

# こころ豊かなお茶の時間

新茶の季節、お茶の楽しみ方を聞いてきました。

緑あふれる5月、おいしい新茶の季節がやってきました。皆さんがお茶を淹れるのは一体どんなときでしょうか。ホッと一息つきたいとき、お客さまに出すとき。すぐにお茶を飲みたい、飲んでいただきたい、その気持ち、ちよつとガマンしてみませんか。今回は大東地区・石木田で茶業を営む内田宗宏さん・奈々美さんご夫妻に聞きました。まずお湯を入れ湯飲みを温めておきます。本来なら『茶こぼし』に捨てますが、そのままお茶に使っても大丈夫。次にそのお湯を『湯冷まし』で冷ましておきます。茶葉の品種で

**スロー**  
Kushima slow food  
旬を食べる  
**フード**



内田宗宏さん(25歳)  
奈々美さん(26歳)  
茶葉をミルミキサーなどで粉末状にして氷水に入れてもおいしいですよ。子どもでもゴクゴク飲めると評判です。

異なりますが、だいたい60度程度まで冷まします。「お客さんとの間に流れるゆつくりとした『時間』。これもお茶の楽しみの一つですね」と内田さん。だいたい良い温度になったら、一度湯飲みに戻します。これは人数分の適量を量るため、このとき手に持って熱くないぐらいが適温です。さあいいよ。いよお湯を入れます。一回だけきゅうすを回転させると、お湯だけが回転してお茶がゆつくりと出てきます。湯飲みに注ぐときには、全ての湯飲みに少しずつ注ぎ分けま。一番おいしいのは最後の一滴。「一番大事なお客さんに飲んでいただきたい味です」とのこと。驚いたのが飲み方。口の中で左右のほおに当てるように回して飲むと、お茶の本当の旨みを味わえます。普通に飲むのは味が全く違うので、ぜひ一度お試しください。皆さんも、だれかとゆつくりとお茶を楽しんでみませんか。



【緑茶の品種】  
茶葉にも品種があり、収穫時期によって極早生、中手、晩生などに分けられる。それぞれ、『色』、『味』、『香』と、異なる楽しみ方がある。市販の茶葉などはこれらの調和が取れたブレンドがなされている。

茶器のちよつとイイはなし



ここでは今回見せていただいた、ちよつと変わった茶器のご紹介をします。手前のきゅうすは普通のものとは比べて、底の面積が広くて高さがあまりありません。この形状によって、茶葉がきゅうす全体に広がり旨味がゆつくり出せるとのこと。奥のきれいな陶器は、なんと茶筒。

わたしたちが日ごろ目にするのは木や缶ですが、素材が違います。通常のものより湿気を取り込みやすく、また逃がしにくいので、茶葉の状態を一定に保つことができるそうです。こうした茶器の役割や違いを知ること、お茶を楽しむひとつのコツなのかもしれません。



チヅカさんが作った花のさげもの。1組のさげものには、花のモチーフ150~160個が使われており、布とビーズは美しく映えるよう考えて配色されている。

## 自分でできることは自分で健康のため楽しみながら何かをしたい

「みなに迷惑をかけないよう元気でいなくてはと日々思っています」  
そう話すのは本城地区・上中園にお住まいの長田チヅカさん。92歳という年齢ながら家事はすべて自分でこなし、日々身体や頭をできるだけ使うよう心がけています。そんなチヅカさんの堅実で丁寧な日々の暮らしをご紹介します。

3度の食事すべてを手作りし、それが全く苦にならないというチヅカさん。朝食には必ずみそ汁を添えるのが決まり。「みそ汁は昔から元気の素だからね」と話します。佃煮も自分で作り食卓に常備。ときには酢豚やしょうが焼きなど肉料理も献立に加え、調理の手間を厭いません。「自分で食べるものだから自分で作るの当たり前ですよ」と謙遜します。

趣味も多彩。昔、青年学校で裁縫の先生を務めていたチヅカさんは、

**スロー**  
Kushima slow Life  
名人に学ぶ  
**ライフ**

「元気でいるため」に自分でできることを見つけ、積極的に実行するチヅカさん。何より、それを楽しむに変えることのできる生活の名人です。上手な齢の重ね方、お手本にしませんか。



おさだ  
長田チヅカさん(92歳)  
週に2回、デイサービスを利用して。友との出会いや学ぶことがたくさんあり、生きがいを感じています。

THE SLOW LIFE