

日本でのお茶のはじまり

日本茶の起源は、奈良・平安時代に遣唐使や留学僧によって日本に持ち込まれましたが、
当時は貴族や僧侶などの上流階級の人々が薬として服用していました。江戸時代に入ってから庶民の間にも嗜好品としての日本茶文化が広まってきました。
また、「わび」の精神を重んじた茶の湯茶道は安土桃山時代に千利休らにより現在の原形が出来上がりました。

今年も、新茶の季節が始まりました。

新茶前線 北上中

毎年、九州地方の鹿児島から「新茶」の茶摘みが始まり、桜前線と同様に北上していきます。
また、八十八夜頃に摘まれた新茶は古来より縁起物で、無病息災にご利益があると言い伝えられています。
新茶の活力で疲れた心をリフレッシュしてみ
てはいかがでしょうか。

日本茶と暮らそうプロジェクト

主催者 日本茶業体制強化推進協議会
協賛団体 (公社)日本茶業中央会、全国茶生産団体連合会、全国茶商工業協同組合連合会、日本茶輸出組合、東京茶道会、(一社)全日本煎茶道連盟、NPO法人日本茶インストラクター協会、日本紅茶協会、(公社)静岡県茶業会議所、(公社)京都府茶業会議所、(公社)鹿児島県茶業会議所



日本茶と暮らそう
プロジェクト

日本茶と ともに

Life with
Japan tea



八十八夜 5/1	母の日 5/9
国際お茶の日 5/21	父の日 6/20

感謝の心を

日本茶とともに・・・

緑茶を飲んでリラックス！

緑茶には特有の旨味成分・テアニンが含まれています。
日々の暮らしの中で緑茶を飲んで「ほっ」とした時間を過ごしましょう。
私たちは、農林水産省と連携し、
「日本茶と暮らそうプロジェクト」を推進しています。
詳細はこちらをご覧ください。



日本茶と暮らそう
プロジェクト

ほっ



5月21日は「国際お茶の日」

2019年に国連総会で5月21日を国際お茶の日と決議しました。
特に開発途上国では、お茶は貴重な収入源になる作物で農業発展や持続
可能な生計の手段としても重要です。
そして5月9日は母の日・6月20日は父の日。
日頃伝えられない感謝の気持ちを日本茶に込めて、ほっこりとした時間
をプレゼントされてはいかがでしょうか。



他にもいろいろ！日本茶の情報

日本茶に関する様々な情報を
下記サイトで紹介しています。
是非ご覧ください。



日本茶情報サイト

日本茶ドア Japan Tea Door

日本茶ドアは、日本全国のお茶に関する情報が検索できる
ポータルサイトです

<https://www.nihon-cha.or.jp/door/index.html>

日本茶ドア
ホームページ



出典元：日本茶業体制強化推進協議会『茶の健康効果20選』
http://www.nihon-cha.or.jp/pdf/health_benefits20.pdf

茶の健康効果 20 選

