

## 日本茶的歷史

早在公元前的中國，已有喝茶的記載。可見「茶」與人的關係已有相當悠久的歷史。據說，茶在奈良時代(710~793)自中國傳到日本。1191年，到中國留學的修行僧「榮西禪師」將喝抹茶的方法帶回日本，並進一步推廣。

之後，抹茶在中國逐漸式微，反倒在日本獲得獨自的進化。尤其茶人「千利休」(1522~1591)將茶道推崇到極致，同時促進宇治抹茶的發展。到了江戶時代(1603~1867)煎茶與玉露問世，並隨煎茶道的推廣逐漸盛行開來，確立了各種日本特有的茶。



榮西禪師 著《喫茶養生記》

## 日本茶的種類

「茶」大致可分為3類：完全發酵的紅茶、半發酵的烏龍茶、不發酵的綠茶。大部分的日本茶屬於綠茶，著重於在製造過程中保留茶葉的綠色。藉由保持綠色，得以保留許多對人體有益的成份。

日本茶的栽種方法主要有兩種。

第一種是不遮蓋茶園，使茶樹曝曬於陽光之下；

第二種是遮蓋茶園，盡量阻擋陽光的照射。

前者應用於栽種「煎茶」等普遍的日本茶；後者應用於栽種「抹茶」及「玉露」等日本特有且廣受喜愛的高級茶。



煎茶園的採茶景象



抹茶園的採茶景象

## 抹茶的功效

在日本茶中，「抹茶」本來是作為「藥茶」而被傳承下來，是一種養身的飲品。喝抹茶時就像將茶葉完整喝下，連不能溶解於水的成份也能順利吸收。

此外，抹茶在抑制高血壓、減緩老化、預防糖尿病、預防癌症等方面的功效，也已被廣為認知。



可口的抹茶



總公司工廠

宇治茶販売製造  
株式会社丸久小山園

〒611-0042 京都府宇治市小倉町寺内 86 番地  
[www.marukyu-koyamaen.co.jp](http://www.marukyu-koyamaen.co.jp)



槇島工廠