



ほんものを たべよう

提出日	3/3	火	水	木	金	6
配達日	3/10	火	水	木	金	13
翌々週分配達日	3/17	火	水	木	金	20

2020.3月2週号

Alter Weekly Order Catalogue

オルターの提案

本当に安全な食べものを手渡すために

- 「だれが・どこで・どのようにつくったか」の情報を日本一公開します。
- 「国産」「無農薬」にこだわり、日本の伝統食を守ります。
- 原料段階・飼育段階からポストハーベスト農薬、遺伝子組み換え、放射能汚染、トランス脂肪酸、食品添加物などを徹底的に追放します。
- プラスチック容器・レトルト食品を追放します。

健康応援

健康茶としておすすめ 杜仲緑葉茶

杜仲の生葉の薬効成分を損なわないよう、日本茶の技術で微粉末に仕上げています。

石原園

文責 西川 榮郎(NPO 安全な食べものネットワーク オルター 代表)



石原園の石原 繁樹代表

漢方薬の三大名薬のひとつ「杜仲」

杜仲は、漢方薬の中で高麗人参、鹿茸と並んで三大名薬として知られています。漢方の古書「神農本草経」の中でも、副作用がなく長期服用可能な薬物として「上品」として分類されています。中国では、杜仲の樹皮は漢方薬として5千年以上前よりたいへん珍重されてきました。

杜仲の原産は四川省あたりで、トチュウ科トチュウ属トチュウ種という1科1属1種の植物学的にもたいへん珍しい樹木で、成木は30m以上の高さにもなります。杜仲の樹皮を取るには15~20年かかるため、たいへん貴重な薬だったのです。

杜仲はさまざまな生活習慣病によく効く漢方薬として知られています。杜仲の樹皮は、今でもさまざまな漢方薬の中心的配合に用いられています。

粗悪品が終焉させた杜仲茶ブーム

この杜仲に魅せられ、お茶として栽培しその普及に尽力されたのは、長野県伊那の故唐沢武氏でした。

唐沢氏は、富山医科薬科大学和漢薬研究所所長 難波恒雄博士の指導を受け、杜仲茶を世に出しました。

難波先生は、杜仲の葉にも樹皮と同様の薬効があることを証明なさった方です。樹皮だけでなく葉にも効用があるとされたことで、杜仲茶の一大ブームがやってきたのです。

しかし、このブームはあっという間に過ぎ去りました。なぜなら、ある大手の会社がこのブームに乗っかり、粗悪で薬効のないような落葉を混ぜたものを中国から輸入し、大量に杜仲茶を売り出したためです。粗悪品にはダイエット効果など杜仲の薬効が全く認められず、ブームの終焉をもたらしたのは当然のことでした。

そして夢が終わった後、長野県一帯ではブームの最中に狂奔して植えられた大量の杜仲の木が次々と切られているのです。唐沢氏も無念の思いの中で亡くなったそうです。今でも確立した流通がないのをよいことに、異常に高い価格で販売している人たちが跡を断ちません。

日本茶の技術で復活、 薬効のある杜仲緑葉茶

オルターに杜仲をご紹介くださったのは、大手航空会社のパイロットの奥さんです。このパイロットであるご主人は、高血圧のため会社から自宅待機を命ぜられていたのですが、唐沢さんたちが開発中の緑杜仲に出会い、それを飲んだら高血圧が完治したという経験をお持ちの方です。

杜仲緑葉茶とは、杜仲の葉を日本茶の技術を活かして、その薬効成分を可能な限り損なわないようにした、文字通り緑の杜仲の葉の粉末です。薬効のある杜仲緑葉茶は、石原園さんの胴体摩擦粉砕法で作られています。緑葉を丸ごと摂取できるおいしいもので、杜仲茶再登場の決め手であり、さまざまな生活習慣病に悩む現代人に朗報です。しかも副作用がないので、お茶として常用しても心配のないものです。

石原園の石原 繁樹さんは静岡の茶園4代目で、自園自製で有機栽培のお茶作りをなさっています。

石原園の 杜仲緑葉茶

●生産者

長野県の飯島 正明さん、三重県の坂本 隆さん、山梨県の桑本 英則さんほか2名です。

●栽培方法

農業不使用です。杜仲の木は虫などを寄せ付けないため、もともと農業をかける必要が全くありません。

●製造方法

杜仲の木から、夏場の一番成分の多い時期に葉を収穫します。このとき成分の低下をまねかないよう、葉を傷つけずに丁寧に収穫します。摘み取った葉は蒸れを防止して、通風をよくした金属製のカゴに入れていきます。これを1~4℃の保冷車に積み込んで、産地から静岡へ運びます。

石原園の製茶工場では、まず裁断機で2cm幅くらいに葉を切断した後、蒸煮工程に入れます。蒸煮は97~98℃1.5~2分程度。蒸しむらのないように行います。

その後強制冷却をした後、通常の製茶と同じ行程で、粗揉、揉捻、中揉、精揉を経て、粗乾燥を行います。粗乾燥をしたものを5mm幅に細断し、短時間の遠赤外線焙煎を行い、褐色化(酸化)を防ぎます。それを、特許製法の胴体摩擦粉砕法によって微粉末に加工して完成します。微粒子に角がないため喉ごしがよく、優しく消化吸収されます。

粒にする打錠は(株)アムスライフサイエンスで行っており、緑杜仲粉末95%に米粉4%、ショ糖脂肪酸エステル1%を加えています。ショ糖脂肪酸エステルは食品添加物です。治療用として使用する錠剤を成形するためにやむを得ず認めています。

●杜仲緑葉茶の利用法

グリーンティー

スプーン半分くらい(約0.4g)をコップに入れて、水に溶かしてグリーンティーとして、50g入り箱で100~120杯取れます。

コーボン杜仲茶

スプーン半分くらいの緑杜仲茶にコーボンやレモン果汁、ゆず果汁などを少々加えて、超健康のおいしい飲み物になります。その他、シャーベットやゼリー作り、抹茶の代わりに。

●杜仲の効用

「神農本草経」(中国古書)

腰や背の痛みを治し、内臓の諸機能を補い、元気を養い、筋骨を強固にし、志を強くする。久しく服すると身体の動きを軽やかにし、老いない。

「疲れたら杜仲でいっぶく」(富山医科薬科大学和漢薬研究所所長難波恒雄著、ハート出版)

肝臓・腎臓・心臓の疾患、代謝障害、血圧降下作用、

利尿効果、高血圧、鎮痛作用、ストレス解消、リュウマチ、神経痛、関節痛、強壮、滋養、二日酔い、水ぶとり・油ぶとりの肥満解消

「日本薬草全書」(新日本法規)

抗腫瘍作用、免疫賦活作用、流産防止、腰膝病

ウイスコンシン州立大学医学部

血圧降下、動脈硬化、肥満、利尿

国立八戸工業高等専門学校

佐々木 有助教 突然変異抑制

※その他、高脂血症、糖尿病、骨粗鬆症、美肌、更年期障害、不眠症、ストレス(気の薬として知られている)など、知られている効能は枚挙に暇がない。

市販の杜仲茶の 問題点

杜仲の生葉を天日乾燥してから焙煎するため、茶色に変色、成分も酸化してしまっているため、杜仲の効能が低下しています。

大手メーカーの杜仲の場合、安い中国産、それも品質管理の悪い落葉やゴミまで出荷されるため苦味があったり、本来の杜仲の良さが損なわれてしまっています。杜仲粉末は他にもありますが、石原園の特許製法と異なり、酸化や成分の劣化があります。