



日本人の長寿の秘密!?
ジャパニーズ・パラドックス

緑茶 *Green Tea*



緑茶 Green Tea

概 要	茶は中国が原産の植物で、日本には奈良～平安時代に伝わり、最初の喫茶に関する記述が確認できるのは平安初期の「日本後紀」と言われています。古くは貴族などに限られたものから次第に一般庶民にも広がり、現在では食生活に欠かせないものになっています。また、飲用されるだけでなく、ミャンマーでは発酵して漬物状にした茶葉をラペソーと言い、副菜としてそのまま食べる例もあります。このように世界中で広く摂取されていることから、臨床試験だけでなく、疫学調査・コホート研究も実施しやすく、そのため非常に幅広い有用性が確認されています。先進国の中で喫煙者が多いにもかかわらず、長寿国である理由の一つが「緑茶を習慣的に摂取している」ことであると分かり、赤ワインのフレンチ・パラドックスならぬ「ジャパニーズ・パラドックス」として、和食と共に欧米でも人気が出ています。
基 原	チャ <i>Camellia sinensis</i> (ツバキ科)
使用部位	主に葉が用いられています。
食薬区分	チャの茎、葉、葉の精油、花(蕾を含む)は「医薬品的効能効果を標ぼうしない限り医薬品と判断しない成分本質(原材料)リスト」に掲載
主な成分	epigallocatechin gallate、epicatechin、caffeine、theanine など
臨床研究	肥満・メタボリックシンドローム、高脂血症、高血圧、糖尿病などの生活習慣病に対する作用、心疾患リスク、癌リスクなどを含む死亡リスクの低減作用、抗うつ作用や認知症予防作用、経口摂取による日焼けからの皮膚保護作用などの臨床試験、疫学調査・コホート研究が報告されています。
安全性	AHPA(米国ハーブ製品協会)による分類 クラス 2d：発酵させた紅茶の茶剤は、長期または過量の使用は不可 適切に使用すれば安全と考えられますが、カフェインを含有していますので、過量の摂取には注意が必要です。
ドーピング	含有成分のカフェインは、監視プログラム成分(競技会(時)のみ)に指定されています。 注) 監視プログラム指定成分; 禁止表に掲載されてはいないが、スポーツにおける濫用のパターンを把握するために監視することを望む物質。2022年現在、禁止物質ではありませんが、禁止物質に再度変更される可能性は否定できないため、注意が必要です。

製品ラインナップ(食品原料)	
製品名	緑茶エキス末
一般名称	緑茶エキス
最終製品での推奨原料表示名	例) 緑茶エキス
成分または組成	本品は、緑茶 <i>Camellia sinensis</i> (<i>Theaceae</i>) の葉を水で抽出して製したエキス末
形 状	エキス末
分 類	食品原料
成分含量	エピガロカテキンガレート55%以上
1日最大摂取量	450mg
包装単位	1kg、5kg

※本資料は、一般消費者の方に対する情報提供を目的としていません。また特定の商品の効果効能をうたうものではありません。

各種製品に関するお問い合わせは…

天然物を科学し、創意工夫する。
 松浦薬業株式会社

〒466-0054
 愛知県名古屋市中区円上町24番21号
 E-mail : info@matsuura-gp.co.jp

松浦薬業 原料情報 検索

TEL (052) 883-5151