



みんなの「ねじめびわ茶」

十津川農場

おかげさまで

25

周年!

SINCE 1999-2024



健やかな毎日を願って、

『ねじめびわ茶』を

お届けします。



おかげさまで、『ねじめびわ茶』は、地域に根ざして25年が経ちます。創業当時、「南大隅町根占(ねじめ)を全国に知ってもらおう」と、地名を入れて『ねじめびわ茶』と名付けました。社名の由来は出身地の奈良県十津川村で、「故郷の名に恥じぬよう」、「会社を潰してはいけない」という一種の戒めとして名付けました。

びわ茶はカフェインを含まず、お子さんから高齢者まで気軽に飲めて、まるやかで香ばしい味わいが特長です。枇杷の木が元気に育っているからこそ生まれるミネラルやポリフェノールにも感謝しながら、からだが生き生きする自然豊かな南大隅の町で、風土に合ったお茶づくりを今後も続けてまいります。これまで同様、ご愛顧のほどをお願いいたします。運気到来 一日が一生 感謝の心で(日々の書より)

感謝

十津川農場

創業者 玉置博祥



管理栄養士 ササキユリの

『ねじめびわ茶』で 美味しく医食同源



初夏に旬を迎えるびわ。枇杷の木は5~10mの高さに成長し、濃い緑色の葉は、長さが20cm前後もあります。その大きな葉を乾燥・焙煎して作られた『ねじめびわ茶』。お湯を注ぐだけで飲めるティーバッグタイプは、料理にも手軽に活用でき、健康茶という魅力に加えて、意外なびわ茶料理を楽しめます。

アーユルヴェーダや中国でも重宝される「びわ葉」

古い仏教経典にも 紹介されていた「びわ葉」

びわの原産地は中国南西部。びわ葉は古い仏教経典でも紹介され、インドや中国で使われてきました。一方、日本でも江戸時代には暑気払いにびわ葉を使った飲み物が売られていました。

こうした歴史的背景があるなかで、「先人の智慧を、身近な食生活に取り入れられないか?」と、開発者である玉置博祥氏が考案して誕生したのが『ねじめびわ茶』です。

薬ではないので、「どれだけ飲んだらこうなる」といった変化を数値化することはできません。しかし、毎日の食事が健康に影響することを考えると、砂糖や人工甘味料、香料などで味つけされた飲料があふれ、肥満の一因にもなると問題視されているなか、添加物不使用・無着色・ノンカフェインの『ねじめびわ茶』が健康的であることは確かです。

しかも、肉料理など油ものの料理を食べたときは、「口の中に油っぽさが残らない」という特長

があります。さらに、トルマリン石焙煎により香ばしく、まろやか風味。良薬は口に苦し。これに対して、『ねじめびわ茶』は飲みやすく美味!

ただ、カリウムの摂取制限がある方は、主治医に相談したほうがよいでしょう。

1年を通じて青々とした葉を茂らせている枇杷の木を見ると、たくましい生命力を感じます。そのパワーをおすそ分けしてもらおう。きっと、人生100年時代を迎えた日本人の健康長寿に役立つに違いありません。



●ササキユリ(管理栄養士)

東京農大卒。管理栄養士として、生活習慣病の発症リスクが高い人に対して、生活習慣の見直しを支援する「特定保健指導」や、健康・食セミナーなどの講師として活動中。

\\作ってみよう/
アレンジ料理

『ねじめびわ茶』を食べる

『ねじめびわ茶』は、スイーツや料理の隠し味などに利用できます。

『ねじめびわ茶』
『ねじめびわ茶』は
コチラ

📧 お客様から届きました!

『ねじめびわ茶』はストックしておくとお腹がすいた時、夜食やあと1品に便利です。食物繊維の多い、「きのこたっぷり温麺」を作ってみました!



材料 2人分

- 『ねじめびわ茶』…………… 2束
- 三つ葉…………… 1束
- なめこ、えのき…………… 各1袋
- 『ねじめびわ茶』…………… 400ml
- 麺つゆ
- 白だし…………… 大さじ2
- みりん・料理酒・醤油…………… 各小さじ1
- トッピングに
刻みみょうが、ゆず、かぼすなどを少々

作り方

- 1.きのこ、三つ葉を一口大に切る。
- 2.麺つゆ材料を鍋に入れ、沸騰したら、きのこを入れる。
- 3.『ねじめびわ茶』を沸騰した湯で1分茹でて、冷水で締めて、器に入れ、2をかけて、三つ葉やトッピングをのせる。



美容や介護食におすすめ! びわ茶ゼリー

年をとると、食べ物や飲み物にむせやすくなり、誤って気管支に入り誤嚥性肺炎(ごえんせいはいえん)を起こすことがあります。

そこで、『ねじめびわ茶』とゼラチンでゼリーを作り、冷蔵庫に保管しておきます。食後に食べると、口の中に残っている食べ物がゼリーにからめとられるので、誤嚥性肺炎の予防に役立ちます。ゼラチンはコラーゲン(たんぱく質)なので栄養素も摂れるうえ、水分補給にもなり一石二鳥。このゼリーにホイップクリームや果物などを合わせると、「ねじめびわ茶ゼリーパフェ」に大変身! ぜひ、お試しください。

のどごしが良く
栄養(たんぱく質)と
水分補給に最適!



コチラで代用
できます!



肌の弾力性を
保つコラーゲンが
たっぷり!

『ねじめびわ茶』
ゼリー

後を引くコクとうま味!

『伝承びわ茶』で作る チキンスープカレー

私のおすすめは、
12種類以上のスパイスが入った
ハウスのカレーパウダーです!



『伝承びわ茶』
はコチラ



材料 2人分

- 鶏手羽元…………… 4本
- たまねぎ…………… 1個
- にんじん…………… 1本
- じゃがいも…………… 1個
- かぼちゃ…………… 適量
- なす…………… 1本
- ピーマン…………… 1個
- ゆでたまご…………… 1個
- 『伝承びわ茶』…………… 2包
- カレー粉…………… 大さじ2
- 水…………… 1L
- 油…………… 適量
- 砂糖・塩…………… 適量
- ケチャップ…………… 大さじ1

作り方

- 1.鶏手羽元は、塩とこしょう少々を別々にすり込む。
- 2.たまねぎ、にんじん、じゃがいもと1を油(大さじ1程度)で炒め、カレー粉(大さじ1)をからめる。
- 3.水を注ぎ、『伝承びわ茶』を鍋に入れる。
- 4.野菜がやわらかくなったら残りのカレー粉、塩、砂糖、ケチャップを加える。
- 5.かぼちゃ・なす・ピーマンを焼く。
- 6.肉が箸でほろりとはがれたら火を止めて器に盛り、ゆでたまご1/2個と5の野菜をのせる。

※びわ茶ゼリー・チキンスープカレー監修:ササキユリ

水分不足で記憶力にも悪影響! お茶+水で水分補給を

この夏も水分不足による救急搬送が続出した日本。成人では体重の約55~60%が水分で、水はまさに命の源です。肝臓病の専門医で、1990年代に「血液サラサラ・ドロドロ」をいち早く提唱し、100歳長寿社会到来に向けて、テレビや著書などを通じて予防医療の普及に努めてきた栗原クリニック東京・日本橋の栗原毅院長に、水分と健康の関係について伺いました。

高齢の人は1時間に1回の水分補給を



体液と呼ばれる水分は、飲料水(約1.1L)、食べ物に含まれる水(約1.1L)、体内でつくられる代謝水(約0.3L)によって確保されています。これらを合わせると約2.5Lになりますが、尿や汗などで同量の水分が排泄されています。

水分補給を防ぐには、こまめな補給が欠かせません。気温や湿度、その人の運動量、発熱の有無などにより必要な水分は違ってきますが、暑い時期の外出時には1日約2L、屋内で過ごす場合は1日約1.5Lの水分補給をすすめています。

高齢になると、のどの渇きや暑さを感じにくくなります。脱水の予防には、1時間に1回100ml、外出中は150mlくらいの水を飲むとよいでしょう。ただし、お茶・コーヒー・紅茶、あ

るいはビールなどには利尿作用があります。トイレによく行く方は、飲んだ量と同量の、ふつうの水を飲むようにしましょう。



水分不足は脳にも悪影響



水分が不足すると、尿酸値が高くなったり、肝臓や腎臓の機能が低下したりします。さらに、記憶力が衰えるなど脳の機能も低下します。

脳には、血管を通じて酸素や栄養素(糖質)が運ばれます。しかし、水分が足りないと血液がドロドロになり、酸素や栄養素が届きにくくなります。その結果、ボーっとするなど脳のはたらきが鈍くなってきます。

知的作業を始める前に0.5Lの水を飲むと、作業効率が上がることが研究で分かっています。血管を流れる水分量が増えて血液がサラサラになり、脳に届く酸素の量も増えるためでしょう。

日本人の平均寿命は世界でもトップクラスですが、健康寿命は70歳前半です。「元気で長生き」をかなえるためにも、水分補給は欠かせない健康習慣です。

● 栗原毅(くりはら・たけし)

栗原クリニック東京・日本橋院長。医学博士。北里大学医学部卒業。東京女子医科大学消化器病センター内科に入局。東京女子医科大学教授、中国中医研究員客員教授、慶應義塾大学大学院教授などを経て、2008年、自身のクリニックを開院。「70歳の壁を越える食べる力」(エクスマレッジ)など著書多数。



健康について考えましょう

「好い加減」健康法で生涯現役アクティブライフ



健康維持は「バランス」と「ほどほど」がキーワード

水と酸素と栄養素によって営まれている生命活動。十分な補水と、酸素をしっかりと取り込める深い呼吸。そして、栄養バランスの良い食事。

これら「3つの大事」がそろったら、次は、からだを動かしましょう!

血液中には水分・酸素・栄養素が含まれ、全身の細胞へと運ばれます。その細胞の中では、からだを動かすためのエネルギーが生み出され、生命維持に不可欠な、さまざまなたんぱく質が産生されています。

ただし、過ぎたるは猶及ばざるが如し。からだに良いといわれる食べ物や運動でも、ほどほどの「好い加減」が肝心です。水分も摂り過ぎると、水中毒を起こします。

もちろん、ストレス過多や寝不足・休養不足も、健康には悪玉です。

抗生物質の登場と豊かな食生活のおかげで、戦後の日本人の寿命は劇的に伸びましたが、残念なことに、現代社会はさまざまな「過剰」が健康の邪魔をしています。これは世界的な傾向で、とくに、肥満症や糖尿病、ネット依存症などが問題となっています。

全世界、もっといって人類で初めて超高齢化社会を迎えた日本。最晩年まで自分の力で暮らしていくために、「自分のからだは自分で守る」という健康長寿を意識した毎日を送りたいものです。

(文責:管理栄養士・ササキユリ)

深い呼吸&睡眠

軽い運動

補水&バランスのとれた食事



＼愛飲しています♪／

『ねじめびわ茶』 お客さまの声



お通じの調子が良い

—熊本県 女性 Nさん
飲み始めてからお通じの調子が良くなりました。1日2袋(ティーバッグ)を使うようになってから更に良くなりました。味も美味しいです。

毎日欠かさず 飲んでいきます



愛知県 男性 Tさん
妻にすすめられ飲み始めました。健康診断で結果がふるわず、とても良いものだと言われ『びわ丸』*と『ねじめびわ茶』を両方、毎日欠かさず飲んでいきます。最近の健康診断で少し数値もよくなりました。とても嬉しく、これからも続けていきたいと思えます。*現在は『びわ丸プレミアム』

子ども達にも 安心なびわ茶



千葉県 女性 Mさん
次女が生後6ヶ月の時、顔とからだにボツボツがあり、小児科の先生からは「アトピー性皮膚炎かも」と言われ、少しでも良くなればと飲み始め3年が経ちます。『ねじめびわ茶』のおかげか飲み始めて半年くらいでボツボツはなくなり、「本当にアトピーだったの!？」とよく言われます。クセがなく、子ども達も大好きです。

美味しくて 家族全員大好き!



山口県 女性 Aさん
『ねじめびわ茶』を家族全員で愛飲しています。とにかく香ばしくて美味しい!!家族全員大好きです。からだの調子も良いと思います。私は『びわ丸』も1日に10錠ずつとっているせいか鼻のムズムズが大幅に改善されました。すばらしいです!!

クセがなく飲みやすい

—千葉県 男性 Sさん
毎日やかんで2L煮出して、家で職場で(水筒に入れて)夜も枕元に一杯、いつでも飲めるようにしています。冬はホット、夏はアイスで飲んでいきます。クセがなく飲みやすいですね。飲み始めて1年が経ちますが安定しています。体重も少し減りました。

びわ茶で二日酔い知らず

—広島県 女性 Yさん
いつも飲む焼酎を『ねじめびわ茶』で割って飲んだら、私も主人も二日酔いもなくスッキリ目覚めるようになりました。

料理にも使えます

—鹿児島県 女性 Tさん
とても飲みやすく、1日分準備して毎日飲用しております。料理にも使います。とくに肉じゃがなど肉がとても柔らかく仕上がりが、欠かせません。ずっと使っていきたいと思えます。

今年の冬も風邪知らず

—東京都 女性 Wさん
飲み始めて1年たちました。おかげさまで今年の冬は家族みんな風邪知らずで過ごせました。子どもは学校を休まず皆勤賞です。これからも続けていきます。

ノドが気になる時にはこれ!

—兵庫県 女性 Kさん
ノドが痛い時、口にしばらく含んでからうがいを数回やったら、ひどくならず済みました。3度あったので「偶然じゃない」と思っています。

流れがよくなりました!

—奈良県 女性 Wさん
夕方になると足がむくんでいましたが、気が付いたらいつの間にか無くなっており、『ねじめびわ茶』のおかげかな?と思っています。ありがとうございます。

※個人の感想であり、効果・効能を示すものではありません。

＼廃棄処分のびわ葉が地域おこしに役立った!／

『ねじめびわ茶』の里 鹿児島県 南大隅町から



南大隅町は、かつて南蛮貿易で栄え、西郷隆盛も逗留していました。そんな歴史のある地を今再び盛り上げたいと、十津川農場のスタッフとびわ栽培農家の有志は一丸となって地域活性化に取り組んでいます。

25年間、びわ葉を出荷。仕事で元気をもらっています!



びわ農家だった父の後を継ぎ、定年退職後はびわ畑が仕事場になりました。以前は、びわ葉は燃やして処分していましたが、十津川農場ができて有用な資源に変わりました。暑い時期は休みますが、毎日、びわ畑で葉を採り、自宅の作業場で出荷準備をしています。この年で仕事があるのはありがたいことです。もちろん、『ねじめびわ茶』もずっと飲んでいきます。おかげで、元気いっぱいです。

高野イツ子さん(78歳)

福岡から移住してゼロからのスタート。

『ねじめびわ茶』もわが子も南大隅町ですくすく成長!

1997年、十津川農場の開業準備のために、玉置博祥社長と福岡県内にあった本社から南大隅町に移り住みました。

ここはびわ栽培が盛んで、びわ葉を煎じて飲んでいる人たちもいましたが、大半は廃棄処分されていました。「びわ葉の煎じ茶は苦い。しかし、これを飲みやすくすれば、健康茶として世間に受け入れられ、地域の活性化にもつながる」と玉置社長は確信し、私もその背を追いました。

とはいえ、びわ葉の裏側に密集している綿毛を取り除いたり、フライパンで炒ってみたり、美味しいびわ茶をつくるために試行錯誤の毎日。2年後に商品化できたときは感無量でした。

あれから25年。私自身は地元的女性と結婚し、子どもたちも町内の学校に通っています。

おかげさまで、商品数もどんどん増えました。お客様はもとより、地元の方々にも感謝の気持ちしかありません。引き続き『ねじめびわ茶』を健康習慣のひとつにご愛顧いただければ幸いです。

十津川農場製造部 広瀬哲也(51歳)



油っぽさが残らない・悪酔いしにくい…

『ねじめびわ茶』は飲食店でも好評です!

幻の鹿児島県産

『六白黒豚』の名店、「黒ぶたや」

首都圏を中心にレストラン事業やケータリング事業などを展開する株式会社エーディーエモーション。その店舗の一つ「黒ぶたや」のルミネ横浜店とルミネ立川店で、『ねじめびわ茶』がサービスドリンクとして提供されています。

お客さまには、「料理の邪魔をしないし、飲んだ後は口の中がすっきりする」と評判を呼んでいます。黒ぶたやでは、鹿児島県の契約畜産農家「鎌田養豚場」から直接仕入れた『六白黒豚』を使用。この豚は、黒豚の中でも流通量の1%にも満たない幻ともいわれているブランド豚で、さつまいもを60日間も食べ、その後、250日以上にわたり鹿児島の太陽をいっぱい浴びて育てられています。そのやわらかくてジューシーな『六白黒豚』を、しゃぶしゃぶを中心に、丼ものや定食などでいただきます。

豚肉は疲労回復に効果があるビタミンB群を豊富に含むうえ、健康維持に欠かせないたんぱく質食品です。黒ぶたやで、美味しく健康的な鹿児島の味覚を、『ねじめびわ茶』を飲みながら堪能してみてください。



名物の『六白黒豚しゃぶしゃぶセット』
2,480円～



「黒ぶたや」-ルミネ横浜-

神奈川県横浜市西区高島2-16-1
ルミネ横浜 7F
電話番号 ▶ 045-441-2919
営業時間 ▶ 11:00-22:30
定休日 ▶ ルミネ横浜店の日程に準ずる



「黒ぶたや」-ルミネ立川-

東京都立川市曙町2-1-1
LUMINE立川8F
電話番号 ▶ 042-524-7635
営業時間 ▶ 11:00~21:00
(L.O. 20:30)
定休日 ▶ ルミネ立川店の日程に準ずる

人と地球にやさしい

 十津川農場  0120-65-1710

十津川農場/〒893-2503 鹿児島県肝属郡南大隅町根占横別府487番地1

営業時間 9:00~18:00

(土・祝は17:00まで。日曜日休み)

※電話番号のおかけ間違いにご注意ください。

[<https://www.totsukawa.co.jp>]

WEBサイト
はこちら



本誌が
ダウンロード
できます!

