

緑茶の日

立春^{りっしゅん}から数えて88日目にあたる日（今年は5月2日）^(*1)を八十八夜^{やっぴやちや}といいます。この日に摘み取られたお茶を飲むと一年間無病息災^{むびやうそくさい}で過ごせると昔から言い伝えられていることから、(社)日本茶業中央会によって「緑茶の日」として制定されています。

お茶といえば、日本では緑茶のほかに紅茶やウーロン茶も一般的ですが、これらのお茶は製造工程が異なるだけで、いずれも「チャノキ」（ツバキ科）という植物の葉からつくられています。チャノキの葉（茶葉）は摘み取られるときには緑色をしています。そのまま置いておくと、茶葉に含まれている酵素^{こうそ} ^(*2)の働きにより発酵^{はっこう} ^(*3)し、同じく茶葉に含まれているカテキン類等が分解してテアフラビン等の赤い色素が生成



成されます。この変化を活かしてつくられているのが紅茶です。一方、緑茶の場合には、摘み取ってすぐに加熱処理を施して、酵素の働きを抑えてしまいます。また、途中で発酵させてから加熱して発酵を止めたものがウーロン茶（青茶）というわけです。

さて、茶葉にはカテキン類以外にも、テアニン等のアミノ酸や、カフェイン等がふくまれています。カテキン類は渋みの成分、テアニンは旨み^{うま}や甘みの成分、カフェインは苦味の成分で、これらのバランスによってお茶の味が決まります。緑茶のなかでも高級茶として知られる玉露^{ぎょくろ}の場合には、新芽を直射日光にあてないようにすることによりカテキンの生成が抑えられ、逆にテアニンやカフェインは多く含まれています。カフェインは高温の湯ほどよく溶けるため、一般に玉露などの高級茶は低めの温度の湯で入れるのがよいとされています。

チャノキという同じ植物から採られていても、その栽培方法^{さいばい}、加工方法等によってさまざまな種類のお茶ができるのですね。

*1 = 「緑茶の日」は暦によって前後します。

*2 = 生物の体内で作られるタンパク質の一種で、消化・生成など生物が生きていくための反応を促すもの。

*3 = 一般に発酵とは、細菌・酵母・カビなどの微生物が、有機化合物（炭素を中心に構成された化合物。ただし二酸化炭素や金属の炭酸塩などの少数の例外を除く）を分解しエネルギーを得る過程で、アルコール類・有機酸類・二酸化炭素などを生成することをいいますが、ここでの発酵は微生物による発酵ではなく、茶葉に含まれている酸化酵素による酸化発酵のことです。

（平成18年5月）