

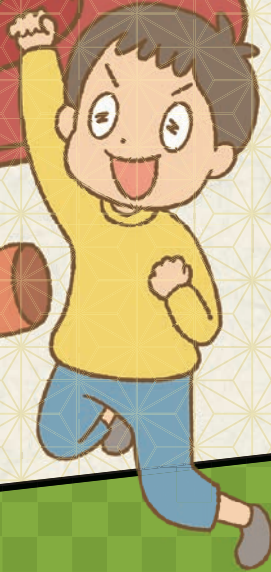
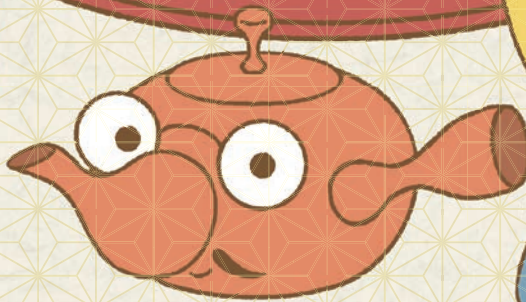
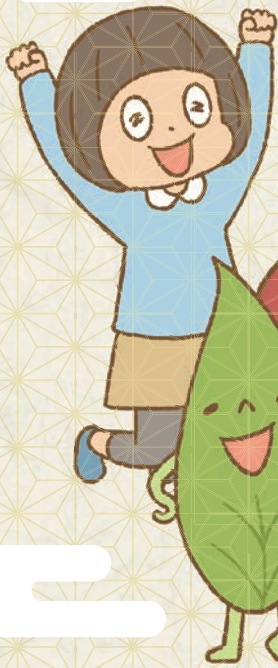
ちや おいしいお茶に

どきどき

ちや
お茶はスーパードリンク!

お茶の世界は

おどろきがいっぱい!



もくじ

P2 ちや 茶つみて何？

P4 ちや お茶ができるまで

P6 ちや お茶とお茶のなか間

P8 ちや お茶のチカラ

P10 きゅうず 急須のヒミツ

P11 ちや お茶をいれてみよう

P9 ちや お茶
むしパンの
つく
かた
作り方

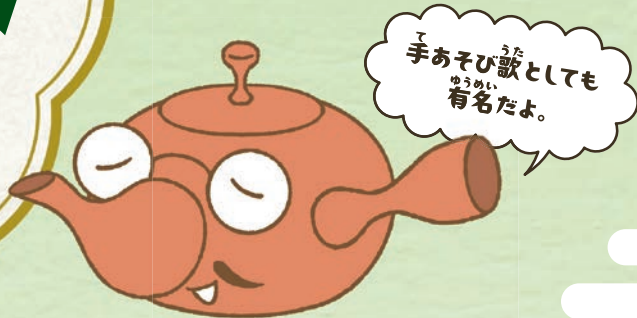
ミラクリ
コンテスト
「日本茶 新ラベル」
デザイン大募集!

おっほ
応募のしかたは
14ページへ

うた
歌から
イメージしてみよう

茶つみて何?

「茶つみ」の歌は、お茶の生さん地で
歌われてきた歌です。
昔の人はどのようにお茶を
しゅうかくしていたのでしょうか。



右のページの歌詞をよく読んで、思いうかぶけしきや様子を自由に書いてみましょう。

ここに注目!!

八十八夜とは?

昔のこよみで、春が始まる日とさ
れる立春(2月4日ごろ)から数えて
88日目のこと。だいたい5月2日
ごろになります。

あかねだすきとは?

作業をする時に着物のそで
がじゃまにならないように、
たすきでしばっていました。



すげのかさとは?

植物を組んで作ったかさ。
ぼうしのようにかぶって日
をよけます。

トンボの
アキアカネと
同じ色だね。

かさこじそうも
かぶっていたね。



茶つみ 文部省唱歌
夏も近づくと
野にも山にも わかばがしげる
あれに見えるは 茶つみじゃないか
あかねだすきに すげのかさ
ひよりつづきの 今日このごろを
心のどかに つみつつ歌ふ
つめよつめつめ つまねばならぬ
つまにや 日本の茶にならぬ

手あそび動画が
見られるよ。
チェックして!



出典: ボンボンアカデミー

昔ながらの茶つみのス
スタイル。今ではきかいても
使いますが、上の葉3ま
いだけをつむ作業などは、
人の手で行っています。



つんだ葉はどのようにして
お茶になるのかな?



葉からお茶の葉へ

お茶ができるまで

茶畑でつまれた葉が、かんそうされたお茶の葉になるまでを追ってみましょう。お茶の中でも代表きな「せん茶」の作り方をしょうかいします。

お茶の農家

①さいばい

なえから育てて、5年くらいでしゅうかくできるようになります。



上の2、3まいだけを採る場合は手作業。

きかいでは、一度に4、5まいをつみます。

②つみとり

葉が3～5まいで出てきたあたりがつみごろ。毎年4～5月に行います。



あら茶工場

もむ
ぜんたい すいぶん
全体の水分を
ならします。



かわかし
ながら
もむ
あつい風を当てて
水分をとばします。

ひやす
いき
一気に
ひやすことで
あざやかな色
をキープ。

むす
ゆげを当てて、
発こうを
止めます。

③あら茶を作る

つみとった葉はすぐに発こうが始まってしまうため、新せんうちに加工します。これを「あら茶」といいます。

良いお茶の葉は、「はり」のようなとがった形

「もむ」と「かわかす」を
ていねいにくり返すことで、
だんだん細長くて
いきます。

さらにかわかし
ながら
もむ
あつい風を当てて
さらに水分をとばします。

かたち
形を
整える
ほそなが
細長くなった葉を
まっすぐにします。

じゅうぶんにかわかし
あつい風を当てて
しっかりかんそうさせる
ことで、長持ちするよう
になります。

「あら茶」が かんせい

※あら茶工場での作業までが農家の仕事です。

まっ茶ができるまで

お茶の葉をこなにした「まっ茶」は、作り方がちがいます。

※まっ茶の原料となるお茶をてん茶といいます。

①さいばい

とちゅうから畑におおいをして、日光が当たらないようにします。

②つみとり

③てん茶を作る

せん茶のようにもま
ずに、葉をむしたらすぐにかわかします。

④仕上げをする

⑤出荷

茶うすという道具で細かくしてこなにします。

かんせい



④仕上げをする

さいしゅう 仕上げ

大きさがそろそろようふるい分けてから、さらに火入れをしてかんそうさせます。

せん茶の かんせい



いくつかのしゅるいの「お茶」をまぜ合わせて味や品しつのバランスを整えて、お茶を仕上げます。

※仕上げはおろしどんや(せいぞう元から商品をまとめて仕入れ、わたしたちが買うお店に売る人たちの仕事です。)

⑤全国のお茶の販売店へ



お茶がかんせいしたね。
ところで、お茶って何だろう？

飲んだことあるかな？

お茶とお茶のなか間

茶とよばれる飲み物はたくさんあります。いったい「お茶」とは、何なのでしょう。

くに国ごとにとちようがあるよ。



お茶って何？

お茶とは、お茶の葉からできた飲み物のことです。こう茶もウーロン茶も、元は同じお茶の葉っぱからできています。つみとってからお茶の葉にするまでの方法によって、味も香りもちがうお茶になります。



こう茶

イギリスの代表てきな飲み物。花びらやフルーツなど、さまざまなかおりを楽しめます。

発こうさせない

完全に発こうさせる



とちゅうまで発こうさせる



ウーロン茶

中国に昔からつたわるお茶です。どれくらい発こうさせるかによって味やかおりがかわります。



緑茶

お茶の葉をつみとった後、さいしょにねつを加えて、こうそのはたらきを止めるので、さわやかな味わいをキープすることができます。



「発こう」は、お茶の持つこうそのはたらきでせいがかかわることだよ。

麦茶もお茶のなか間？



夏によく飲む麦茶は、大麦を火にかけて、水気がなくなるまでねっしたたねを水やお湯にひたして作ります。お茶の葉は使っていないので、実は「お茶」ではありません。



おおむぎ 大麦のたね



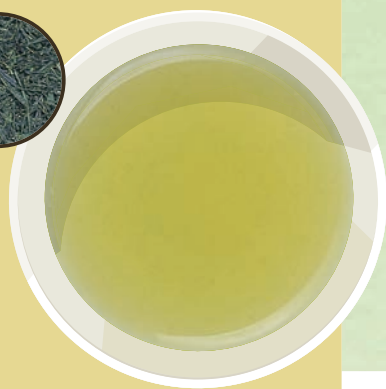
せん茶

苦味やしぶ味、あま味のバランスが良く、もっともよく飲まれます。



玉露

つみとる20日ほど前から日光をほとんど当てずに育てた葉から作ります。うま味がつまった高級茶です。



ほうじ茶

葉やくきを強火にかけてまぜ、こうばしさを出したお茶です。



ばんちゃ 番茶

せい長しきってかたくなった葉やくきから作ります。地方によって色やかおりがちがいます。



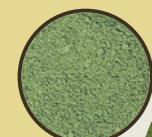
緑茶の世界

「緑茶」といってもしゅるいはさまざま。それぞれのちがいを飲みくらべてみるとおもしろいでしょう。

まだまだ広がる

まっ茶

お茶の葉をむしてかんそうし茶うすで細かくして、こなにしたもの。こなをお湯にとかして飲みます。



まっ茶はりょう理にもよく使われるね。

お茶に
くわい

お茶には体にうれしいせい分がたくさん。
どのようなところがあるのでしょうか。
大森正司先生に教えてもらいました。

お茶はかせに聞く!

お茶のチカラ



お茶は
スーパードリンク
なんだね!

私は1日10杯を
目ように
しています!



お茶はかせ
大森 正司 先生

1942年生まれ。大妻女子大
学名誉教授。専門は食品化学、
食品微生物学。お茶の科学的
な薬効、ルーツ、伝統食品と
健康に関して50年以上にわた
り調査、研究をしている。

他にも
ビタミンやミネラルも
ふまれているよ。



お茶の3大せい分、
カテキン、テアニン、カフェイン。
これらをじゅうぶんにとるためには、
毎日こまめにお茶を飲むことが
大事です。

むぶ味のもと カテキン

さっきん作用があり、口
や体のにおいをおさえたり、
虫歯になりにくくしたりしま
す。また、がんのよぼうや、
お茶でうがいをするとイン
フルエンザにかかりにくくな
るともいわれています。

あま味のもと テアニン

リラックスこうかが
あります。カフェイン
で活発になった体や
気持ちを落ち着かせ
てくれます。

にが味のもと カフェイン

頭の中をシャキッと
させるので、集中力
を高めたいときにお
すすめです。おしっこ
が出やすくなるはたら
きもあります。

水とうに入れて
学校に持って行くのも
いいね!



茶そば

そばのこなに、まっ茶をま
ぜて作ったそば。江戸時代
からつたわりょう理です。



みどりいろ
緑色が
あざやか!

お茶がねりこまれた生地
であんこを包んだ和がし。
あんこのあま味とお茶のか
おりがよく合います。

お茶むしパン



おやつに
ぴったり

てがるつく
手軽に作れるむしパン。お茶をませ
るだけで、えいようも風味もアップ!

ざいりょう

- (6~8こ分)
- ・ホットケーキミックス...150g
 - ・お茶のこな...大さじ1
(まっ茶でもOK)
 - ・牛にゆう...100cc
 - ・たまご...1こ
 - ・バター...30g
 - ・さとう...30g

せん茶を
こなにしたものか
売っているよ。



えいようもたっぷりとれる! お茶を 使った食べ物

お茶はいろいろなりょう理にも使われています。
こなにした葉を使うので、葉のえいようが
ぜんぶとれるのがうれしいですね!



茶まんじゅう

ほんのり
かおる

作ってみよう!

お茶むしパン

うちのひと
茶レンジ!
その①

作り方

- 1 ホットケーキミックスとお茶のこなを合わせて
ふるいにかける。
- 2 バターを温めてとがす。
- 3 ボウルにたまごをわり入れて、牛にゆうとさとう、
②のバターを入れてよくまぜる。
- 4 ③のボウルに①のこなを入れてよくまぜる。
- 5 カップの8分目くらいまで、
④の生地を流し入れる。
トッピングがある場合は
ここでのせる。
- 6 むしきに入れて15分くらいむす。
竹くしでさして何もついてこなくなったらできあがり!

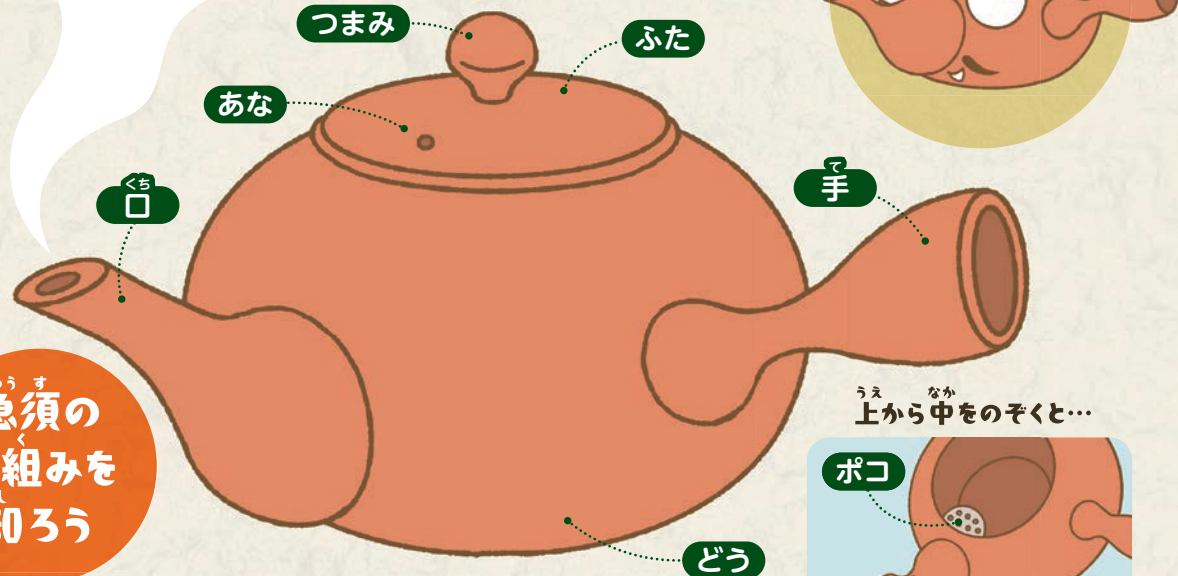
おこのみで、
にた黒豆やゆて小豆、
レーズンを
トッピングしても。

*ホットケーキミックスは商品によってちがいがあります。パッケージに書いてある分量を参照してください。

お茶にかかせないアイテム

急須のヒミツ

おいしいお茶をいれるための道具、「急須」に注目してみましょう。



急須の仕組みを知ろう

ふたの「あな」は何のため?

あなから空気が入ることで急須の中の空気が動き、お茶がつまりずスムーズに出ます。



注ぐ時は、あなが注ぎ口とつまみの間に来るようにするとスムーズです。

お茶の葉が流れ出ないように止めるあみがついています。



うちあみが取り外せるタイプもあります。お手入れがしやすい。

おうちのひと茶レンジ! その②

茶がらは食べられる!?

お茶をいれた後、急須にのこる「茶がら」は、えいようもたっぷり。すてずに、さい利用してみましょう。

茶がらスムージー

茶がらと豆にゆう、りんごジュースをミキサーに入れて1分間まぜるだけ!

(コップ2はいぶん)

- ・りんごジュース.....200ml
- ・豆にゆう.....200ml
- ・水気を切った茶がら.....10~15g



おうちで作ってみよう!



おうちのひと茶レンジ! その③

お茶をいれてみよう

急須を使って、おいしい「せん茶」をいれてみましょう。

1 湯のみにお湯を注ぐ

やかんや電気ケトルでお湯をわかし、それぞれの湯のみに注ぎ、お湯をさます。



2 お茶の葉を急須に入れる

急須にティースプーンでお茶の葉を入れます。



3 湯のみのお湯を急須にうつす

1のお湯の温度が70~80度になったら、急須にうつします。



お湯があついで、やけどをしないように注意してね。



4 待つ

ふたをして1分ほど待ちます。

じゅんびするもの

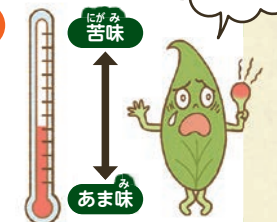


ざいりょう (3はいぶんの場合)

お湯.....210mlくらい (湯のみ1ぱい70ml)
お茶の葉...6~9g (ティースプーン1ぱいで2~3g)

くらべてみよう!

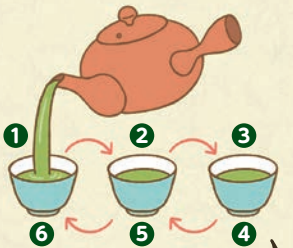
お湯の温度で葉からとけ出すせいがかかります。一度湯のみでさましてからいれる場合と、わいたばかりのお湯でいれる場合と、味をくらべてみましょう。



温度が高いほど苦味、低いほどあま味が強くなります。

5 じゅんばんに湯のみに注ぐ

急須のふたを左手でおさえながら、3つの湯のみにじゅんばんに回し注ぎをします。



回し注ぎとは、何回かに分けて、じゅんばんに注いでいくこと。こうすることで、温度やこさが、等しくなります。

③と④は同じ湯のみに注ぐよ。

あま味を楽しむなら

水出し緑茶

つけておくだけなのでカンタン。暑い夏におすすめです。

1 ポットに水とお茶の葉を入れる。

ティーバッグを使うとさらにカンタン!



2 冷蔵庫で1時間おいてからお茶の葉を取り出す。

農水省が子どもたちに茶の魅力を伝える

「茶育」プロジェクトをスタート!!

農林水産省の呼びかけで今年から始まったこの取り組みは、現在、日本各地から多くのお茶関連団体が参加しています。担当の方に詳しい内容をお聞きました。



農水省 茶担当が発信！

2008(平成20)年4月農林水産省入省。2022(令和4)年4月から農産局茶樹・茶グループ課長補佐として、日本茶の生産振興から消費拡大まで担当。

教えてくれたのはこの人!



私の、ゆったりとした時間が流れ出す。



農水省 茶担当が発信！ SNSもチェック!

おいしい日本茶、見つけに行こう!

出かけよう、味わおう! キャンペーン

お茶の産地を訪れての茶摘み体験やお茶の淹れ方レッスン、試飲会など、体験を通してお茶の魅力を感じてもらう取り組みなどに関する情報を発信します。また、カフェなどでの「新しいお茶の楽しみ方」の提案もしています。

Facebook



農林水産省からの公式アナウンスをはじめ、お茶に関する最新情報も充実のボリュームでお届けします。



さらに詳しいことはこちらをチェックして!

X (旧Twitter)



お茶に関するホットな話題をつぶやきます。お茶の他に暮らしに役立つ情報が満載。



さらに詳しいことはこちらをチェックして!

YouTube [BUZZMAFF] お茶んねる



お茶担当職員がユーチューバーになって、さまざまな角度からお茶ネタを発信。



さらに詳しいことはこちらをチェックして!

※コンテンツは予告なく変更・削除されることがあります。

Q1 「茶育」とは何ですか。

「お茶」に関する知識や学びを通して、健康で豊かな生活を培う食育活動のひとつです。主に小中学生向けに、茶業関係者が茶摘み体験や、お茶の淹れ方講座、製茶工場見学など、お茶のことを学べる機会を提供しています。

Q2 「茶育」で伝えたいお茶の魅力は何ですか。

お茶の世界はとても魅力的です。品種や栽培方法の違い、産地などによる特徴がある他、茶葉のブレンドや仕上げの「火入れ」加工により味・香りを絶妙なバランスに整えたお茶や、希少品種ならではのエッジの効いたシングルオリジン(単一農場・単一品種)のお茶など、種類もさまざま。また紅茶や烏龍茶にも加工され、海外でも高く評価されています。

Q3 なぜ、「茶育」プロジェクトを立ち上げたのですか。

国内のお茶の消費は、特に若い世代で減少しています。お茶の生産が盛んではない地域も含め、子どもの頃からお茶に親しむ習慣を育むことで、お茶文化の普及と消費拡大につながればと思っています。

Q4 今後の目標をお聞かせください。

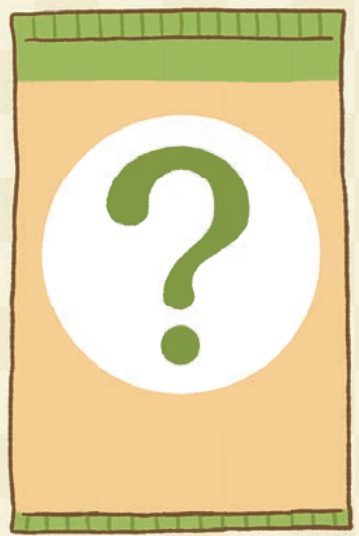
お茶の消費を増やしたり、お茶生産の持続可能性を高めたりすることで、未来につなげていきたいです。「茶育」を始め、お茶に興味を持っていただけるきっかけを作ることも重要と考えています。私たちの身近にあり日本の文化でもあるお茶を、今一度見つめ直し、もっと親しんでいただきたいですね。ぜひライフスタイルの中にお茶を取り入れてみてください!

にほんちゃ
日本茶
新ラベルコンテスト

応募締切
2023年
12月31日(日)
当日消印有効

応募資格
小学
3年生～6年生

コンテストコード
M0202309



お茶れな
ラベルを
考えてね!



世界中の人が
ほしくなるような
ラベルを考えてね。

募集作品

「日本茶 新ラベルコンテスト」
「こんな絵がかいてあるお茶ならほしいな」「この絵がかいてあるなら世界中の人が手にとりそう」など、あなたが「あったらいいな」と思う、世界中の人々がいつでもお茶を飲んでもらえるようなお茶のパッケージのラベルを自由な発想で考えてください。裏面の「作品の説明・アピールポイント」も忘れずに書いて応募してください。

応募に関する注意事項

- 右の応募用紙を使用してご応募ください。
- 応募作品は児童本人が作成したものに限り。なお、作品の返却はいたしません。
- 応募作品は厳正な審査のうえ、入賞者を決定します。審査基準や過程に関する質問には応じられません。
- 賞品等の発送は日本国内に限り。賞品未着による再発送等はいたしません。
- 入賞作品は「未来クリエイターコンテスト」Webサイト等において、「ニックネーム・都道府県・年齢・応募作品エピソード」を公開いたします(本名等は非公開)。応募作品エピソードは公開に当たり一部編集させていただくことがあります。
- 応募作品の著作権は応募者ご本人にあります。主催者及び共催者が応募作品を本年及び本年以降も事前の承諾なしに各種メディアへの掲載、展示、出版、映像化、舞台化、放送、ネット配信等で利用及び編集(改変)できるものとし、応募者は著作権者人格権を行使しないものとします。

賞と賞典(予定)

- 👑 **日本茶賞 1名**
賞状+副賞
(お茶のパラエティBOX)
- 👑 **ミラクリ賞 1名**
賞状+副賞(図書カード3千円分)
- 👑 **未来賞 5名** 賞状+副賞(文具セット)

結果発表

2024年2月(予定)
ミラクリ公式Webサイトで公表します。

お問い合わせ先

ミラクリコンテスト事務局

☎ 0120-599-499 Webサイトはこちら
受付時間: 平日 9:30~18:00 <https://www.mirakuri.com>

個人情報について
応募に際していただく個人情報(応募者及び関係者のお名前、お写真、住所、電話番号、年齢、性別など)は、主催者である株ソーシャルサービス(以下当社)が厳重に管理・保管し、コンテストの発表や連絡、賞品発送、出版、各種ご案内によるご連絡及び統計資料作成等のために利用いたします。詳しくは当社のWebサイトをご覧ください。

作品の送り方

- 1 右のページを-----で切り離す。
- 2 作品、応募者情報、アンケートなど必要事項を書く。
- 3 外面のおり線にそって三つおりにする。
- 4 3か所にのり付けし、1 2 3の番号がそれぞれ合うようにはり付ける。

そのままポストへ!



作品名

Blank area for drawing the label design.

料金受取人私郵便

銀座局 承認
6227

差出有効期間
2025年2月28日まで
(切手不要)

100-8786
430

東京都千代田区霞が関3-6-5
霞が関三丁目ビル

株式会社ソーシャルサービス
ミラクリ
コンテラスト事務局 行



コンテストコード M0202309

フリガナ お名前	
あなたの ご住所	〒 都道府県

のりしろ②

「おいしいお茶にどきどき」 児童&保護者用アンケート

児童用

当てはまる答えを○で囲んでね。

1 「おいしいお茶にどきどき」は楽しく学べましたか？

- ①とても楽しかった ②どちらかといえば楽しかった
- ③どちらともいえない ④楽しくなかった

2 この授業で何が一番印象に残りましたか？

- ①お茶ができるまで ②お茶のなか間 ③お茶のチカラ
- ④お茶を食べよう ⑤高須のヒミツ ⑥お茶のいれ方
- ⑦その他()

3 日本茶を飲みたいと思いましたが？

- ①飲みたいと思った ②どちらともいえない ③思わない

保護者用

該当する回答を○で囲んでください。

1 ご自宅で日本茶をどのくらいの頻度で飲みますか？

- ①ほぼ毎日 ②週に2~3回 ③週に1回程度
- ④月に1回程度 ⑤ほとんど飲まない
- ※ほとんど飲まない：理由()

2 日本茶に魅力を感じることは何ですか？(複数回答可)

- ①いろいろな種類が楽しめる ②日本茶を利用した食べ物
- ③日本茶の効能 ④特に魅力を感じない
- ⑤その他()

3 ご自宅で日本茶を淹れて飲みたいと思いましたが？

- ①とても思った ②思った ③わからない ④思わない

4 ご意見・ご感想など自由にお書きください。

のりしろ③

はり①
のりしろ①

フリガナ 応募者 お名前	
ニックネーム <small>※作品発表時の名前</small>	
保護者 お名前	
電話番号	
学校名	都道府県 立
学年	西暦 年 月 日
年生	年 月 日

●作品の説明・アピールポイントを書いてください。

.....

.....

.....

.....