

# 日本茶は心の句読点

冠城 勲 （冠城園代表取締役社長・塾員）

慶應義塾、ラグビー、そして日本茶。いま振り返ると私の人生はこの三つの世界で前進してきました。まだこの前進は続くのだという意味での回顧ですが、昭和二十二年の幼稚舎入学式で舎長の吉田小五郎先生が「君たちは今日から若き紳士なのです」と笑顔で語られたことを思い出します。〇組担任のおやじ（大島継治先生）の教育で男らしく、のんびりと、三年生の頃、『オールブラックスは全勝であった』を読み、ラグビーを生涯のスポーツと決めました。くわ先（楯守篤磨先生）

です。急須で淹れた日本茶の持つ抗酸化力は紫外線を受けて起ころお肌などの老化に対抗します。豊富なビタミンCもお肌に張りや潤いを与える働きをします。

第五に元気を増す効果です。日本茶はカロリー・ゼロでも栄養になります。食事だけでは十分にとれないミネラルをお茶で豊富に摂取できます。カフェインは頭がすっきり、目がさめる作用で運動や勉強の能力を高めます。

以上の日本茶の効用は決して誇大な宣伝ではなく、それぞれが「国立がん研究センター」などの機関の報告に基づいています。日本茶の魅力はさらに健康上の効用とは別に、人をもてなし、自分をもてなすという精神や文化とも一体となっています。

冠城園ではすでに塾卒の私の息子が海外への輸出を担当するようになりました。冠城家は明治時代に輸出を手がけた冠城園の初代から大正、昭和、平成と、四代にわたり茶業に専念する形

のご指導で幼稚舎、普通部、高校、大学と、卒業までの十二年間蹴球部に籍をおき、厳しい訓練を体験しました。慶應義塾の一貫教育で学んだことは表現できないほど貴重でした。

昭和三十八年に大学を卒業すると、家業の日本茶問屋の冠城園に入りました。祖父が創業していま百十八年目のこの冠城園で私はその後の半世紀余り、最初は父の下で、父の亡き後は自分が中心となって、日本茶とともに生きてきました。この間、日本では生活様式の変化など多様な理由で日本茶の需要が減少、とくに急須で淹れた日本茶を飲む人が大幅に減りました。

しかし日本茶の効用や文化のすばらしさは決して家業の宣伝というわけではなく、より多くの人たちに知ってほしいと切望します。

私の新しい一日は一杯のお茶を飲むことで始まります。目や頭がすっきりとして、元気になります。その効能は日本茶を急須で淹れたときに発揮され

となりました。

日本茶が日本の武士を中心とする広い層に愛飲の対象として定着したのは八百余年前だそうです。現代の茶商は日本茶の日本人による愛飲度の低下という負の現象に直面していますが、これだけの驚くほどのプラスの効能を持つ日本茶がそのまま後退を続けることはなく、必ずやその効用や魅力が見直されることでしょう。そのためには私たち茶商は生産家とともに飲む方々に喜んでいただける日本茶を作り続けなければならぬという強い決意を抱いています。

ます。ペットボトルなどでは真の日本茶の効用は少ないのです。その健康増進や病気予防の効果は明確な医学や疫学の調査で証されてきました。その効用を具体的にあげてみます。

第一には抗がん効果です。お茶の中のカテキンやビタミンC、β（ベータ）カロチンががん細胞の発生や増殖、再発を抑える効果が証明されています。その結果、胃がんのリスク減少や前立腺がんの予防に役立つのです。

第二には糖尿病防止の効果です。日本茶の中のポリサッカライドという成分が血糖値を下げます。ただしこの成分は熱に弱いので、急須に水を入れて水出しで飲むことがお勧めです。

第三は殺菌効果です。茶のカテキンやフッ素の殺菌作用は虫歯や口臭を防ぎます。カテキンの殺菌力は赤痢やコレラの菌を退治する威力があります。食中毒予防です。お寿司屋さんの日本茶にもその意味があるでしょう。

第四は老化防止と健康美増進の効果