



# ほんものを たべよう

提出日	6/火	水	木	金
	23	24	25	26
配達日	6/火	7/水	木	金
	30	1	2	3
翌々週分配達日	7/火	水	木	金
	7	8	9	10

## 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。

Alter Weekly Order Catalogue

2020.7月1週号

## 三年番茶 BANCHA

# 人、農業、里山を守る 自然栽培三年晩茶

身体も心も温めます

## 健一自然農園

文責 西川 榮郎(NPO 安全な食べ物のネットワーク オルター 代表)



健一自然農園の伊川 健一代表



### ほんものの三年番茶

マクロビオティックの世界で「身体を温める」ということで推奨されている「三年番茶」があります。しかし、自然食業界で販売されている三年番茶を調べてみると、「無農薬にちゃんと取り組んでいない」「ただの番茶を3年ねかしただけ」「茎多め」などの「なんちゃって三年番茶」ばかり。私は長い間三年番茶には嫌悪感しか持っていませんでした。

しかし奈良県山添村で管理栄養士をしているオルターの会員、板西 麻依子教諭から紹介された健一自然農園の「三年晩茶」に出会い、その素晴らしさに目を見張りました。

### 将来性いっぱいのお茶づくり

自然茶師と名乗る、健一自然農園の伊川 健一代表は、標高400~600mの冷涼な気候の大和高原に点在する茶畑、いずれも周囲を森で囲まれた理想的な茶畑において、農薬、化学肥料、有機肥料を使わない自然栽培を営んでいます。肥料的なものは自然木の落葉、茶樹の落葉程度です。30ヶ所の茶畑の総面積は11haもあります。アルバイト、研修生を含め、10名のスタッフが働いています。それらの畑のほとんどはもともと耕作放棄された茶園で、もし伊川 健一さんが預からなければ山に戻って行ってしまはずのものです。

伊川さんはその茶畑から収穫された茶葉から三年晩茶(神農茶)をはじめ、釜炒り茶、ほうじ茶、煎茶、和紅茶、烏龍茶、抹茶など実に多種多様なお茶を製造しています。

新茶、煎茶に特化して、一時期だけ忙しい茶農家とは異なり、多様なお茶を作ること、年中適度な労働があり、雇用も安定しています。茶農家として画期的な経営システムにもなっています。

### 毎日飽きずに飲めるお茶

健一自然農園の三年晩茶(神農茶)は、自然栽培してきた茶畑のお茶の木を、およそ4年に1回、12月~3月頃の寒い時期に約2mに育ったところで根元近くから伐採します。そしてクモの巣などのゴミを除去したあと、チョッパーで細断。葉っぱ、茎のほぼ全てを、近くの山から切り出した薪を燃料にして焙煎機で焙煎します。焙煎したら、常温にて保管し、半年以上熟成します。熟成後に2度目の焙煎をして完成します。

丸刈りにした茶畑は、残った幹まわりの草の手入れをして、4年後の収穫に備えます。自然の摂理を信じ、最小の人手とコストで行う、合理的

な茶づくりです。

出来上がった三年晩茶はさわやかな後味が素晴らしく、絶品です。だから毎日飲んでもあきません。またカフェインを含まないので、子どもでも飲めます。大人はもちろん、子どもにもおいしい日常使いのお茶です。飲むと身体がホッカリと暖かくなり、副交感神経を刺激し、免疫を上げ、深い眠りもサポートします。冷え性の日本人にはたいへん喜ばれるお茶です。

ヤカンで水から煮出して飲みます。500ml入りの保温できる水筒に、ひとつまみ約3gを入れ、熱湯を注いでおくだけで、1日中おいしいお茶を楽しむことができます。

### 自然農法との出会い

伊川 健一代表は、奈良県大和郡山市でレストランを営む家の長男として生まれました。おばあちゃんが毎日作る茶がゆ、おじいちゃんが相撲を見ながらいれる、温かくて渋いが喉の奥に甘味が残るカリガネ茶、レストランの定食につけるアツアツの玄米茶を飲んで育ちました。

15歳の時、自然農法家 福岡 正信さんをNHKの番組で見て衝撃を受け、人生の方向性を決定づけられました。福岡さんは50年間山にこもり、自然農法の法則をみつめ続け、自然農法を編み出し、世界中の砂漠の緑化に取り組む、現代の老子のような人で、その志を引き継ぐことが自分の生きる糧となると思いました。

高校生の時には自然農の川口 由一さんの主催する赤目自然農塾(三重県)に通い、スタッフとしても働きました。

### 耕作放棄された茶園を宝の山に

高校を卒業して、福岡 正信さんに会いに行き、砂漠緑化を手伝いたいと申し出ましたが、農業変革だけでなく、ライフスタイルの提案も大切、奈良で始めなさいと言われて、2001年、19歳で奈良に戻り、農地を探しまし

## 健一自然農園の自然栽培茶

- 品種  
在来種、ヤブキタ、ヤマトミドリ、オクミドリ
- 防除  
農薬の使用ありません
- 施肥  
化学肥料、有機肥料(動物性)使用ありません  
主に茶樹の落葉

た。そして15年放置されジャングルのようにになっている37aの耕作放棄地に出会い、野菜、米などと並行してお茶づくりを始めました。自然農が広がっても、循環社会はできない。江戸時代のような支え合う仕組みを作らなければ。自然農の人はいつも慣行栽培や地域の人と対立している。人と自然が調和した社会のひな型を作ることが目標と考え、お茶一本に目標を見定めることにしました。

以来、伊川さんのところに多くの若者が集まり、それぞれの作物や陶芸、加工品などを表現し始め、コミュニティができて始めました。

海外から30カ国200人を超えるファームステイも受け入れました。

楽しいが、そこから成長するためには、地域を巻き込んだ事業にしなければと、周辺の自治体などに自然循環×地域おこしの提案を始め、いくつかのプロジェクトを牽引しました。しかし、地域の固定観念や首長や有力者の度量、ビジョンの範囲を超えられないことに気づき、現在は自然茶業を中心に森林・観光・教育・福祉・環境・医療・文化との多面的社会価値創出を図りながら、日本の里山を同時多発的に活性化できるひな型作りの可能性を追求しています。

### おそらく日本一

自然栽培の茶畑の面積、種から育てる実生自然栽培の面積、販売している自然栽培茶の販売量、いろいろなお茶を切れ目なく扱うことで荒茶の工場の稼働率、作っているお茶の種類、他地域・企業・行政・大学との連携数、いずれもおそらく日本一の農場です。

日本全国にある1万haの耕作放棄茶園の活性化が夢です。何年も放置され、農薬や肥料の影響が抜けている茶園は自然栽培にはむしろ向いているのです。

### 自然栽培茶葉の優位性

	慣行栽培	自然栽培
農薬	年間10回前後	0回
肥料	化学肥料/畜糞等	不使用
お茶の種類	少ない	豊か
労働時期	4~10月のみ	一年通じて生産
Co2排出	多量	60~90%減(慣行比)
水資源	多量に使用	基本天水のみ
水質影響	汚染する	浄化させる
生物多様性	破壊する	豊かにする
働き手	機械操作上手な若手	障がい者/高齢者にも役割
地域の特性	薄い	濃くなる
海外輸出	残留農薬で輸出不可	世界基準クリア
地域連携	一部可能	多面的に展開