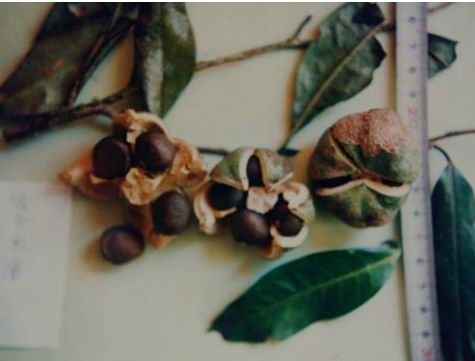


漢族・漢文化と茶の関係

漢文化の地

武陵山・蛮族の地

茶の原産地



医薬書に見る茶

歴代本草書に見える茶の性

- 唐の勅撰本草『新修本草』659年 微寒
- 唐『茶経』761年 至寒
- 宋『図経本草』1062年 真茶の性は極めて冷で、ただ雅州蒙山(四川省雅安)に産する茶は、温で、病いを治す。
- 元・王好古『湯液本草』 寒
- 明・李時珍『本草綱目』(1596年ころ)微寒

温の茶

- 温の茶の水色はどれも茶色
- 水色が茶色のお茶は
武夷茶などの半発酵茶(酸化発酵)
〔紅茶の全発酵茶 (酸化発酵)〕
普洱茶などの後発酵茶(微生物発酵)
- お茶が緑から茶色になる
⇒カテキン類が酵素により酸化し褐変

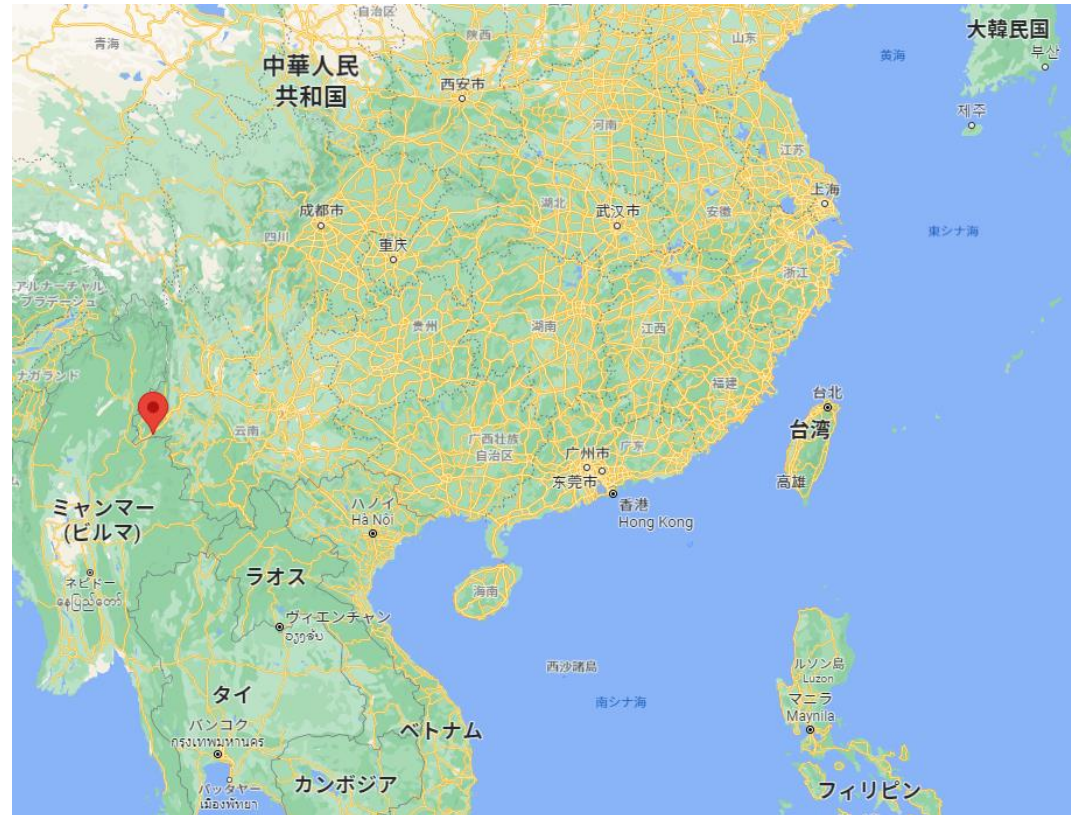
寒の茶

- 中国最古の茶書『茶経』(一之源)
- 「茶の効用は至って寒である。
そのため行い精れ、
儉徳の人が飲むのに
ふさわしい」
- 「儉徳」 茶聖・陸羽の精神

雲南と日本の発酵文化



雲南省 徳宏タイ族チンポー族自治州 芒市南見村





山に入り古茶樹を摘むことは少なくなってきた。

麓に種を蒔いて育てて摘んでいる。
手摘み。



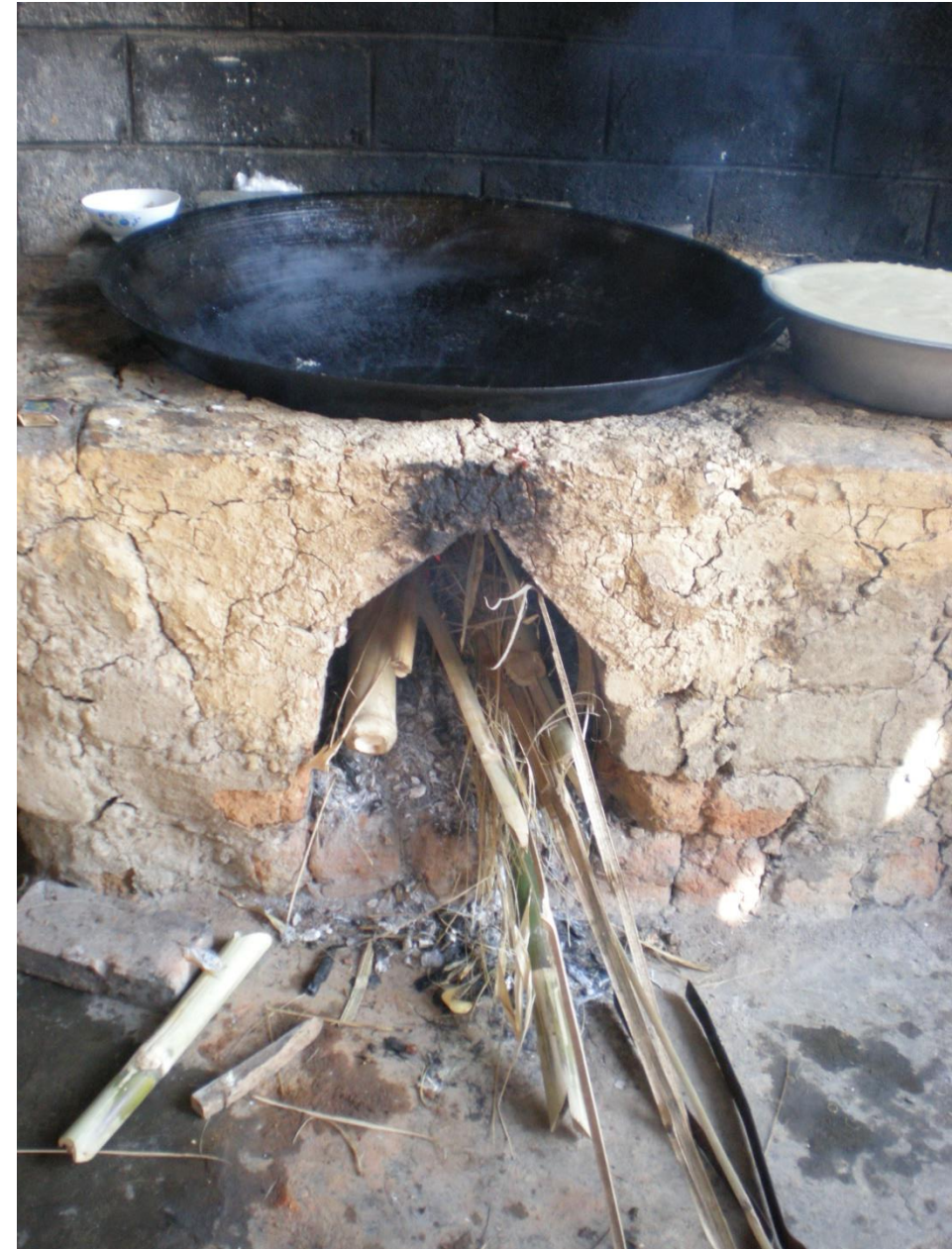


食事を作る場所は共同で利用。
水や火の省エネ。
食材は裏の畑で皆で収穫し、一緒に調理する。



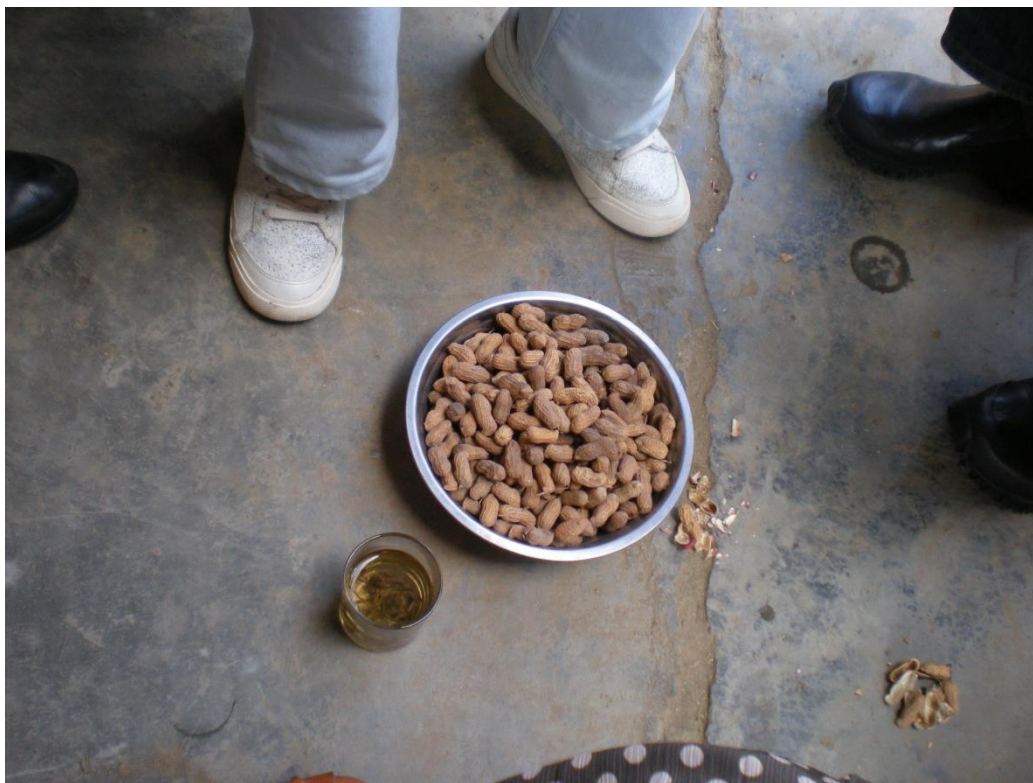


お茶もこの釜で炒る。
茶を出汁のようにも利用する。





茶を作るのも、
茶を喫するのも
みんな一緒が多い。



おつまみは、落花生やヒマワリの
種。仕事の合間の休憩タイム。



茶外茶。
日常的には、釜炒り茶を飲み、
特別な日は、レモングラスを煮
出して飲む。



この形で、いつでもお茶がある。





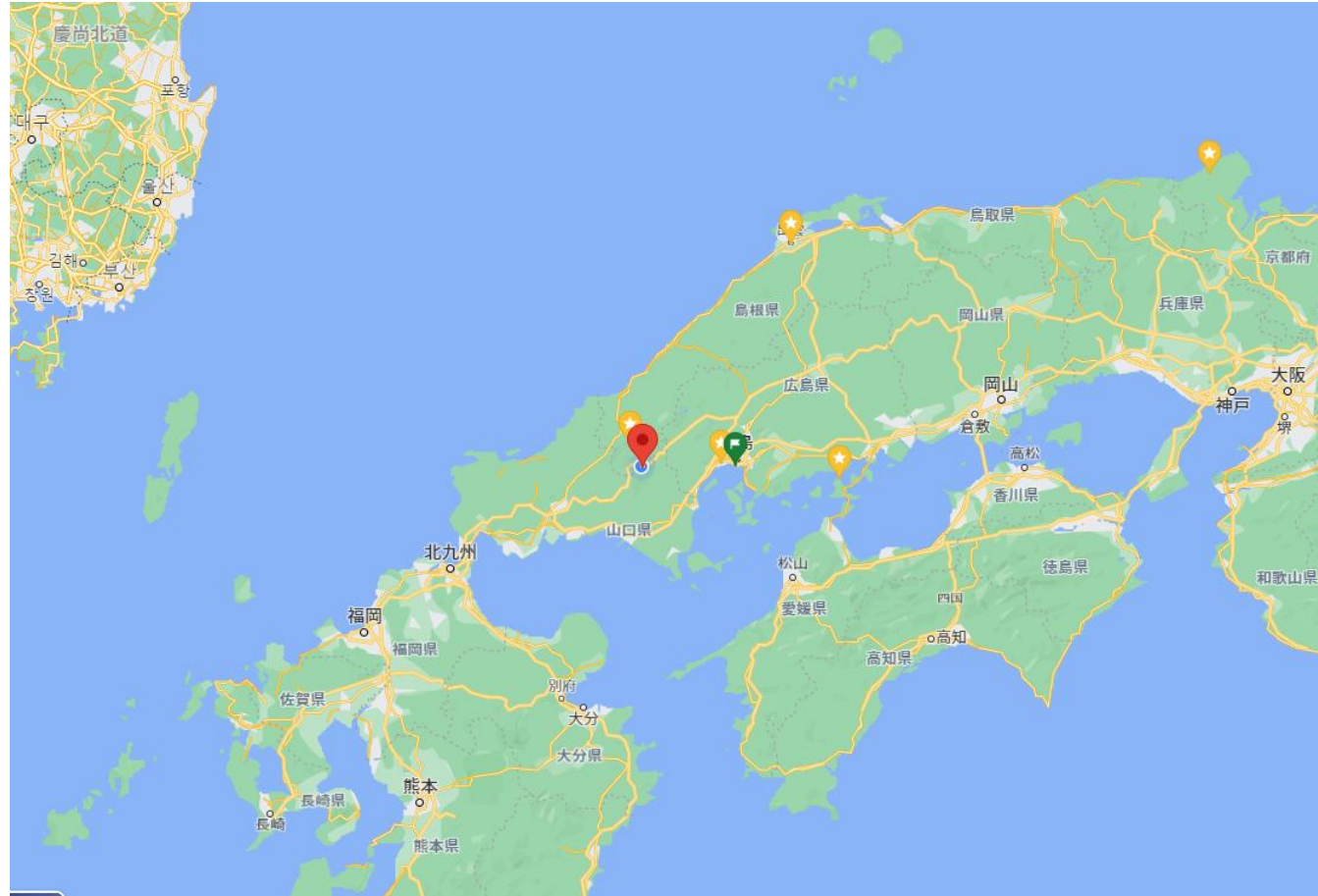
少し離れたところには揉捻機がある。





作ったお茶が無くなると買ってくる。

島根県鹿足郡吉賀町かきのき村



吉賀町には、
家の近くの茶を摘んで、
家族の飲むお茶は自分達でつくっているという
家庭が今もたくさんあります。



大野原 河野さんの釜炒り茶

R2. 5. 5

素手で釜炒りし、板で揉む
約15分
天日に2日ほど干す



下須 田丸さんの釜炒り茶

R2. 5. 11

手袋で炒り、
水を加えてへらで釜炒り、
ざるで揉む 約8分
布を敷いた網戸で天日に干す



木部谷 福原さんの釜炒り茶

R1. 5. 9



へらと掬い網で釜炒り、
筵で揉む
筵で天日で乾かす



白谷 三浦さんの釜炒り茶 R2. 5. 12



菜箸で水を打ちながら釜炒り、
竹の簀の子で揉み、
天日に干して、
少ししたらもう一度手で揉む
缶に入れて保管



白谷 村上さんの釜炒り茶

R2. 5. 23



キノエダを使いガス釜で炒って
内輪で取り出し
箕で揉んで
天日に干す



白谷 三浦さんの釜炒り茶 R2. 5. 22



クロモジの枝で釜炒り、
竹の簀子を突き合わせ
揉んで、天日に干す



白谷 村上さんの釜炒り茶 R3. 5. 12



高温で一気に炒り上げ、竹の簀子で揉んで、室内で干し、仕上げにもう一度釜で炒る（ご実家の宮崎方式）。

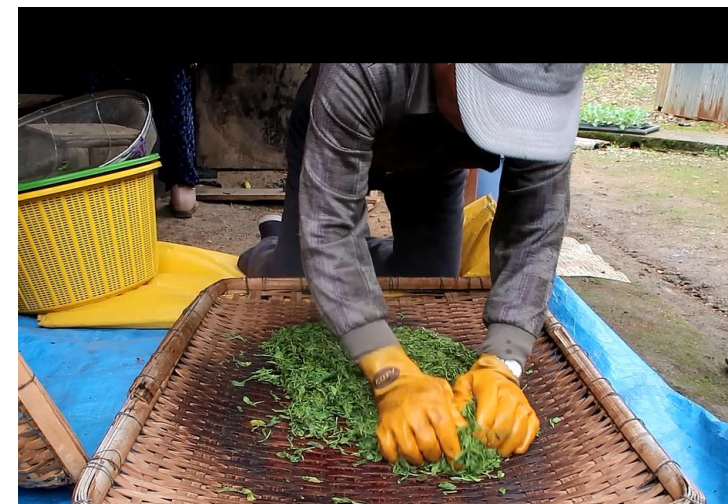


幸地 羽多尾さんの釜炒り茶

R3. 5. 14



強い火力で短時間で炒り上げ、釜の中で揉み、ほぐし、箆に上げてから強く揉む。室内で2～3日かけて干す。



福川 田村さんの釜炒り茶 R3.5.10



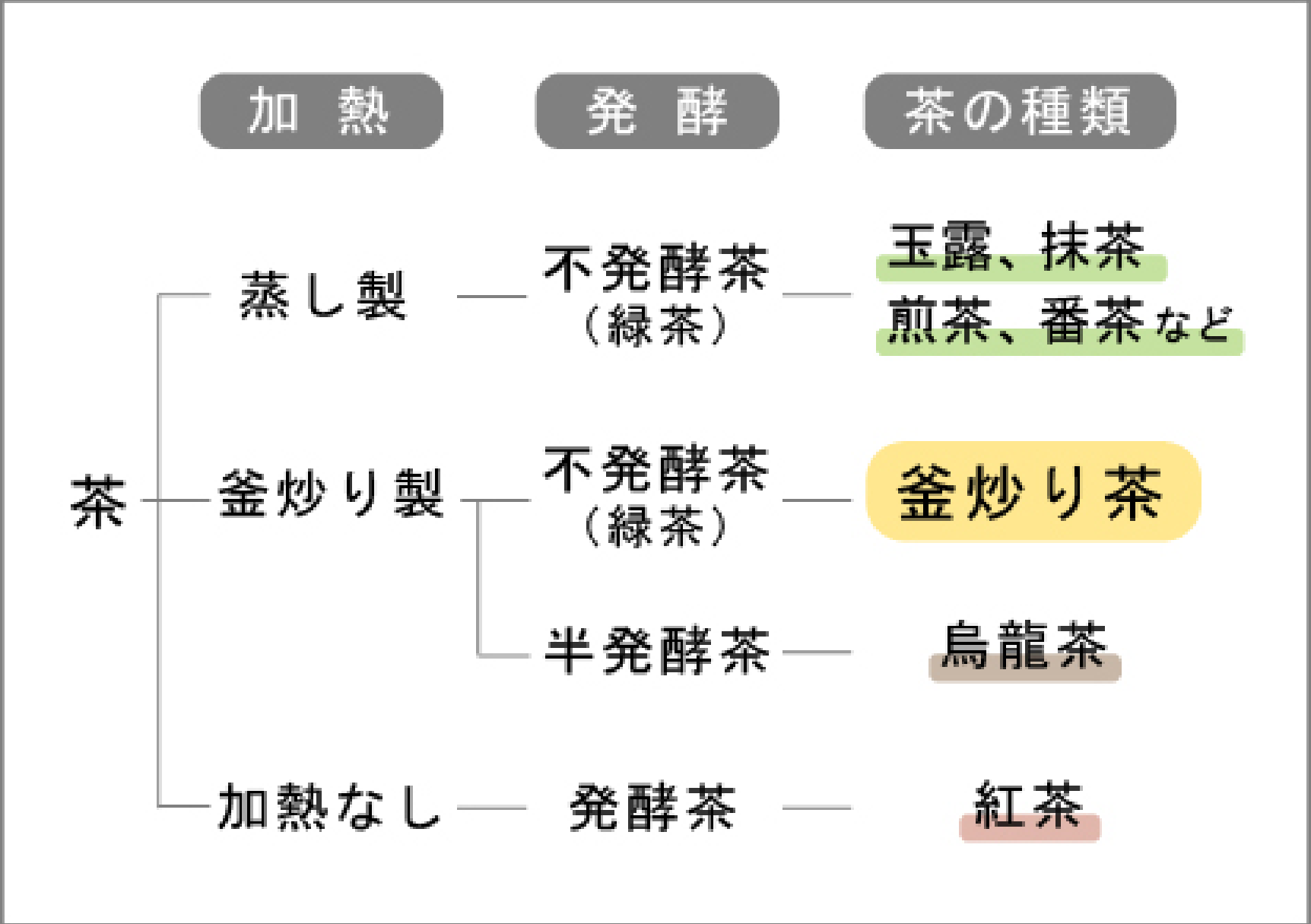
近隣の若者を集めてのお茶づくり
指導は大井谷の三浦さん
できたお茶は「ソットチャッカ」とい
うブランドで柿木の暮らしと共に
写真家七咲友梨さんにより紹介、
販売されている



吉賀町のお茶は、
釜炒り茶
というタイプのお茶です。

日本のお茶のほとんどが
蒸して作られているのに対し、
釜炒り茶は、
摘んだお茶を大釜で炒ります。

江戸の頃には、
全国的に行われていましたが、
炒る方法は徐々に廃れ、
今は九州に一部残る
といわれていますが、
島根、山口、広島でもまだ見られ、
特に吉賀町では、
多くの家庭が
今日もその文化を継いでいます。



■ 種類別の主な茶産地
平成30年茶種別生産実績

全国茶生産団体連合会（単位：t）

府県	総計	玉露	かぶせ茶	てん茶	せん茶	釜炒り茶	蒸し製 玉緑茶	番茶	その他の 緑茶	紅茶	その他の 茶
宮城	1										
茨城	247		7		142		0	89		1	12
群馬	4				4						
埼玉	836			4	830					2	
東京	95				95						
神奈川	133				133					4	
新潟	9	0	0		4			3	2	1	0
山梨	47				47						
長野	16		0		16						
静岡	33,400	12	190	510	20,430	1	168	11,528	500	60	1
岐阜	311		0	65	246						
愛知	782		14	545	123			99		1	
三重	6,274	14	2761	136	1,366			932	1065		
滋賀	495	2	43	25	232			175		2	
京都	2,939	123	145	1181	420			961	109		
兵庫	41				30			10	2		
奈良	1,680		260	190	450			780			
和歌山	6				4	0		1	1	1	
鳥取	22		1	0	11			10	1	0	
島根	131		4	13	47			66		1	
岡山	105		1		56			39	2	1	

山口	92				55			37			
香川	57				31			15	12		
愛媛	21				20			1			
高知	209		1		130	0	0	41	33	1	2
福岡	1,929	55	240	140	1,324			25	141	3	2
佐賀	1,271	1	64		163	111	596		335	1	
長崎	733				40	4	602	10	76	1	
熊本	1,260	8	81	0	659	21	457	20		13	1
大分	576		20		455	40	60			1	
宮崎	2,749				2,439	101	46	164			
鹿児島	28,100		91	578	17,200		155	9,860	176	17	9
沖縄	22				22					2	
計	84,596	215	3,925	3,387	47,223	278	2,085	24,865	2,453	112	27
その他	(206)	(-)	(-)	(-)	156	(-)	(-)	31	(-)	(-)	(-)
合計	84,802	215	3,925	3,387	47,379	278	2,085	24,896	2,453	112	27

↑

釜炒り茶は全体の3. 3%

（吉賀町のように販売をしていない自家用茶は数値には現れない。）

新型コロナウイルスに有効な成分（効果の高い順）

1. エピガロカテキンガレート（緑茶）
2. クルクミン（ウコン）
3. アピゲニン（パセリ、セロリ、グアバ）
4. ベータグルカン（きのこ類、最も多いのは、ハナヒラタケ）
5. ミリセチン（クルミ、ブドウ、ベリー類）
6. ケルセチン（たまねぎ、そば、りんご）
7. ピペリン（黒コショウ）
8. ゲニステイン（大豆）
9. ジアゼイン（大豆）
10. フェルラ酸（コメ、大麦、小麦）
11. アリイン（ニンニク）
12. リポ酸（牛・豚のレバー、腎臓、心臓）
13. レスベラトロール（ぶどう、赤ワイン）
14. グルコサミン（カニ、エビ）
15. ジンゲロール（生姜）
16. スルフォラフリン（ブロッコリー）
17. アリシン（ニンニク、玉ねぎ）

（参考までに）

18. レムデシビル（抗ウイルス薬）
 19. クロロキン（抗ウイルス薬）
-

- この論文は、査読前論文であるため「正式な結果」として利用してはいけない。
- 出所 <https://www.researchsquare.com/article/rs-19560/v1>
- 著者 インドネシア医科大

EGCGは、茶に豊富に含まれているカテキンである。強い抗酸化活性を示す。
緑茶に含まれており、紅茶ではEGCGがテアルビジンに変換されているため含まれていない。
EGCGは多くのサプリメントに用いられている。
ウーロン茶にもほとんど含まれていない。

SARS-CoV-2のすべてのタンパク質の活性部位のポケット内で最も強い分子相互作用を示しました。

EGCGは、標準薬のレムデシビルやクロロキンよりもはるかに活性が高かった。

したがって、私たちの研究では、SARS-CoV-2の潜在的な阻害剤としてEGCGを推奨しています。

a) 一般成分

出典

茶タンニン、ポリフェノールにはカテキン類、プロアントシアニジン類、加水分解型タンニン、テアシネンソン類、テアフラビンがある。

b) ビタミン類

出典

※4 新茶葉全書(1988 8版)P499、大槻ら:(1984)

茶の有機農産物等の格付け実績

年度	国内茶生産量 (t) (A)	格付け実績（国内）				緑茶(荒茶)の 有機の割合 (%) (B)/(A)×100
		有機農産物（t）		有機農産物加工品（t）		
		緑茶 (荒茶) (B)	その他の茶葉	緑茶 (仕上げ茶)	その他の茶 (仕上げ茶)	
29年	78,800	4,945	74	2,618	466	6.27

国内茶生産量は、農林水産省統計部の公表値で、29年は12府県の合計値である。

茶を継ぐ若者たち



水溶性成分 20% 30%	成分	茶1g含有量	効能・効果
	カテキン類	110~170mg	抗酸化、抗突然変異、抗がん、血中コレステロール上昇抑制、血圧上昇抑制、血糖上昇抑制、血小板凝集抑制、抗菌 抗虫歯菌、抗ウイルス、腸内菌改善、抗アレルギー、消臭
	カフェイン	16~35mg	中枢神経興奮、眠気防止、強心、利尿作用、代謝促進
	テアニン	6~20mg	脳・神経機能調節、リラックス効果
	フラボノール類	6mg	毛細血管抵抗性増強、抗酸化、抗癌、心疾患予防、消臭
	複合多糖類	6mg	血糖値上昇抑制
	ビタミンC (アスコルビン酸)	3~5mg	抗壊血病、抗酸化、抗がん、かぜ予防、白内障予防 免疫機能増強
	γ-アミノ酪酸 (GABA,ギャバ)	1mg 嫌気処理1~2mg	血圧上昇抑制効果、脳、神経機能調節
	サポニン	2mg	抗喘息、抗菌、血圧上昇抑制
	ビタミンB2	12mg%	口角炎、皮膚炎防止、脂質過酸化抑制
	食物繊維	30~70mg	抗がん(大腸がん)、血糖値上昇抑制
	ミネラル類	10~15mg%	亜鉛：味覚異常防止、免疫能低下抑制、皮膚炎防止 フッ素：虫歯予防 マンガン、銅、亜鉛、セレン：抗酸化 カリウム：イオン平衡の維持
不溶性成分 70% 80%	食物繊維	300~440mg	抗がん(大腸がん)、血糖値上昇抑制
	たんぱく質	240~310mg	栄養素(体構成成分)
	脂質	34~40mg	栄養素(細胞の構成成分、エネルギー源)
	クロロフィル	6~10mg	消臭効果
	ビタミンE	0.2~0.7mg	溶血防止、脂質過酸化抑制、抗がん、抗糖尿、血行促進、白内障予防、免疫機能改善
	CoQ10	0.1mg	老化予防、美肌効果
	βカロテン	0.2mg	抗酸化、抗がん、免疫機能増強、ビタミンA生成源
80% %	ミネラル類	40~50mg	マンガン、銅、亜鉛、セレン：抗酸化
	香気成分	10~20mg	アロマテラピー効果

日本で販売されているお茶から検出された農薬

農薬名	茶葉		ペットボトル		
	検出率	検出量	検出率	検出量	
日本で認可されている 7種類のネオニコチノイド系農薬	ジノテフラン	100%	3004ppb	100%	59ppb
	チアクロプリド	79%	910ppb	100%	2.35ppb
	チアメキサム	79%	650ppb	100%	5.53ppb
	アセタミプリド	67%	472ppb	78%	2.01ppb
	クロチアニジン	74%	233ppb	100%	2.08ppb
	イミダクロプリド	92%	139ppb	78%	1.91ppb
	ニテンピラム	3%	54ppb		

特に柿木村では茶が通過儀礼に使われている

→生活の中で、茶を大切にする習俗がある

- 葬儀のしきたりに「葬儀を済ますまで水は供えても茶は供えない」とある(p825)。
- 正月のしきたりに若水は「三杓ほど上の方向へ汲んで入れ物に移して置き、次にお茶の水を汲んでおく(柿木)」とある(p864)。
- 若水を汲むときには「亭主が茶釜に三杓汲む。そのおり、(とんと汲む、若水を。 万の宝を吸い込む)と一回唱える。それでお茶をわかして湯のみに入れ、箸で神棚に三回ふりかける。そして、神棚、床の前の神、蔵の前の神、オカマサマに灯明とともに茶を供える。これは三日間、亭主がする。(白谷)」とある(p865)。
- 正月の「朝はまずお茶を飲み、焼きもちを食べ・・・(大野原)」とある(p866)。
- 正月の「オフクラカシには茶をかけずに食べるのである。」とある(p866)ことから、日常的には茶をかけて食事をしていたのかもしれない。

ご清聴ありがとうございました。

