

## 京都府 News Letter 2017年6月号 vol.2

## もうひとつの京都 魅力発信マガジン

夏にぴったり、今年注目の『水出し緑茶』

お茶の故郷 宇治で飲みたい“本格水出し緑茶”と家で楽しむお茶の淹れ方  
～7月1日より、宇治茶も楽しめる「日本遺産サミット in 京都」開催～

京都府には、古都京都だけではなく「お茶の京都」「海の京都」「森の京都」という、まだ知られていない様々な魅力が詰まったエリアがあります。このマガジンでは、そんな“もうひとつの京都”の観光や物産、芸術、文化といった旬の魅力をお届けします。



夏バテや夏風邪も防いでくれる！？

栄養分がたっぷりな“日本茶の魅力”とは

京都府広報監 まゆまる

平安時代から飲まれている日本茶。お茶を飲む習慣を広めたのは建仁寺の僧・栄西であり、「茶は養生の仙薬なり」と、健康に良いとして飲用を勧めたことが当時受け入れられたと考えられます。そんな日本茶には栄養素がたっぷりと詰まっており、心身の疲れを癒やして身体の奥底から元気にしてくれる効果があります。



## &lt;日本茶の効果&gt;

- ・ **ビタミンC**  
疲れを取り、風邪を予防してくれる
- ・ **ビタミンB1**  
糖分をエネルギーに変える
- ・ **タンパク質・アミノ酸**  
うまみ成分であり、中でもテアニンは脳神経の働きを活性化させます。
- ・ **カテキン（タンニン）**  
殺菌や腸の働きを整える作用があり、食中毒を防いだり、ガンや生活習慣病の予防効果がある。

など多数



数多くある日本茶の中でも高級ブランドの『宇治茶』

約半数を生産する“和束町”は宇治茶のユートピア！

日本茶の中でも、近年世界から注目を集めている高級ブランド茶「宇治茶」。京都府にある和束町は、そんな宇治茶の一大産地であり、古い歴史と伝統を誇っています。一面に美しい茶畑が広がり、古き良き日本の山里の姿が広がるこの町は、2015年に「日本遺産」に認定されました。

和束町は周囲を森林に囲まれ、昼夜の寒暖差が大きいため霧が発生しやすい場所です。その霧が独特の旨味と芳香を生み出すといわれています。





## 猛暑の今夏は流行間違いなし！？ひんやりつめた〜い緑茶に注目 2017年流行間違いなしの『水出し緑茶』

水出し緑茶とは、水でじっくりと抽出した日本茶のことであり、暑くなる季節にぴったりの日本茶の飲み方です。簡単な作り方でありながら、グラスに入った水出し緑茶はとても趣きがあり、日本の夏の風物詩にもなっています。

### 自宅で簡単！水出し緑茶の作り方

- ①緑茶の茶葉（orパック）を用意
- ②1ℓ程のボトル容器に茶葉（orパック）を20〜30g入れます。
- ③水を入れ、冷蔵庫で一夜冷やします。

近年では、ワインボトルに入った高級水出し緑茶も販売されているなど、様々な商品が登場しており、その注目度の高さが伺えます。



『京都宇治碾茶The Uji』  
ロイヤルブルーティー  
価格：5,940円（税込）



## 京都府には本格水出し緑茶がたくさん！ 水出し緑茶が味わえる“宇治茶専門店”

参考（宇治茶カフェ認定店）：<http://www.pref.kyoto.jp/yamashiro/ocha/1231484569009.html>

### 【辻利宇治本店】



玉露、煎茶、ほうじ茶の3種類の香りの違いを体験。  
「冷茶飲みくらべセット」価格：1,512円（税込）

1860年創業、宇治茶の老舗「辻利」の旗艦店。古民家を再生した店内では、抹茶を立礼式で点てている様子を見ることができ、さらに店主が厳選した本格的宇治茶を楽しめます。

住所：宇治市宇治妙楽156  
営業時間：茶房11:00～17:00（L O 16:30）  
お問い合わせ先：0774-94-6990

### 【福寿園 茶房“Adonis”福寿草】



爽やかな風味の中に豊かな旨みを感じられる。  
「水出し玉露」価格：1,080円（税込）

福寿園京都本店がプロデュースする、宇治茶専門のカフェ。お茶をおいしく楽しむために作られた福寿園ブランドの茶器に淹れられた宇治茶や、宇治茶を使用したスイーツを楽しめます。

住所：下京区四条通高倉西入大丸京都店2F  
営業時間：10:00～20:00  
お問い合わせ先：075-211-8111





## 自宅で簡単にお茶を楽しみたい人へ 誰でも出来る！美味しい“本格緑茶”の淹れ方

高級ブランド茶『宇治茶』は、本場で美味しく飲めることはもちろん、自宅でも簡単に本格緑茶を楽しむことができます。

参考：<http://www.kyotoside.jp/entry/20170522>

### ～用意するもの～

- ・新茶(1人前3g)
- ・湯飲み2つ※1つは湯冷まし用
- ・急須 ・お湯

### ①お湯を冷ます



カルキを飛ばしたお湯を、1人前約40ml湯冷ましを使って冷まします。新茶は茶葉が開きやすいため低温がベター。(一般的に高級な茶葉ほど低温が良い)

### ②茶葉を急須へ入れる



茶葉1人前3gを急須へいれます。お湯をさらに湯飲みに移し替え、冷ましたお湯を注ぎます。このとき温度は50～60℃がベストです。急須の淵にお湯がかかるように回しながら淹れ、茶葉に直接かけないように注意してください。

### ③茶葉を観察



茶葉の開き具合をよく観察します。上の写真程度に開いたらすぐに蓋を閉めて、急須に最後の1滴までしっかりと注ぎます。(ポタポタと雫が出なくなるまで)

### ④二煎目に向けて



二煎茶に向けて急須の蓋をずらしておきます。(香りを逃がさず、蒸気で急須内に露がたまりにくくなります)すると、二煎目も美味しくいただけます。

### 二煎目

湯の温度は10℃アップで70℃ほどで、茶葉が全部浸かるくらいまでお湯を注ぎます。既に茶葉が開いているため、雑味を出さないよう手早く湯飲みへ淹れることコツです。

### 三煎目

一煎目と二煎目を踏まえて、三煎目は湯の温度をさらに10℃アップします。(80～90℃のお湯)さらに時間との勝負になるため、お湯を注いだらすぐに飲みましょう。



## 宇治茶をはじめとする、全国のご当地グルメが京都に集結！ 日本遺産サミット in 京都 ～日本遺産観光見本市～開催

7月1日（土）、2日（日）の2日間、全国のご当地グルメが京都に集結するイベント「日本遺産サミット in 京都 ～日本遺産観光見本市～」が京都にて実施されます。

当イベントは、ご当地グルメが楽しめるグルメエリア、各日本遺産ストーリーが楽しめるエリアなどで、北は北海道から南は九州まで、“食べて・飲んで”日本の魅力を堪能することができるイベントです。

宇治茶エリアでは、京都府南部の山城地域12市町村がブース出店し、かき氷、ジェラート、お茶、お弁当、特産品、さらには精華町の絶品スイーツを販売予定。さらに、宇治茶の文化や歴史の話を聞きながら宇治茶を1煎2煎と味わえるBARも開催いたします。

### グルメエリア出店メニュー

石川県小松市：石焼きピザ 福井県小浜市：焼きさばずし 富山県高岡市：高岡風お好み焼き  
 沖縄県：ソーキそば、もずくの天ぷら、さーたーあんだぎー、ちんすこう、ミミガー天ぷら 等  
 高知県：ゆず、地酒 佐世保他：軍港カレー 京都府丹後：畜産品等、ばら寿司  
 篠山市：ししフランク、黒豆パン 長崎県：サザエの酒蒸し 島根県津和野町：農産・水産加工品、和菓子  
 山梨県：甲州ワイン 北九州市：門司港焼きカレー、門司港地ビール  
 カギ印庫吉のウスターソース、カギ印大人の贅沢ビーフシチュー 他

### 開催期間

2017年7月1日（土）・2日（日）

### 時間

7月1日（土）11:00～17:00

7月2日（日）10:00～15:00（予定）

### 場所

けいはんなオープンイノベーションセンター KICK（精華町）  
 （京都府木津川市木津川台9丁目6番地/京都府相楽郡精華町精華台7丁目5番地1）

### アクセス

#### ■無料シャトルバス運行

1日（土）10:30～ 2日（日）9:30～ 1時間間隔で運行

「祝園駅」「新祝園駅」「学研奈良登美ヶ丘駅」⇔会場

#### 公共交通機関をご利用の場合

##### ■京都から

「京都駅」→近鉄京都線「新祝園駅」→奈良交通バス「公園東通り」下車(所要約40分)

##### ■大阪から

「京橋駅」→JR学研都市線「祝園駅」→奈良交通バス「公園東通り」下車(所要約70分)

「本町駅」→中央線・近鉄けいはんな線「学研奈良登美ヶ丘駅」→奈良交通バス「公園東通り」下車(所要約60分)

「難波駅」→近鉄奈良線「生駒駅」→けいはんな線「学研奈良登美ヶ丘駅」→奈良交通バス「公園東通り」下車(所要約60分)

「関西国際空港」→空港リムジンバス「けいはんなプラザ」下車→奈良交通バス「公園東通り」下車(所要約90分)

### お問合せ

お茶の京都博実行委員会事務局（京都府企画理事付）

075-414-4529

※7/1・2は不在のため対応できません

### 関連URL

<http://ochahaku.kyoto/special/nihon-isan/>