

トリートメントとの相乗効果で  
さらにデトックス！

# 中国茶

を取り入れて、  
サロンの個性を演出しよう



すっきりとした味や、フルーティーな飲み心地、果実や花にたとえられる高い香りなど、飲むことで心も豊かにしてくれる中国茶。ポリフェノールやカテキンなど体に優しい成分や、脂肪を分解してくれる成分が健康面でも注目されています。そんな中国茶をサロンに取り入れるには、どうすればいいのか、麻布にある本場中国の洗脚健身施術を行う「小町苑」のオーナー、中澤進之右氏に伺いました。

取材・文 ● 森田奈穂美



茶器を使った  
演出効果で  
五感に働きかける



中国・東北部で古来より行われてきた洗脚健身施術を、日本でも体験したいという思いから小町苑をオープンさせたオーナー・中澤進之右氏。本場の雰囲気再現するため、店内の家具や音楽、茶葉やお香に至るまで自ら中国で吟味して取り寄せたといい、その鮮やかで中国的な色彩が訪れる人の気持ちを和ませている。

サロンで目を引くのがカウンタートにずらりと並んだ茶缶だ。そろえる茶葉は20種類以上に及び、施術後に中国茶でゆつくりとくつろぐことができる。お茶と一緒に出されるお茶づけ（一人二種類）は、血液の浄化や整腸、血圧などによい山査子や、ヒタミンA、B、Eやカロチン、亜鉛、鉄分が豊富な南瓜の種、植物繊維が豊富な干イチジクといった、中国茶との相性のよいもので、施術後の水分補給とともに、栄養補給にも一役買っている。




「中国では、お茶を飲んでくつろぎながら足裏マッサージを行うのです。お茶とマッサージは切っても切り離せない関係で、施術後に中国茶でくつろいでもらうのは自然な流れ」と中澤氏。

中国茶の魅力は豊富な茶器類にもある。茶葉が聞く縁が楽しめるガラス器や急須代わりに用いる蓋碗、香りを楽

# 中国茶の種類と特徴

中国茶は発酵の程度や製法、色によって緑茶、白茶、花茶などを7つに大別されます。茶葉の形や香り、入れ方を業しむのも中国茶の特徴です。その主な成分と入れ方を紹介します。

青茶・半発酵	白茶・弱発酵	緑茶・不発酵	茶葉の種類
			
鉄觀音	白毫銀針	黄山毛峰	香り味
発酵度に応じて花や果実のような香りに変化する。陶器杯で華やかな香りが楽しめる	緑茶をさらにあっさりとした淡い香り	新鮮な茶葉の香り	成分と特徴
日本でよく知られる烏龍茶や鉄觀音が青茶。味と香りを深むお茶で、味がい深く芳醇な香りが特徴。小さな茶壺「工夫茶」を使って飲むお茶でも知られる。ポリフェノールを多く含む。中性脂肪や活性酸素を抑える役割も	白い毛手の生えた若芽だけを使い、それを干してゆくりとしおわせただけの微発酵で、解熱作用があり、とくに夏の暑い時期に好まれる。顔をすっきりとさせてくれ、二日酔いにも、色や香りも淡くデリケートな風味が特徴	日本の緑茶と同じ不発酵茶で、蒸かすことで新鮮な茶葉の香りを封じ込め、後味をさっぱりとさせている。ビタミンCが豊富で、カフェイン、ポリフェノールを含み、コレステロールや血圧値を下げる役割がある	入れ方
高温を保ちながら茶葉を開かせ、香りを引き出すため、冷めにくい陶器の蓋碗や急須を使う。95~100度のお湯を急いよく急須に注いだ後、1分程度蒸らしてから茶杯へ	陶器の蓋碗やガラス杯を急須代わりに使用するのもよい。湯を80度前後の低温に冷ましてから茶葉を入れて、5~10分掛けてゆくりと蒸らしてから抽出する	80~90度のお湯を入れる。殺熱性の高いガラス茶壺に入れるのがよい。お湯を注ぐと徐々に茶葉が開き、その形状が変化するのも多く、ガラスのコップに直接茶葉を注ぐ方法も	

花茶・不発酵	黒茶・後発酵	紅茶・完成発酵	黄茶・弱後発酵	茶葉の種類
				
茉莉花茶	プーアル茶	祁門紅茶	蘭頂黃芽	香り味
ジャスミンやバラなど花の香りとベースのお茶が一体となって、気分をリラックスさせる	コクのある熟成した風味が特徴。年代を越えるほどよりやかな味になる	香気や渋みの少ない優しくすっきりとした味わいが特徴	長時間掛けて発酵させた黄茶は、やわらかく、さわやかな味で、口中に残る甘みが特徴	成分と特徴
緑茶や烏龍茶に花の香りを移したのもや、花を茶葉にブレンドしたもの、菊の花など茶を乾燥させたものなどがある。香りによるリラックス効果や、ジャスミン茶は安眠、菊花茶は風邪予防や凍瘡治療に	微生物発酵という方法で、発酵した茶葉の孔が詰まりよって熟成される。竹の皮や紙に包まれたものも多く、さあがった後も発酵は続き、年月を越えるほど高麗、脂肪を分解し、消化を助ける作用があり、飲茶と一緒に飲むことが多い	祁門紅茶はインドのダージリン、スリランカのウバと並ぶ世界三大紅茶のひとつで、イギリスなどヨーロッパで広まった紅茶の起源ともいわれている。カフェインが含まれる疲労回復や、体を温める効果も期待される	緑茶を高温多湿の場所で自然発酵、乾燥させたもの。その発酵過程で葉の色が黄色に変わることから黄茶と名付けられ、長い時間を掛けて作られる貴重なお茶。フレッシュにしたいときや日々の嗜飲を忘れないときに	入れ方
磁器やガラスの茶器を使い、85~95度のお湯で1分~1分半ほど、葉花茶は2分程度蒸らす。茶葉の形や色、花が開く変化が楽しめる。鉄觀音などの青茶にバラ茶を加えオアシナルも	圓形の蒸籠茶は茶葉の目に沿ってはくしていく。磁器や陶器の急須や高温の徳で注ぎ、1分半ほど蒸らす。表面についた埃を取るため、一日目は葉を洗ったほうがいい	磁器の蓋碗やティーポットを用いて、葉を開かせるため高い位置から熱い湯を注ぎ2分ほど蒸らす。透明のある鮮やかな赤色が特徴で、タンニンが少ないうみが少ない	ガラス杯や磁器を使い80度前後のお湯で3分程度、蒸らすと黄色い茶葉が湯の中で美しく舞うのが特徴で、湯の黄味が豊富なのを楽しんだと伝わる。茶葉の黄化と淡い色美しい	

しむ陶器杯など、茶葉によって入れ方や茶器が異なり、急須にお湯を入れて器に注ぐ一連の動作が特徴で、湯の黄味が豊富なのを楽しんだと伝わる。茶葉の黄化と淡い色美しい

豊富な種類がある中国茶をサロンド扱うには、どんな種類をそろえるのがいいのだろうか。

「中国茶は、発酵の度合いによって味や香り、色、成分が異なりその中から何を選ぶかは自分が実際に飲んでいと思つたものをそろえるのが一番です。まずは横浜にある中華街などの茶館で試飲してみても、ジャスミン茶やウーロン茶、鉄觀音など日本でも馴染みのあるものから扱ってみると、お客様にとつても受け入れやすいと思います。」

仕入れ先は、インターネットでも十分調べられると中澤氏はアドバイスする。実際に取り寄せて、仲間同士で分け合つて味を確認するのもいい。保存方法として高温多湿な場所を避け、密閉性の高い容器に入れて保存する。真空パックならある程度の保存もきくが、発酵度の低いものにはなるべく早く飲むように。逆にプーアル茶といった黒茶は年代が古くなるほど価値が出るものも。また茶葉によって含まれる成分も異なる。ビタミンCが豊富な緑茶や、夏に好んで飲む白茶は熱を排出する作用など、どれも体に作用するものばかり。お茶の特徴を知り、お客様の体質に合わせて出すのもいい。

# 美味しい 中国茶の入れ方

小町苑編

中国茶は茶器によって入れ方がさまざま。小町苑では、ガラスポットを使っています。中国茶をお出ししています。

気軽に楽しめるガラスポットは、熱湯を注ぎ、茶葉が開く様子を楽しめるのが特徴です。

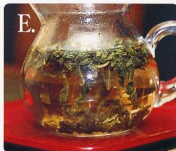
小町苑の中国茶の入れ方を、トリートメントからの流れに沿って紹介します。



D. ガラスポットにお湯を注ぐ。紅茶は熱湯を、緑茶は80～90度、白茶は80度前後と、茶葉によって入れる温度が異なるため注意する



A. お湯を注ぎガラスポットを温める。ガラス器を使うのは緑茶、白茶、黄茶、紅茶、花茶。茶葉が開く様子が楽しめる



E. 蓋をして色が出るまで茶葉を蒸らす。緑茶は3分、鉄観音や烏龍茶は1分程度、お茶の種類によって蒸らす時間も異なる



B. ガラスポットのお湯を茶杯に注いで割を蓋める。香りや味、色が楽しめる茶杯は花柄や漢詩などさまざまな文様があり、そろえるのも美しい



F. 淹らし終えたら茶器に注ぐ。2杯目以降は、少し長めにお茶を蒸してから注ぐ。長時間淹れさせた黒茶の場合、一煎目は濃い出す



C. 温めたガラスポットに茶葉を入れる。茶缶から出す際、蓋を傷つけないよう、茶缶を回転させて、茶淵に葉をのせるような気持ちです

## 洗脚健身トリートメントの特長



足湯：洗脚健身施術の際、最初に18種類の漢方薬が入った薬湯に入り入れをほくす。除菌や消炎のほか、保温作用があり、体の代謝を促す



塩：反射区を刺激した後、指でふくらはぎから下を揉みほぐす。蒸溜時のクリームを落とし、体の邪気を払うと同時にミネラル分を補充する

中国東北部の  
伝統的な儀式を  
本城の技術で伝える



中国茶とともに、小町苑のもうひとつの特徴は、中国東北部地方でお客をもてなすときに行われた「洗脚健身療法」が受けられるところ。これは遠方から来た客人に対して薬湯で脚を洗い、旅の疲れを解す洗脚の儀式から来たもので、施術前に人參、野菊といった18種類の漢草が入った薬湯のなかに足を入れて、疲れを癒していく。足浴中は手先から腕、肩までくまなく揉み解し、反射区を指圧した後は、殺菌、消毒作用のある粗塩でふくらはぎから足の先まで丁寧に揉み、足の疲れを取り除き、最後は肩と背骨、腰を調整する。

足裏の刺激法は人差し指を内側に折り込んで、第二関節を使ってやや強めに押す。中澤氏は中国で按摩を習い、現地の職業資格証書を取得した経歴を持ち、指の使い方や力の内加減などスタッフへの細やかな指導も行う。

施術はカウンセリングで体の不調を聞いた上で、足裏の反射区でそれと照合し、悪い部分は念入りに揉むなど調整する。お客様の表情を見ながら強さを加減することで、痛み持ちやすい感覚が爽快感となって体をすっきりと目覚めさせてくれる。中国の旗術や味覚、雰囲気を感じることで心身ともにリラックス効果を与えているようだ。