

女子高生・女子大生の茶・健康茶に対する意識

奥田 弘 枝, 中 川 禎 人*

(2000年10月4日 受理)

Consciousness of Female High School and College Students toward Tea and Health-teas

Hiroe OKUDA and Sadato NAKAGAWA*

Abstract

The Japanese have had tea as something very natural in their life as well as something as a table luxury close to daily life for a long time. The history of having tea dates back to 3,000 years ago, and it is said that in China tea was used as medicine in those days. It was introduced to Japan early in the Heian era from the Tang dynasty. Today over 1,000 years after the introduction of tea, tea has become the focus of attention again with many kinds of health-teas on the market. It can be said that there is a boom of health-teas.

Inquiries were made to research what kind of influence the rise of interest in tea has had on the diet habits of 182 female high school and college students aged between 17 and 22 who were the subjects of the investigation.

The following became clear;

1. Almost 100% of the subjects of the investigation turned out to have tea in their daily life, 60% of whom have traditional Japanese green tea, and about 20% health-teas.
2. The first reason given as to why they have tea was physiological need. This was cited by 70% of the respondents, with health or diet reasons only cited by 20%.
3. Some 50% of those who have tea in expectation of the tea effect acknowledged a positive effect from it for their health.
4. The amount of tea one person had a day ranged between 4 and 7 cups on average. About 90% of the respondents had tea with meals.
5. Over half of those who were the subject of investigation acknowledged that they were influenced by commercials in mass media when purchasing health-teas.
6. Drinks, which were selected to eat bread with, widely ranged in kind, with many kinds of beverages chosen, while they were limited only to teas for a meal with rice. Oolong tea was selected for both meals with rice and bread.

* 広島県立食品工業技術センター

7. The rate of knowledge of the functionality of tea was the highest for diet followed by preventive action against bacteria and then by immune action against cancer.

Keywords: tea 茶, health-teas 健康茶, inquiries 意識調査, female high school and college students 女子高生・女子大生

I 緒 言

茶は最も日本人にとって身近で、生活に密着した嗜好品として飲用されている。茶飲用の歴史は古く、今から3000年前、中国ではすでに飲用されていたと言われるが、日本に伝えられたのは、平安時代の初期（805年頃）、唐の国へ渡った留学僧達を持ち帰った事によると言われている。茶の伝来から千年以上を経た今、新たな意識で見直されてきている。身の回りにある茶の種類は、緑茶、紅茶、ウーロン茶、プアール（普洱）茶など多種多様であり、また最近では、近年の健康志向から色々な種類の健康茶が販売され¹⁾、健康茶ブームとまで言われている。

茶をめぐる現在の社会的背景には次の様な例が挙げられる。埼玉県入間市にある人間博物館の館内には展示室「茶の世界」があり、中国から世界各地へ伝えられた茶の歴史や文化・喫茶風習、入間市の茶業など、様々な茶の世界が紹介されている。また、千利休の茶室や煎茶席も設けられており、館外には、茶を使った料理等が供されるレストランや茶室「青丘庵」も設置されている。また、東京都にあるO女子大学では「お茶研究会」が発足し（1993年）、毎年、茶に関するシンポジウム、出版物刊行、講習会や茶料理コンテスト等の活動が行われている。さらに、茶に関する数多くの出版物が発行され、新聞や雑誌、TV等の様々なマスメディアから、茶と健康を関連づけた情報が流されており、C新聞では1996年から1997年にかけて「お茶健康法」と題した記事が計50回に渡って連載された。

このような社会的背景が食生活にどのような影響を与えているのかを含めて、若い世代（女子高生・女子大生）の茶・健康茶に対する意識調査を実施したので報告する。

II 調査方法と調査内容

1. 調査対象および調査時期

調査対象は、広島市内の高等学校3年生女子（17～18歳）151名と本学女子学生（21～22歳）31名の計182名とした。

調査時期は、1997年8月に行った。

2. 調査内容

調査内容は、1～5項目からなる質問紙法による記述方式とした。

Ⅲ 調査結果と考察

1. 茶の飲用状況

茶の飲用について「あなたはお茶を飲みますか」の設問を行ったところ、調査対象者182名中1名を除く181名（99.5%）が「はい」と答えた。対象者の100%近くが日常、茶を飲用していた。

茶飲用の歴史を辿ると、前述の様に、平安時代の初期、中国からもたらされた後、鎌倉時代になると、日本の茶祖と仰がれる栄西禅師が中国・宋の国から薬として茶の種子を持ち帰り、「喫茶養生記」（1211年）を著している。その冒頭には「お茶は養生の仙薬なり。延齢の妙術なり。……古今奇特の仙薬なり」と述べ、当時、茶を薬として珍重していた様子が記されている²⁾。栄西によって茶の薬効は、茶種、製茶法、喫茶法と共に詳しく日本に伝えられ、その後、茶は薬用や嗜好飲料から礼法、社交の用品となった。さらに室町時代には、日本独特の茶道として発達し、日本固有の文化を生み出した。江戸時代初期にはまだ茶は一般庶民にとって縁遠いものであったが、現在の様に庶民に身近な飲料となったのは明治の始めになってからである^{3,4)}。

それから百数十年を経た現在、庶民にとって欠く事の出来ない、最も身近な飲料として100%近い人が飲用している。

茶を飲用していると回答した調査対象者181名に対し、普段どの様な種類の茶を飲用しているかを質問した。

茶の種類を大きく緑茶、健康茶、その他の茶と分類し、緑茶についてはさらに煎茶、ほうじ茶、番茶、玉露、抹茶に分けて質問した。

普段、よく飲まれている茶の種類の調査結果を図1に示した。

緑茶系は101名（55.8%）、健康茶（どくだみ茶、杜仲茶、ろう茶等を含む）は42名（23.2%）、その他の茶では麦茶、ウーロン茶、紅茶等で64名（35.4%）であった。これらの結果から、普段、茶を飲用していると回答した対象者181名中、約60%近くが、緑茶をよく飲んでいる事が分かった。これに対し、健康茶を飲んでいると答えた者は、対象者全体の約23%で、緑茶飲用者の約4割であった。

現在、茶は様々な形で日本人の生活の中に深く入り込んでいる。もともと茶は薬用とされていたが、今日の様に健康志向が高まる中で再び注目され、脚光を浴びる様になった。飽食の時

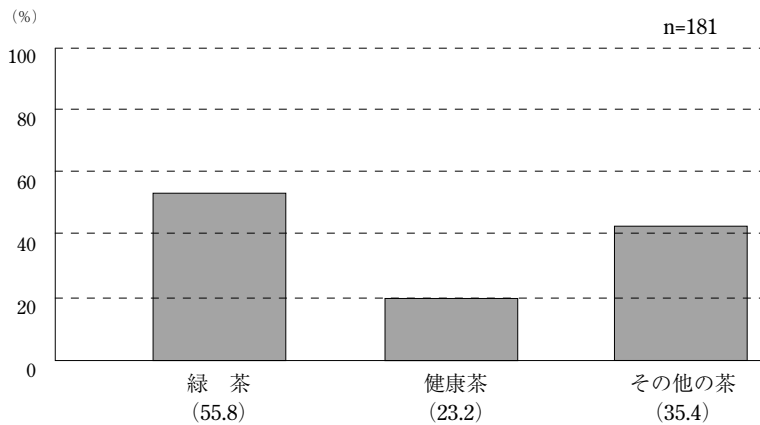


図1 普段よく飲む茶の種類

代に何故「茶」なのか、食生活との関連性から、さらに検討を行った。

一口に茶といってもその内容や飲み方は、飲む時間や場所、気分、好み等によって違ってくる。そこで、茶がどのような理由で飲用されているかを知るため、「お茶を飲む理由は何ですか」の設問を行い、結果を図2に示した。

調査対象者181名中、健康の為に答えた者は11.1% (28名)、ダイエットの為に4.4% (11名)、嗜好に合うから17.9% (45名)、喉が渇くから65.7% (119名)、家族が飲むから47.2% (49名) という結果であった。茶の飲用理由で最も多いのは生理的要求から来る、喉が渇くからで、これが約7割近くを占めていた。健康の為に、ダイエットの為に、両者を合わせても2割に満

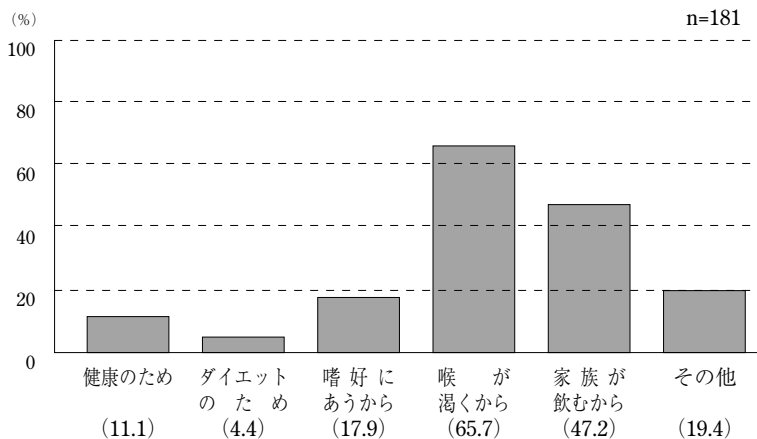


図2 茶の飲用目的

たなかった。また、その他の飲用理由として「おいしいから」、「好きだから」、が共に3名ずつ、「ご飯に合うから」、「リラックスするから」、「家にあるから」が1名ずつであった。

茶の飲用理由として、健康の為や、ダイエットの為を、茶を飲用する積極的理由とすると、嗜好に合うから、喉が渇くからや家族が飲むから等の回答は、茶を健康を意識した飲料として捉えていない事から消極的理由とする事が出来る。消極的理由で茶を飲用している回答者の数は、何らかの効能を期待して積極的理由で飲む者の約5倍以上であった。これは、茶は飲料として我々の暮らしに深く根付いており、当たり前すぎて健康を意識して飲用している者は少ないと言える。

茶の薬効として、癌の予防、高血圧や動脈硬化症の予防、食欲の増進、ダイエット効果、肌荒れ予防、解毒作用等の他に虫菌予防、便秘予防や目薬としての効果が報告されている^{5,6,7,8)}。最近、これらの茶の薬効が注目される様になったのは、雑誌やテレビ等のマスメディア等からの情報の影響が大きいものと考えられる。茶の効用を期待して飲用している28名を対象に、茶を飲用する事によって、何らかの効果が認められたか否かの質問を行ない、結果を図3に示した。

茶を飲用する事によって、健康への何らかの効果があつたと回答した者は、対象者28名中、50% (14名)であった。効果なしと答えた者は32.1% (9名)、無回答は17.9% (5名)であった。

今回の調査対象者181名のうち約11%が、健康への何らかの効果を期待して茶を飲用していると答えたが、このうちの50%が茶の飲用効果を認めた。

次に、一日当りの茶の飲用量を調べたところ (図4)、一日平均4~7杯飲用すると答えた者が最も多く50.8% (92名)であった。次いで3杯以下が28.7% (52名)、7~9杯が14.4% (26

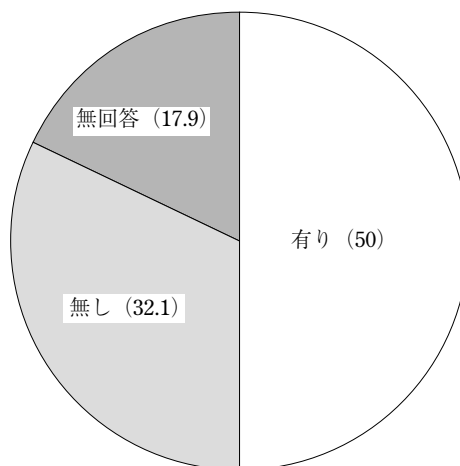


図3 茶の飲用効果の有無 (%)

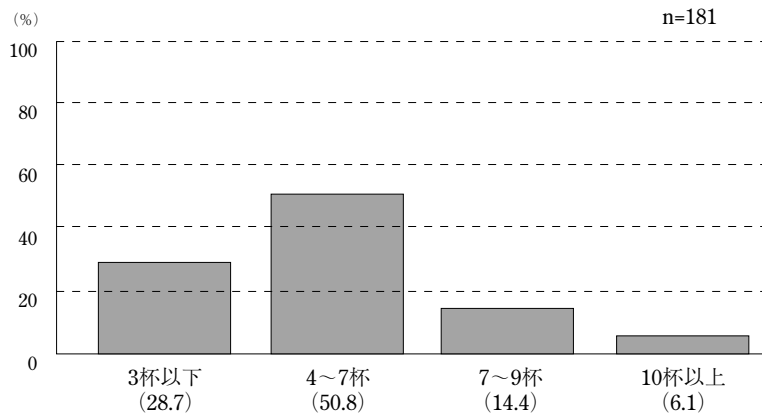


図4 茶の飲用量 (一日当たり)

名), 10杯以上が6.1% (11名) であった。

疫学的研究によると, 緑茶をよく飲む茶の産地では胃癌の死亡率が低く, 緑茶を一日に10杯以上飲む者の癌罹患率や心臓疾患の発症率は3杯以下の者よりも, 明らかに低い事が報告されている⁷⁾。今回の若年層での調査では, 一日に10杯以上飲む者は10%以下に過ぎず, 過半数の者が4~7杯であった。

さらに, 茶を飲む時間帯についての調査結果を図5に示した (複数回答)。茶は食事中に飲むと答えた者が最も多く, 約90% (161名) が朝食あるいは昼食, 夕食時に飲んでいる事が分かった。次に食間 (42.0%) > 就寝前 (14.4%) > 起床直後 (8.3%) の順に多かった。

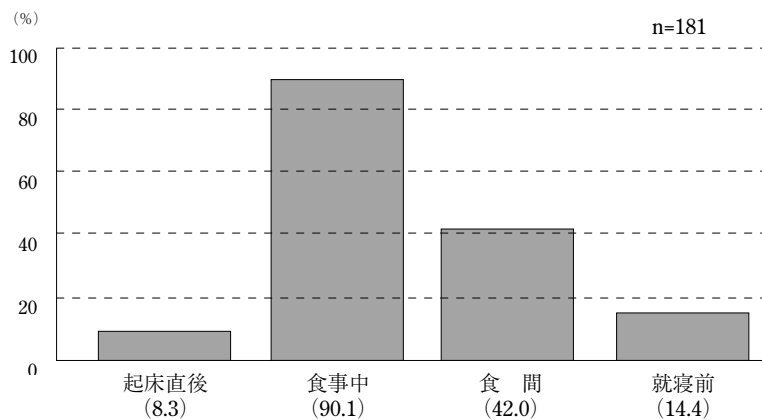


図5 茶飲用の時間帯

人は茶を飲む時間帯や場所、好みや気分によって飲み分けている。例えば、一人静かに味わう茶、気のおけない友人達と茶菓子を囲み、談笑しながら飲む茶、また食後に家族との団欒の中でゆっくりとくつろぎながら飲む茶、いずれも茶を介して独特の文化的ゆとりを育んで来た。図5に示された結果からも、人は茶の効能を意識せずとも、自然にその時の気分や場所などに合わせて飲み分けている事が分かる。茶の効能を期待して飲用するよりも、食事中や休息時など気分をリフレッシュするために飲む等、若年層では嗜好品としての側面の方がより強いと言える。

2. 健康茶に対するコマーシャルの影響

現在、我国では、健康が大きな課題として扱われている。このような健康志向の高まりと共に、茶が健康にとって効果的である事が新聞、雑誌やTV等のマスメディアを通して繰り返し紹介され、商品のコマーシャル等も行われている。このような状況から、マスメディアの影響も大きいのではないかと考えられる事から、主として健康茶に対するコマーシャルの影響について調べた。

「様々な健康茶のコマーシャルが行われておりますが、それを見て購入したいと思いますか」の設問を行った。調査対象者181名中影響を認めた者が52% (95名)、影響なしと答えた者が48% (86名) で、ほぼ同数という結果であった (図6)。

「はい」と答えた者95名に対し、さらにその飲用目的を尋ねた。健康増進の為に答えた者が32% (31名)、ダイエットの為に34% (32名)、効能は期待しないが興味があったからが34% (32

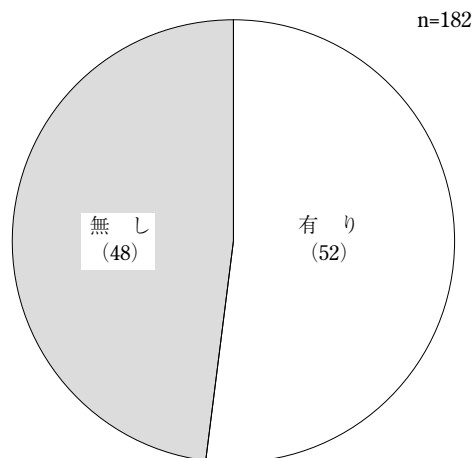


図6 健康茶の購入に対するコマーシャルの影響 (%)

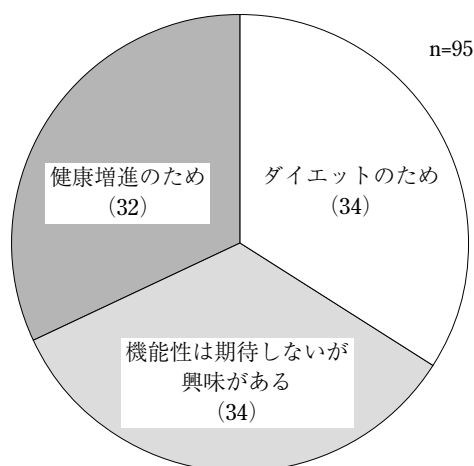


図7 健康茶の飲用目的 (%)

名) でほぼ3等分された(図7)。

これらの結果から、半数以上の者が繰り返される宣伝や、強烈なキャッチコピー等によって、何らかの形でコマーシャルの影響を受けていると言える。健康茶の購入目的は、ダイエットの為と健康増進の為にほぼ同数であり、両者で約7割に達した。若年層においても美容と同様に、健康に対する意識が浸透しつつある事を示しているものと推察される。また、効能は期待しないが興味があったから購入したとする者が約3割であった事から、宣伝自体に強いインパクトがあり、漠然と試しに飲んでみたいと言う興味を湧かせるほど、宣伝の影響が強いと言える。

3. 健康茶に対する価値感

茶の品質には、高品質のものから低品質のものまで幅が広く、それぞれ値段も異なる事から、健康茶に対する価値感も多様と考えられる。そこで、健康茶に期待する効能とその価値感についての質問を行った。

「あなたが期待する効能の健康茶があれば、少々価格が高くても購入しますか」の設問に対して、調査対象者181名中「購入する」と答えた者が12% (22名), 「購入しない」と答えた者が18% (32名), 「値段による」と答えた者が70% (127名)であった(図8)。

アンケートの対象者が10代から20代と若年層である為、いくら効能があるとされていても、高価な物は買わないとする者が約90%に達した。健康茶の購入については値段に大きく左右される事が分かる。

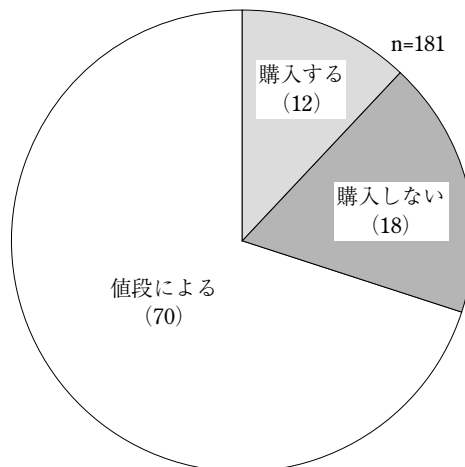


図8 健康茶に対する価値感と購入意欲 (%)

4. 食事（弁当）と茶・その他の飲み物

我々は日頃から、色々な食事に合わせて、それに適した飲み物を選んでいることが多い。洋食やパン食時には紅茶やコーヒー、牛乳等を飲み、中華料理を食べる時にはウーロン茶、和食の時には緑茶といった様に、特に意識はしていないが、それぞれの料理に合った飲み物を選択していることが多い。しかし、個人の好みも大きく関与し、選ぶ基準は人によって様々である事から、弁当を食べる時に、パンやサンドイッチ等のパン類にあわせて飲む飲み物と、むすびや飯類にあわせて飲む飲み物の違いについて調査を行った。

「パンやサンドイッチなどのパン食にあわせてどのような飲み物を選びますか」という設問に対して（複数回答）、調査対象者181名中、紅茶47%（85名）、牛乳35%（63名）、果汁100%ジュース27%（49名）、ウーロン茶18%（33名）、コーヒー18%（33名）、乳酸飲料9%（16名）、清涼飲料水3%（5名）、緑茶2%（4名）、その他の茶3%（5名）と言う結果であった（図9）。

次に「むすびや幕の内弁当などの飯類にあわせてどのような飲み物を選びますか」の設問に対して（複数回答）、調査対象者181名中、ウーロン茶75%（136名）、緑茶36%（65名）、その他の茶12%（22名）、紅茶4%（7名）、果汁100%ジュース3%（5名）、清涼飲料水3%（5名）、牛乳2%（4名）、コーヒー1%（2名）、乳酸飲料1%（2名）の結果を得た（図9）。

パン食にあわせて選ぶ1位から5位迄の飲み物は、1位が紅茶で約5割の者が選択した。2位が牛乳、3位が果汁100%ジュースでそれぞれ約3割の者が選択した。これらは健康志向の現れであろうか。4位と5位がウーロン茶とコーヒーで、それぞれ約2割の者が選択していた。パン食との相性は余り良いとは考えられないが緑茶を選択した者が2%あった。

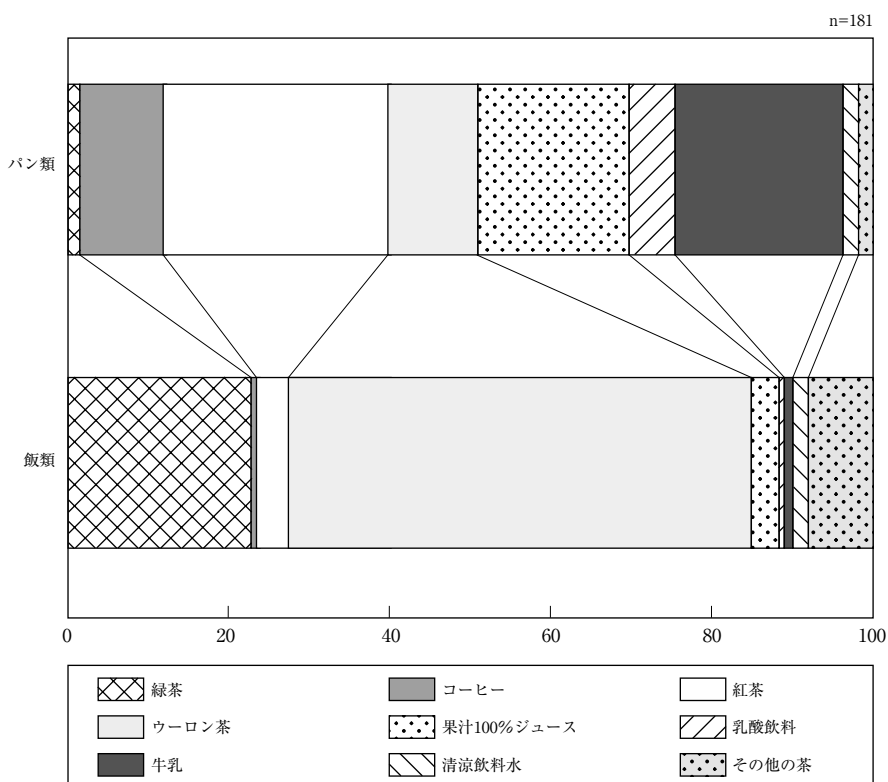


図9 パン食時と飯食時の飲み物として好ましいもの (%)

飯類にあわせて選ぶ飲み物の1位から5位は次の様であった。1位がウーロン茶で約8割近くに達し、2位が緑茶で約4割、3位がその他の茶で約1割強、4位が紅茶、5位が果汁100%ジュースであった。飯類の場合、茶以外の飲み物を選択した者は僅かで、飯類を食べる時の飲み物は茶類に限定された。ウーロン茶は、パン食時でも、茶の中では最も多く選択されたが、飯類では、緑茶の2倍以上の割合で選択された。第一次ウーロン茶ブームは1979年に始まり、缶入りのウーロン茶は1981年に初めて発売された。その一方で緑茶の需要は減少していった⁴⁾。その後、1983年からの第二次ウーロン茶ブーム以降、缶入りのウーロン茶は爆発的に売り上げを伸ばし続け、1995年に初めて前年の生産量を下回るが、多様化する日本人の食生活の中にあって、すっかり定着した飲み物となっており、新しい食文化の形成へと進みつつあるのではないかと推察される。川染⁹⁾は1994年に市販されている飲み物の飲用状況について、地域差と年齢差の調査を行っているが、大学生はウーロン茶の飲用率が最も高く、60から80%であったと報告しており、今回の調査とも一部で一致している。緑茶は年齢が高くなるほど飲用率が高く、年

年齢差があり、茶の生産地や東海が最も飲用率が高く、中国地方はこれらの地域の約 1/3 であった。前述の様に飯食の時も緑茶の選択率はウーロン茶の約 1/2 であった。

パン食時の飲み物は、選ばれる範囲が広く、色々な種類の茶や牛乳、果汁、コーヒー、乳酸飲料といった多くの飲み物が選択されたが、飯類は、選ばれる飲み物の種類が少なく、茶類に限定されていた。大多数の者は食べ物に合わせて飲み物を選択していると言える。今回の調査では、パン食時、飯食時ともに清涼飲料水の選択率が低かったが、健康志向の現れであろうと推察される。

5. 茶の機能性とその既知度

茶は、古くから、香味や刺激をたしなむ嗜好品として、また、健康に良い飲み物として親しまれてきた。最近、癌や生活習慣病の予防に有効である事が科学的に実証され、多様な生体調節機能（三次機能）を持つ食品として評価され、関心が持たれている。そこで、茶の持つ機能性や栄養成分及び特殊成分の既知度についての調査を行った（複数回答）。

「茶に含まれる機能性や栄養成分及び特殊成分について、知っているものに○印をつけて下さい」の設問に対して、調査対象者181名中の機能性についての認知度は、ダイエット55%（100名）、抗菌作用38%（69名）、抗癌作用36%（65名）、虫歯予防23%（42名）、不老長寿15%（27名）、動脈硬化予防14%（25名）、歯周病予防10%（18名）、高血圧予防10%（18名）、心臓病予防3%（5名）、アルツハイマー病予防2%（4名）であった。栄養成分や特殊成分の既知度は、ビタミンC含有26%（47名）、カテキン含有25%（45名）、フラボノイド含有20%（36名）、タンニン含有16%（29名）、ビタミンB₁、B₂含有7%（13名）であった（図10）。

茶の機能性のうち、最も既知度が高かったのはダイエットで半数以上が知っていると言えた。2位は抗菌作用、3位が抗癌作用でそれぞれ4割近い既知度であった。栄養成分や特殊成分についての既知度で最も高かったのはビタミンCとカテキンの含有で、それぞれ約3割に近かった。フラボノイドの含有については約2割の者が知っていた。

既知度第1位のダイエットに関する報告では、ラットの餌に茶の葉を混ぜて与えた結果、腹部にたまる脂肪量が、普通の餌を食べたラットよりも減少したと述べている¹⁰⁾。茶のダイエット効果は、脂肪が体内に吸収されるのを抑制する作用を持つカテキン、脂肪を減らす作用があるカフェイン、食物繊維等が総合的に関与する為であろうと推察される。

既知度第2位の抗菌作用は、1995年のO-157事件の際に、マスメディア関係から茶に抗菌作用がある事が報道されたことがきっかけで、一般に広く知られる様になったものと考えられる。

既知度第3位の抗癌作用に関して、統計疫学的調査¹¹⁾によると、静岡県での癌死亡率は男女とも全国値に比較して著しく低い¹²⁾。小国らは¹³⁾、癌の部位別に標準化死亡率（Standard-

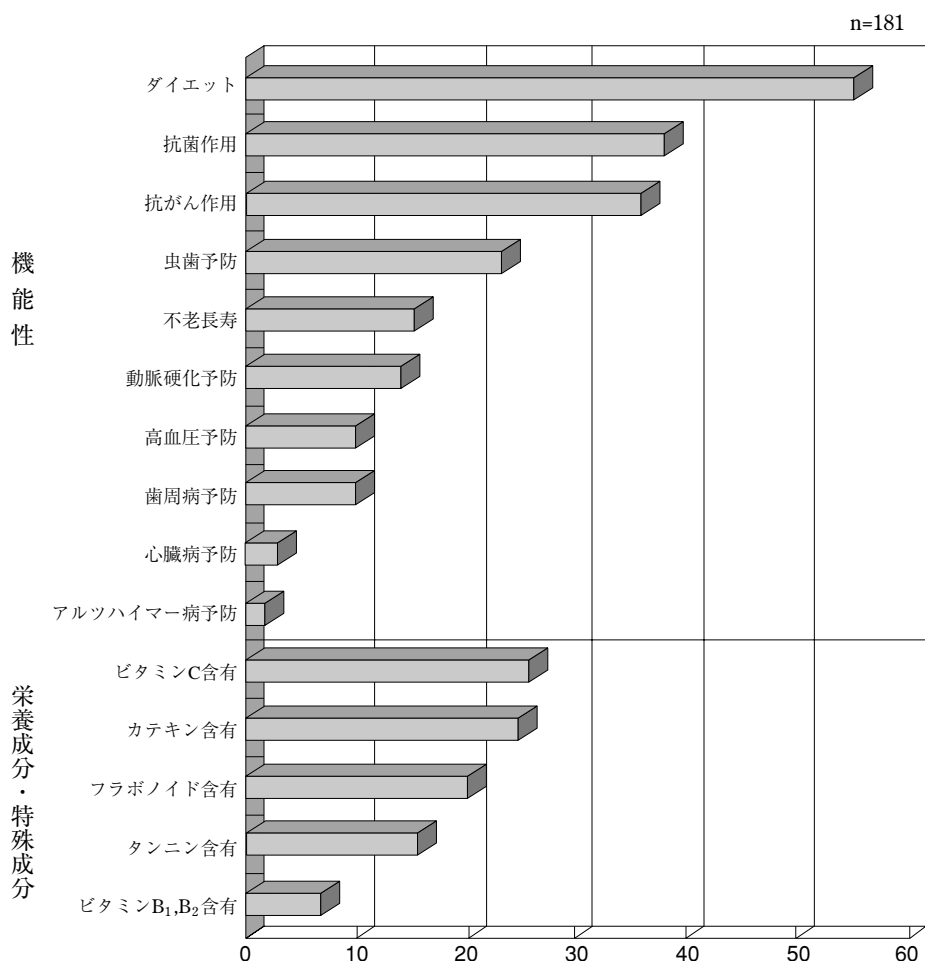


図10 茶の機能性・栄養成分・特殊成分の既知度 (%)

ijed Mortality Ratio ; SMR) を算出し、1969年から1982年の14年間にかけでの胃癌と全部位癌の SMR を示している。静岡県の中でも胃癌及び全部位癌の SMR の低値な地域があり、これらの地域の特性について検討した結果、緑茶の生産地として全国的に知られた地域であったと述べている。さらに、胃癌 SMR の著しく異なる地域を抽出し、緑茶摂取を含む食生活と胃癌 SMR との関係調べている。それによると、胃癌 SMR の低値な住民は男女とも緑茶を良く飲用し、さらに茶葉を頻繁にとりかえ、やや濃い目のものを良く飲んでいる傾向が有意に認められた^{14, 15)}。これらは、緑茶の飲用と発癌抑制との関連を強く示唆している。原らは、緑茶の熱水抽出物やその成分であるエピガロカテキンガレート (EGCg)、カフェインおよびビタミン C がマ

ウスやラットに対し、抗腫瘍作用、発癌抑制作用がある事を報告している^{15,16)}。また、発癌二段階過程のイニシエーションとプロモーションの両段階を抑制する事も明らかにしている¹⁷⁾。これらの報告から、緑茶に抗癌作用や発癌抑制作用がある事が明らかであるが、紅茶やウーロン茶についての類似の研究報告もなされている¹⁸⁾。

茶の飲用量と癌予防との関連性については、小國らの調査がある^{7,14,15,19)}。これによると、静岡県の緑茶生産地の住民は緑茶を良く飲み、一日に1.0 g から1.5 g 程度の粗カテキン (EGCgとして0.5~0.75 g) を摂取していると考えられている。普通に飲む一杯の緑茶には0.1~0.15 g 程度の粗カテキン (EGCgとして0.05~0.075 g 程度) が含まれている事から、緑茶飲用頻度の高いほど (一日に10杯以上)、癌予防、特に消化器系の発癌抑制に効果が有るものと考えられる。これは、カテキン類はその構造中に多数のフェノール性水酸基を持つ事から、抗酸化性、ラジカスカベンジャーとしての働きがあり、発癌抑制作用があるのではないかと推察される。

茶とコレステロールに関する研究では、茶粗カテキンやEGCgは、コレステロール含有食を与えたラットの血漿および肝臓コレステロール濃度の上昇を抑制し、体外へのコレステロール排泄を著しく促進したと報告されている^{20,21)}。また、ラットの飼料中に粗カテキンを混合して与え、血圧上昇抑制効果も認められている²²⁾。これらは、茶が動脈硬化防止や高血圧症予防にも有効である可能性を示している。

茶と抗菌作用との関係については、茶のカテキン類やテアフラビン類 (紅色色素) の、ボツリヌス菌やフラットサワー菌類²³⁾、あるいは食中毒細菌 (黄色ブドウ球菌、ウェルシュ菌、セレウス菌、腸炎ビブリオ等)^{24,25)} への最小発育阻止濃度 (MIC) を調べる事によって、これらの成分に抗菌作用がある事が明らかにされている。

長寿県である沖縄で愛飲されている茶に、ジャスミンティーに似て香りの良いサンピン茶 (香片茶) がある。尚らの調査によると百歳でサンピン茶を飲んでいる者が非常に多く、長寿者が「茶」と言えばほとんどがサンピン茶か、沖縄北部で生産されるヤンバル茶 (山原茶) のどちらかである事が多いと述べている^{27,28)}。尚らは動物実験から、これらの茶には体内にコレステロールを溜めない作用がある事を認めている²⁷⁾。

茶葉中の既知成分で、カテキン類について多いものにカフェインが有り、乾燥茶中2%から4%含まれている。カフェインの薬理作用としては中枢神経興奮、強心作用や利尿作用等が知られている。

これ迄に述べて来たカテキン類、テアフラビン類、カフェインの効果として、血小板凝集抑制効果がButcher²⁶⁾ らの実験によって認められている。また、アルツハイマー病の予防効果も報告されている³⁾。

茶の栄養成分のうち、最も既知度の高かったビタミンCは、茶葉中に還元型ビタミンCとし

て含まれており、発癌性を示す事の多い *N*-ニトロソ化合物の生成や生成物の活性を抑制する因子としての働きがある²⁹⁾。

ヒトの癌の原因の約80%が生活環境因子（食生活や喫煙等）と言われており、中でも食生活の影響が大きい。多様な食品をバランス良く食べるに加えて、日本人の90%以上が飲用している茶によって、発癌リスクが多少なりとも下げる事が出来、生活習慣病予防（体脂肪減少効果、動脈硬化防止、高血圧症予防等から）や細菌感染からの予防の可能性が考えられる。

茶には千種類もの化学成分が含まれているが、食生活における茶の飲用の有効性については、今後、臨床実験での十分な研究が期待される。

IV 要 旨

現在の健康志向の高まりと共に、「茶」が注目され、色々な種類の健康茶も市販されて健康茶ブームとも言われている。この様な茶や健康茶への関心の高まりが食生活にどのような影響を与えているのか、17歳から22歳の女子高生と女子大生182名を対象に茶・健康茶に関する意識調査を行った結果、次の事が明らかになった。

- (1) 茶は、調査対象者の100%近くに、日常飲用されていた。このうち、6割の者が日本古来の緑茶系を飲用し、健康茶の飲用は約2割であった。
- (2) 茶の飲用理由の第1位は生理的要求（約7割）で、健康やダイエットの為に約2割であった。
- (3) 茶の効果を期待して飲用している者の内、約5割が健康へのプラスの影響を認めた。
- (4) 一日の茶の飲用量は平均4杯から7杯（一人当たり）で約9割が食事中に飲用していた。
- (5) 健康茶の購入に際して、調査対象者の内、半数以上の者がマスメディアからのコマーシャルの影響を認めた。
- (6) パン食時の飲み物は、選ばれる範囲が広く、様々な種類の飲み物が選択されたが、飯類の場合は、茶類に限定された。ウーロン茶は、パン食と飯類の食事の両方で選択された。
- (7) 茶の機能性の既知度は、ダイエット>抗菌作用>抗癌作用の順に高かった。

茶に関するアンケート調査にご協力頂いた橋村史子さん、村田美穂さん、尾崎美紀さん、高村友華さんに対し、厚くお礼申し上げます。

文 献

- 1) 荒井美穂, 藤岡暁子, 石見百江, 岩見美香: 健康茶の官能評価と化学成分に関する研究 (広島女学院大学卒業論文), p. 1-9 (1996).
- 2) 小國伊太郎, 中村好志: 食生活研究, **16**(2), p. 3-13 (1995).
- 3) お茶料理研究会編: 茶の世界, 地人書館, p. 2, p. 29 (1997).
- 4) 入間市博物館編: お茶の日本人—その歴史と現在—, 日本博物館工芸, 東京, p. 20-21 (1996).
- 5) 山本 (前田) 万里: 日本食品科学工学会誌, **43**(6), p. 653 (1996).
- 6) 村松敬一郎編: 茶の科学, 朝倉書店, 東京, p. 32-42 (1995).
- 7) お茶料理研究会編: 茶の世界, 地人書館, 東京, p. 29-33 (1999).
- 8) 山崎征治: お茶健康法, 中国新聞, 7月7日 (1996).
- 9) 川染節江: (財)アサヒビール生活文化研究振興財団研究紀要, 第8巻, p. 91-92 (1992).
- 10) 桑野和民: 食べる緑茶バイブル, 日東書院, 東京, p. 48-118 (1993).
- 11) 厚生省編: 人口動態統計, 厚生統計協会, (1969-1982)
- 12) Japanese Cancer Association: *Cancer Mortality and Morbidity Statistics, Japan and The World*, Japan Scientific Press, (1981)
- 13) 小國伊太郎: 静岡女子短期大学研究紀要, **29**, p. 49-93 (1981)
- 14) Oguni I., *et al*: *Jpn. J. Nutrition*, **47**, p. 93-102 (1989)
- 15) Oguni I., *et al*: *Abstracts of Papers Sixth Asian Symposium on Medicinal Plants and Spices*, p. 4-14 (1989).
- 16) 原 征彦: 日本栄養食糧学会誌, **42**, p. 39-45 (1989)
- 17) Cheng S.J., *et al*: Proc. Int'l Seminar on Green Tea, *Korean Soc. Food Sci. Technol.*, p. 45-50 (1989).
- 18) Itoh Y., *et al*: *Mutat. Res.*, **222**, p. 253-261 (1989)
- 19) 小國伊太郎: 昭和63年度食に関する助成研究調査報告書, (財)すかいらくフードサイエンス研究所, p. 95-100 (1990).
- 20) Muramatsu K., *et al*: *J. Nutr. Sci. Vitaminol.*, **32**, p. 613 (1986).
- 21) 福與眞弓, 原 征彦, 村松敬一郎: 日本栄養食糧学会誌, **39**, p. 495 (1986).
- 22) 原 征彦, 外岡史子: 日本栄養食糧学会誌, **43**, p. 5 (1990).
- 23) 原 征彦, 渡辺真由美: 日本食品科学工学会誌, **36**, p. 951 (1989).
- 24) 原 征彦, 石上 正: 日本食品科学工学会誌, **36**, p. 996 (1989).
- 25) 島村忠勝: 日本細菌学雑誌, **45**, p. 561 (1990).
- 26) Butcher R. W., *et al*: *J. Biol. Chem.*, **237**, p. 1244 (1962).
- 27) 尚 弘子: 南の島の栄養学, p. 78-83, (有) 沖縄出版, 沖縄 (1988).
- 28) 尚 弘子, 山本 茂編: 沖縄の長寿, p. 178-177, (株) 学会出版センター, 東京 (1999).
- 29) 石館守三編: 生活環境と発がん, 朝倉書店, 東京, p. 36 (1979).