

卓 話

平成16年3月23日

『お茶の話あれこれ』

明治屋茶舗 藤森 茂美 様

自己紹介 一人だけ皆さんと色の違うバッチをしています。
日本茶インストラクター（5期生まで1,500人）

Nom Profit Organization 特定非営利活動法人として活動
しています。昨年8月26日、ハートフルスクエアG・岐
阜市にご後援をいただいたスローライフ市民お茶セミナーは、
160人余りの参加者がありました。



パンフレットは家に帰られてからじっくりと又は、奥様にし
っかりとお渡しください。明日からは昨日までと一味違うお茶が出てくることうけあいです。

さて、皆さんが飲んでいらっしゃるお茶はいつ、どこからどのようにやってきたのでしょうか。

日本 ソ連 トルコ ペルシャ **茶** 福建 マレー 英・ヨーロッパ 「テ」「ティ」
雲南省

宋西禅師の名前は、鎌倉、臨済宗。中興の祖。

宋より抹茶の製造法、喫茶法を、**種子** 明恵上人 梅尾他

馬の足跡

カメリア・シネンシス (Camellia Sinensis) アッサミカ (Asamica)
(椿) (中国種) (アジア種)

灌木(かんぼく)低・小 : 喬木(きょうぼく)高、大

平安 最澄(伝、此、円)空海(弘、高、金)

『喫茶養生記』『吾妻鏡』～「茶は養生の仙薬なり延命の妙術なり」

梅尾、宇治、伊勢、清見、川越 本茶、非茶、茶寄合、闘茶、茶歌

婆沙羅大名 佐々木道譽 建武式目 室町幕府 足利尊氏 村田珠光 武野紹鷗 千利休

侘び茶の大成 七事式(集団稽古の方法) 茶カブキ カブキ=傾く=平秤ばかり

ビタミンC : 赤ピーマンの2倍、抗酸化、抗ガン 0-157 ピロリ菌

カテキン : 別紙あるある大辞典 抗酸化

カフェイン : 神経作用 スタミナドリンクにも

サポニン(泡) : 血圧 抗菌 インフルエンザウィルスを感染力0に。

コレステロールの吸収を抑制(抗肥満)

ポリサッカライド: 血糖値下げる

メチル化カテキン: 凍頂ウーロン(花粉症)

フッ素 虫歯 ビタミンC