



第15回亀山青空お茶まつりフォトコンテスト 亀山市長賞 森崎進さん



第15回亀山青空お茶まつりフォトコンテスト JA鈴鹿組合長賞 馬路光一さん

新茶シーズン到来 亀山茶を楽しもう！

5月と言えば、新茶の季節。中の山パイロットをはじめ、市内の多くの場所で、新芽が芽吹く茶畑を見ることができます。色鮮やかな新芽は眺めも美しいですが、この新芽を摘んで淹れるお茶は味も香りも格別です。

今回は新茶の季節にちなみ、“もっと知りたいお茶特集”をお送りします。

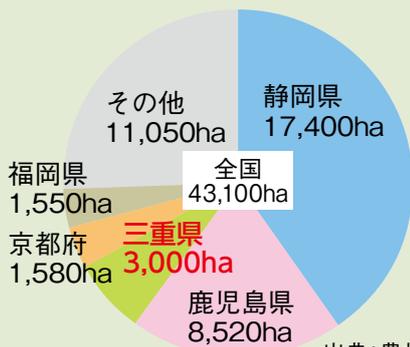
お茶には、ビタミンやカテキンなどの成分が含まれ、健康や美容に良いと言われています。ぜひ、この機会にご家庭でもご賞味ください。

問合先 環境産業部農政室 (☎84-5048)



第15回亀山青空お茶まつりフォトコンテスト 亀山青空お茶まつり実行委員長賞 阿部充博さん

栽培面積(平成28年)



出典：農林水産統計

三重県は全国3位の緑茶産地

三重県のお茶生産は、栽培面積・生産量・生産額ともに、静岡県、鹿児島県に次いで全国3位となっています。亀山市は、北勢地域で、四日市市、鈴鹿市とともに県内有数のお茶所であり、三重県のお茶生産を支えています。

※市内には、県下最大規模を誇る88haの「中の山パイロット」(集団茶園)があります。緩やかな丘陵地帯の特性を生かし、機械化や維持管理などを一本化し、効率・省力的な生産体制の確立が進んでいるのが特徴です。

お茶には魅力がこんなに！

お茶は飲んでおいしいだけではありません。お茶には、主要なビタミンに加え、カテキンが含まれています。

カテキンには、抗酸化力があり、細胞の突然変異を抑制し、がん予防に良いとされています。さらに、お茶には、生活習慣病を予防する効果、リラクゼーション効果、美容効果、ダイエット効果、虫歯・口臭予防などさまざまな効果があるとされています。



色鮮やかでほのかに甘い新茶

新茶とは、その年で一番初めに摘んだ、春に芽吹いたばかりの新芽のお茶。「旬のもの」である新茶の特徴は、旨みや甘みが多いことです。

この甘みは、茶葉に含まれるアミノ酸の一種であるテアニンという成分によるものです。これは、日照時間が短い春先に摘まれた新茶にもっとも多く含まれる成分です。また、テアニンにはリラックス効果があるとされ、ゆったりとした気分でお茶を楽しむのがお勧めです。

亀山茶の担い手に亀山茶について聞いてみました！

亀山茶の歴史は古く、今から約1100年前に、三重県下でお茶の栽培が始まったとされています。また、江戸時代には亀山にあった「能古茶屋のんこ」が、東海道随一の立場茶屋といわれ、さまざまな身分の人が立ち寄ったと伝えられています。

亀山茶は、亀山市の気候や土質、茶農家の優れた製茶技術に支えられ、上品で濃厚な味わいと香り、コクのある旨みの特徴の良質のお茶と言えるでしょう。

亀山市茶業組合 組合長 伊達義則さん



亀山市茶業組合に所属する亀山茶の担い手の皆さん

ほかにもお茶には良いことが

お茶の飲用は健康に良い！

三重大学と亀山市が連携して設置する三重大学亀山地域医療学講座で、平成23年度から平成24年度にかけ、市内の小学生を対象に、お茶の飲用と健康との関わりについて調査・研究が行われました。

その結果、お茶をよく飲む児童ほど、気管支喘息ぜんそくに罹患している児童が少なく、実際に亀山茶を配り飲んでいただいた児童は、アレルギー性鼻炎の発症が少なかったとの結果が出ました。



お茶を食べてまると栄養摂取

お茶を淹れるだけでは摂れない（お湯に溶けないで茶殻として捨てられている）栄養（食物繊維、ビタミンEなど）があります。

そこで、栄養を余すことなく摂取できる粉茶の料理やお菓子への利用がお勧めです。

※市ホームページでは、粉茶を使ったレシピを紹介しています。



お茶でうがいしてかぜを予防

お茶を使ったうがいは、緑茶に含まれるカテキンの強い抗ウイルス作用や殺菌作用で、かぜを予防する効果があるとされています。

また、間違えて飲んでしまっても問題ありませんし、口の中でブクブクすることで、虫歯の発生を抑えるとされています。



市内の小学校で「お茶うがい」が行われています

せっかくのいっぷく、 おいしいお茶を淹れたいですね。

1年のなかでもっともお茶のおいしい新茶の季節に、淹れ方にこだわってワンランク上のお茶を楽しんでみませんか。亀山市で主に生産されている煎茶(日本でもっともよく飲まれている一般的なお茶)のおいしい淹れ方をご紹介します。

自宅にお越しになったお客様にお茶をお出しするとき、または家族や自身でおいしく淹れて楽しみたいときなど、ぜひお試しください。

①お湯を冷ます

人数分の茶碗にお湯(80℃程度)を8分目ほど入れてお湯を冷まします。



②茶葉を入れる

お茶の葉を急須に入れます。5人分で10g、2人～3人分の場合は1人分3g程度を目安とします。家庭にある小さじ(ティースプーンなど)が2g～3gですので、それを人数分入れてください。

③お湯を注ぐ

茶碗で冷ましたお湯を急須に注ぎ、60秒程度(浸出時間)お茶が出るのを待ちます。



④お茶をつぐ

お茶は廻しすぎし、分量を均等に、濃淡のないようにして、お茶は注ぎきります。おいしく味わえる温度は50℃～60℃程度です。

緑茶の保存方法の注意点



●お茶は酸素に弱い

茶葉は酸素に触れると酸化し、香り・味など落ちてしまいます。購入する際は、真空パック・窒素充填パックのものがお勧めです。また、ひと袋の容量も多くないほうが良いでしょう。

●お茶は湿気に弱い

緑茶は、乾燥食品です。水分は3%～5%程度になっています。ですから、常温保存も可能です。水分が増えると茶の品質は急激に悪くなります。

●お茶は匂いに弱い

お茶の葉は臭いを吸収しやすいので、お茶のパックを開けたら袋をしっかり折り曲げてとめておくかビニール袋に入れ、さらに茶缶などに入れ臭いが移らないようにしましょう。

出典:茶柱タツの本

もっと知ってみて！ 亀山茶

新茶まつり

5月8日(月) 午前10時～午後3時30分
市役所1階玄関ロビー

無料

市内の茶農家が手塩にかけて育てた茶園から手摘みした新茶を無料で振る舞います。日本茶インストラクターが、丁寧に淹れた新茶をぜひご堪能ください。



亀山青空お茶まつり

9月に開催予定！
中の山パイロット特設会場(太森町)

※詳しい内容が決まり次第、広報かめやまなどでお知らせします。

お茶生産者と消費者との交流を目的に開催し、茶摘み体験や紙風船飛ばしなど、子どもから大人まで楽しめるイベントが盛りだくさんです。



第15回亀山青空お茶まつりフォトコンテスト
三重茶農業協同組合長賞 伊藤孝司さん

フォトコンテスト作品募集 ～ベストショットお待ちしております～

市内のお茶畑を題材とした写真を募集します。

応募作品 カラープリント4つ切(ワイド4つ切可)の単写真(組写真は不可)。1人につき3点まで。

表彰・発表 亀山青空お茶まつり(9月開催予定)会場で行います。(受賞者には直接連絡します)

各賞 亀山市長賞、亀山青空お茶まつり実行委員長賞など

募集期限 8月4日(金)必着

応募方法 市ホームページまたは環境産業部農政室にあるフォトコンテスト応募要領に付いている応募票に必要事項を記入し、写真の裏面に添付の上、直接または郵送で環境産業部農政室(〒519-0195 亀山市本丸町577)へ提出してください。

※応募作品は原則として返却しません。



第15回亀山青空お茶まつりフォトコンテスト
亀山市議会議長賞 西川喜賀さん

かめやま出前トーク「亀山茶を美味しく淹れよう♪」

10人以上集まる集会などでの「亀山茶の淹れ方教室」の開催について、市では1年を通して受付しています。

日本茶インストラクターやアドバイザーが、お茶のおいしい淹れ方や効能についてお伝えします。希望する人は、お気軽に農政室へお申し込みください。



市内にお茶に関する研究所があるのをご存じですか？



椿世町には、三重県農業研究所茶業・花植木研究室があり、お茶生産の持続性・安定性・効率性を高めるための、また、お茶の産地間競争力を高めるなどの技術開発が行われています。

主要な研究のひとつに栽培・加工技術に関する開発があり、過去(1975年)には、皆さんが茶畑でよく見る防霜ファンを初めて開発し、広く全国に普及させました。ほかにも、お茶生産の機械化による省力・軽作業化技術の開発、病虫害防除に関する研究などが行われていて、亀山を含む三重県全体のお茶生産をサポートしています。