

緑茶

日本人にとって親しみやすい飲み物である緑茶は、茶葉を摘んでから発酵させないでつくられます。多種多様で幅が広く、奥の深い緑茶の世界をご案内します。

取材・文／相川いずみ（P4～7、10～11）、
下境敏弘（P6～9）、千葉貴子（P12～13）
撮影／野口雅裕、船津祐太郎（P4～5）、島誠（P8～9）
イラスト／あべかよこ

味わいや香りもさまざま 緑茶の種類

緑茶は、栽培や製造方法などによって、さまざまな種類に分かれ、味や香り、淹れ方も異なってきます。代表的な緑茶をご紹介します。

ほうじ茶

煎茶や番茶などを強火で煎じてつくる。香ばしい香りとともに、スッキリとした飲み口となっている。カフェインが少なめで刺激が抑えられた、やさしい口当たり。

番茶

新芽が伸びて硬くなった茶葉や夏以降の茶葉から作られる。煎茶より渋みが少なく、あっさりとした飲みやすい味。食後の口直しとして出されることも多い。

茎茶

茎の部分のみを集めたお茶。独特の甘みがあり飲みやすく、お茶の初心者でも淹れやすい。

煎茶

日本でもっとも一般的に飲まれている緑茶。細く丸くよれていて、針のような形状が特徴。嗜好に応じてブレンドされ、種類も豊富。うまみと苦みのバランスを重視したものが多い。

玄米茶

煎茶や番茶に炒った玄米を混ぜているため、独特の香ばしい香りや味が特徴。渋みが少ないので、高温で淹れて、香りを引き出す飲み方がおすすめ。

粉末茶

機械などで煎茶を細かく粉末状にしたもの。寿司屋などで出る「上がり」でおなじみ。お湯に溶けやすく、茶殻も出ないため簡単に飲める。

深蒸し煎茶

通常の煎茶より、生葉の蒸し時間を2～3倍長くしたもので形状が細かい。淹れると濃い緑色の茶となり、渋みがなく、濃厚な甘みが特徴。

玉露

日光をさえぎった茶園で栽培された茶葉を使った高級茶。渋みが少なく、お茶本来のうまみを存分に味わえる。独特の青海苔のような「覆い香」も特徴。

抹茶

鮮やかな緑色が特徴的な粉末状のお茶。てん茶を石うすで挽いたもの。最近は抹茶を使ったお菓子や料理も人気で、海外でも食材としても親しまれている。

てん茶

日光をさえぎった茶園で栽培された柔らかい新芽を揉まずに乾燥して作られる。これを粉末状にしたものが抹茶。

釜炒り製玉緑茶

生葉を蒸さず、釜で炒って作る。釜炒りならではの甘い香りがあり、すっきりとした味わい。

蒸し製玉緑茶

茶葉が丸まった形から、釜炒り製玉緑茶とともに「ぐり茶」とも呼ばれる。じっくりと蒸しているため、渋みが少ない。

緑茶(煎茶)の 作り方は3工程



……… 蒸す

摘んだ茶葉や茎を蒸気で蒸し、発酵を止めます。この蒸し時間によって、味や香りが変わります。



……… 揉む

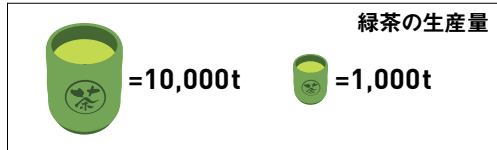
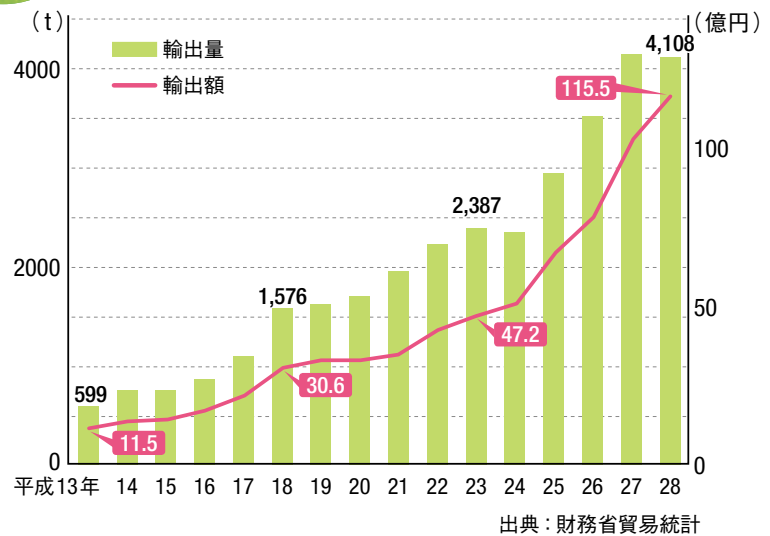
揉む工程では、「粗揉」、「揉捻」、「中揉」を経て、最後に形を整える「精揉」を行います。



……… 乾かす

熱風で乾燥させ、水分を5%ほどに。この状態を「荒茶」といい、仕上げ加工を経て製品化されます。

■緑茶の輸出货量・輸出額



出典：生産量は農林水産省「平成28年産作物統計（概数）」より

八女茶

八女茶、福岡の八女茶

1191年に、宋から禅師が持ち帰った茶が、八女茶の起源と言われている。煎茶のほか玉露の産地としても有名。濃厚な味が特徴。「八女伝統本玉露」がGIに登録。

宇治茶

宇治茶

高級茶である玉露の発祥地として知られる。蒸した茶を揉み、乾燥させる煎茶の製法は宇治で江戸時代に生み出された。

緑茶の主な生産県と荒茶生産量

例 宇治茶 = 地域団体商標

西尾茶

西尾の抹茶

地域ブランドとして名産となっている「西尾の抹茶」は、濃い緑と上品な香りがあり、地理的表示保護制度（GI）にも登録。抹茶を使った「抹茶スイーツ」なども人気。

荒茶とは

茶葉（生葉）を蒸す、揉む、乾燥などの各工程を経て製造されたもの。

全国の
荒茶生産量
80,200t

京都府
3,190t

埼玉県
652t

愛知県
914t

奈良県
1,720t

静岡県
30,700t

三重県
6,370t

宮崎県
3,760t

熊本県
1,280t

佐賀県
1,240t

福岡県
1,870t

長崎県
775t

鹿児島県
24,600t

宮崎茶

生産量は全国4位。お茶栽培に適した温暖な気候であり、煎茶と蒸し製玉緑茶が主に栽培されている。濃厚なうまみがあるのが特徴。

嬉野茶

うれしの茶

「全国茶品評会」の蒸し製玉緑茶の部で5年連続1位を受賞。深い香りと、まろやかな甘みが人気。

くもと茶

くもと茶

煎茶や蒸し製玉緑茶のほか、釜炒り茶などを生産している。阿蘇山のふもとでは、無農薬・低農薬のお茶の栽培を行っている。

かごしま茶

知覧茶、かごしま知覧茶

全国2位の生産量を誇る。4月上旬から新茶を摘採し、三番茶、四番茶、秋冬番茶まで長く生産している。すっきりした味わいで飲みやすいため、若い世代に人気。

狭山茶

「色は静岡、香りは宇治よ、味は狭山でとどめさす」という歌もあるほど、甘くて濃厚な味を持つことで評価が高い。

静岡茶

静岡茶、川根茶、掛川茶、東山茶

日本茶の約4割を占める代表的なお茶。一番茶摘採は4月中旬から。煎茶や深蒸し茶のほか、藤枝市岡部町は高品質な玉露の名産地。

大和茶

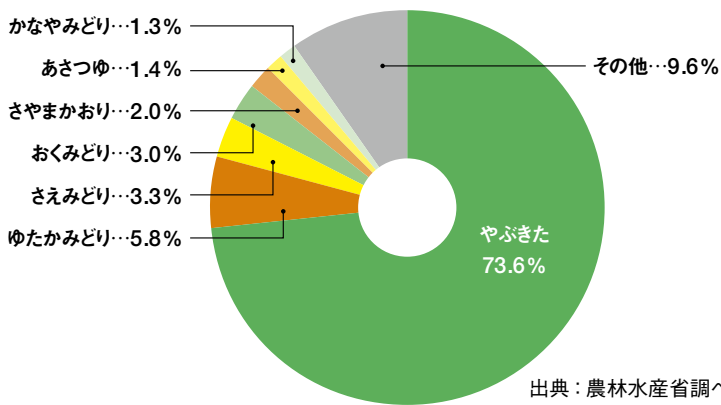
歴史の古いお茶の一つ。高冷地にある茶園が多いため、成長が遅く、しっかりした樹体でゆっくりと育った茶は、香りが深く、コクもある。

伊勢茶

伊勢茶

生産量は全国3位。特に、かぶせ茶は日本一の生産量を誇る。二番茶までしか摘まないため、コクのある味わいが特徴。

■緑茶の栽培面積における品種の割合（平成27年）



しましたが、平成の今、再び緑茶の魅力が海外でも見直されています。「和食」のユネスコ無形文化遺産への登録とともに緑茶への関心が高まっています。特に、抹茶はスイーツからフランス料理にまで幅広く使われる食材として、年々需要が増加中です。

味や香りだけではなく、緑茶は健康食品としても優れています。緑茶に含まれるカテキンには、発がんを抑制したり、免疫力を高めたり、殺菌や消臭作用、抗アレルギーの効果もあると言われています。

和食と健康ブームで世界からの需要も高まる

戦後、緑茶の輸出は大きく減少

古くは薬として重宝された飲み物

日本では、東北から沖縄まで広くお茶が生産されています。それぞれの気候や土壌を生かし、時期や製法も異なります。特に、静岡、宇治、狭山は「日本三大茶」と呼ばれ、お茶の名産地としても知られています。

日本における緑茶の歴史は古く、平安時代に遣唐使が唐から持ち帰ったことが由来とされています。当時は大変貴重な薬として重宝され、室町時代以降は茶の湯の発達により、武士や商人にも広がりました。その後、庶民の飲み物として親しまれるようになった緑茶は、江戸末期より本格的に輸出されるようになりました。

{ 夏も近づく 八十八夜 }



童謡「茶摘（ちゃつみ）」でも歌われる「八十八夜」は、立春から数えてちょうど八十八日目（今年は5月2日）。静岡県などでは、このころ新茶の最盛期を迎えます。