

# Kazahana 通信

## バラエティに富んだ中国茶

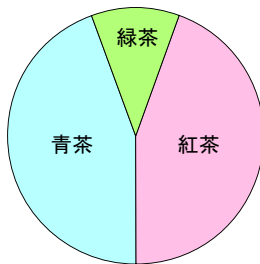
中国では、古来からお茶が心身に与える良い影響を信じ、珍重してきました。近年ではポリフェノールの含有量など、科学的に証明されています。

### 烏龍茶とインフルエンザ

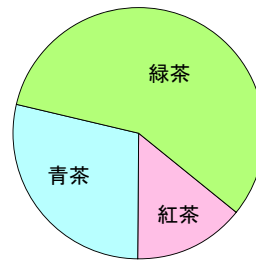
世間を騒がせているインフルエンザ。でも、それを恐れては何も出来ません。罹らないように最大の努力、罹ってしまった症状を最小に抑える工夫を。それには抗ウイルス作用のある烏龍茶が最適です。

その理由は、

- ① 緑茶や紅茶に比べポリフェノールが多く、活性酸素を抑え、体内を暖かく保つ作用に秀でている。
- ② 烏龍茶に含まれるカテキンが細菌を攻撃したり(抗菌作用)解毒作用や、抗ウイルス作用がある。



**ポリフェノール**  
胃潰瘍の原因といわれるピロリ菌や、体の錆びといわれる活性酸素を抑える働きがあります。



**カテキン**  
血中コレステロールを下げ、血糖値の上昇を抑制します。抗菌作用もあり、フラボノイドはガンの予防、腫瘍の悪化を防ぐ。



### 茶器へのこだわり～蓋碗

蓋碗(がいわん)とは、日本では蓋つきの湯のみ茶碗ですが、中国では主に急須として用います。

最初は扱いが難しいように感じますが、慣れてくると利点がたくさんあります。

- ① 茶葉の形を選ばない。
- ② 茶葉が開きやすい。
- ③ 茶葉を捨てやすい。

他にもいろいろ。

もちろん、湯飲み茶碗としても使える優れものです。

### 凍頂烏龍茶

カテキンの一種であるエピガロカテキンガレートという物質が多く含まれ、その物質がウイルスの表面について働きを制止するとともに、体内の細胞にもくっつき、感染からガードします。のどの炎症を抑える働きもあります。

