



URL <http://mioclub.net/>

main food

GREEN 緑茶 TEA



ほっと一息付きたいとき、
そこに欲しいのは、やっぱりお茶。
コーヒーもいいけど、
日本人なら、日本のお茶、
そして、大分県人なら大分のお茶。
あらためて、発見、見直してみませんか？





Mio club
Communication
Meeting from
大分全日空ホテル

もっとおいしく、 より楽しく、お茶しましょう!

お茶はお湯を注いで飲むだけ、
って思いませんか?

実は、お茶は種類や温度や淹れ方によって、
味が違い、とてもおいしくいただけるのです。
お茶の産地は大分県以外って思いませんか?
実は、大分県の北から南まで、
いろんなお茶の産地があるのです。
そんな、お茶のもろもろのことを知りたくて、
今回のコミュニケーション会は、
「お茶のソムリエ」竹中和男氏をお呼びしました。
深く濃い、お茶の味とお話を堪能してください。

おいしいお茶の淹れ方

- 1 茶葉を急須に入れる。目安は一人あたり2g (ティースプーンに軽く1杯)。
- 2 沸かしたての熱湯をゆざましに入れる(熱湯で淹れるとカフェイン、タンニンが溶けて渋苦くなってしまう)。
- 3 ゆざましを人数分湯のみに入れ、その湯を急須に入れる。
- 4 1分半~2分まで待ち、茶の葉が開いたら湯のみに注ぐ。
- 5 お茶は人数分少しずつまわしながら注ぎ分ける(量と濃さを一定にするため)。
- 6 最後の1滴まで注ぎわける(お湯が残ると渋さが残る)。

お茶はこころにも体にもいい飲み物。 日本のお茶をもっと楽しみましょう。

皆さん、お茶はお好きですか? 「日常茶飯事」という言葉があるように、ご飯とお茶は日本の食生活にはかかせないものです。今日は、日本茶、特に大分のお茶の素晴らしさ、おいしい淹れ方などを皆さんにお伝えして、お茶をよりいっそう楽しんでもらいたいと思います。

まず、大分のお茶の産地として有名なのが杵築のお茶です。次は中津市の耶馬溪茶、県南では佐伯市本匠の因尾茶。さらに日田の津江茶、最近では豊後大野市でも作られ、新しい産地として期待されています。このように大分のお茶も頑張っていますので、ぜひ、味わってみてください。一口にお茶と云ってもいろんな味があります。カテキンの渋み、カフェインの苦味、テアニン(アミノ酸)の甘みなど、この3つの成分のバランスが取れたものをおいしいお茶というのです。おいしさ成分がいっぱい入っているのはやはり、5月に採れる一番茶。これは熱湯ではなく、温度を落とした湯でないと味わえません。地元の水で湧かした湯で、地元のお茶を飲む。そんなお茶ライフをまずMio clubの皆さんから広めていってください。



竹中和男氏

大分県農林水産部園芸振興室勤務。
平成9年お茶担当になり、平成14年
日本茶インストラクター取得。平成
16年インストラクター大分支部副部
長就任。お茶ソムリエとして大分の
お茶を広めるための活動を行っている。



お茶は県の品評会で1位
になったお茶農家が作った「あさつゆ」を使用。天然玉露の香りと味に思わずホッとため息



「家に急須もなく、ペットボトルのお茶ばかり飲むのを万事急須(休す)と言うんです(笑)」ソムリエ竹中氏の楽しいお茶の話に聞き入りました

Health & Beauty GREEN TEA POWER

お茶と健康

お茶は昔から薬として使用されていたほど、体にいい成分がたくさん含まれています。抗酸化作用があり、コレステロールや血糖値の上昇を抑えるカテキン、疲労回復、利尿作用があるカフェイン、美肌を保つビタミンCなど、健康だけでなく美容にも効果的といわれています。今の時期は外から帰ったらお茶でうがいすれば風邪予防にも、一日10杯のお茶を飲んで、美しい体づくりを目指しましょう。



お茶うけに
びったり!

お菓子のように入りの甘い ニューさつまいも。

お茶うけは、大分産さつまいも。と言っても、これはまだ名前も付いていない、試験栽培中の高糖度かんしょ。このさつまいもをみなさんに試食してもらいました。普通のさつまいもに比べて糖度が高いのが一目でわかるほど、しっとりして甘みもたっぷり。これがさつまいも?と一同が声をあげるほど。この新鮮な味は、大分の新しいブランドになりそうな予感?



Mio clubの活動について 皆様からご意見をうかがいました。

今回で7回を迎えたMio clubコミュニケーション会。まだまだ歩き始めたばかりのMio clubの活動を、より広く、多くの方に知って参加してもらうために、会員の方と事務局スタッフたちとの意見交換を開きました。皆さんの前向きで積極的な意見は、Mio clubの今後の活動にとても参考になるものばかり。その一部をご紹介します。

皆様からは
積極的な意見が
でした。



- ◎ サークルなど部会、お仕事、役がほしい
- ◎ 材料費や紹介材料の提供をうければ自分のサークルに紹介したい
- ◎ バスツアーなど経費がかかっても実施してほしい
- ◎ 国体でのMio clubボランティアをしたい
- ◎ 他県から来たので大分をもっと知りたい。イベントはほぼ参加しているがMio clubの輪が広がっていくのがおもしろい
- ◎ カボスの時の生産者に連絡を取ってカボス狩りに参加。生産者との距離が近くなった気がしてうれしい
- ◎ プロの料理もいいが家にある食材で作りたいので、自分たちが参加できる料理教室をもっと開いてほしい
- ◎ 山の物が多かった気がするので、次は海の食も紹介してほしい
- ◎ HPや会報紙よりも参加してみると全然違うので参加の機会をもっと増やしてほしい。参加して初めて感動し、人に伝えられるから

以上が、2日に渡って開かれた意見交換会での主なご意見です。皆さん高い意識を持って参加、応援をして下さっていました。Mio clubでは、もっともっと多くの方たちの感想や要望、提案や企画などの声を聞きながら、会員のための会員によるMio clubに成長していきたいと考えています。皆さんも、どしどしご意見をお寄せください。

