

# 受け継いでいくお茶づくりの文化

## 後世に残したい風景

足久保はお茶ととも  
に歴史を歩んできま  
した。今も足久保川に  
沿って、たくさんのお茶畑  
が広がっています。茶  
畑のそこそこに、肥料  
を播いたり、草を取つ  
たり、手入れをする人  
の姿が見られます。

奥長島の山肌には、  
白い石垣と茶の緑のコ  
ントラストが目を引く  
棚田状の茶畑が広がり  
ます。何年もかけて、川  
原から運び上げた石を  
積み、お茶の木を植え

た畑です。大変美しい  
風景ですが、これはき  
ちんと手がかけられて  
いるからこそ。機械の  
入りにくい段々畑は、  
収穫にしても、日頃の  
手入れにしても、手間  
がかかるものです。以  
前は、このような段々

畑が多くみられまし  
たが、現在は段々をなく  
した畑が多くなってい  
ます。

働き手の高齢化や後  
継者不足によって荒れ  
てしまう例も残念なが

ら少なくありません。  
地域の大切な  
財産として守りた  
い風景です。

### 5 茶畑



茶畑は足久保の歴史そのもの

CHIBANA  
BATAKE

## あしくぼ家康公のお茶祭り

足久保の歴史と文化、そしてお茶の味  
を広く伝えるために、平成23年度から  
行われている催しです。故事にちなん  
で、井川のお茶蔵で夏を越した茶壺を  
使い、「口切りの儀」が行われます。



「口切りの儀」



静岡を代表する「足久保太鼓」

## お茶と健康

最近では、緑茶に含まれる様々な成分の研究が進み、  
健康に対する効果が明らかにされています。

◎ 1日に数杯の緑茶を飲むことが、脳の老化予防につながります。

◎ 緑茶を飲むことはウイルス感染の予防に効果的。インフルエンザ予防にもおすすめです。

◎ 茶カテキンが体内で抗酸化作用を発揮し、糖尿病を予防します。

◎ 緑茶には胃がん、前立腺がん、肝がんなどにかかるリスクを抑える働きがあると報告されています。

◎ 緑茶の成分テアニンには、脳にアルファ派を引き出し、リラックスさせる効果があります。

これらはお茶の効能のほんの一部。日々、新たな研究成果が報告されています。美味しく  
飲んで、健康に。日常的にお茶を飲んでいただくことを自信を持っておすすめします。

