

令和 7 年 6 月 5 日

高柳町地区内のみなさま へ

高柳地区コミュニティ振興協議会

健康づくり応援（健康・福祉事業）

食からの健康

## 茶葉の恵み講座



茶は薬として端を発し、文化として広まり、今はお茶を囲んでのコミュニケーションや健康を助けるための飲み物として利用されています。

今回は『**緑茶・青茶・紅茶の違い**』を紹介します。

緑茶・青茶・紅茶って実は同じ茶葉から出来ているのをご存じですか？日本茶で知られる不発酵茶の「緑茶」。そして、半発酵茶の「青茶」は中国茶として知られるウーロン茶。発酵茶の「紅茶」はイギリスの紅茶文化につながっています。同じ茶葉から出来ているのに、発酵度合いによってこんなにも文化が違ったり、味が違ったり、そして私たちの体にとって期待できる効果も異なります。

**ぜひこの機会にあなたの舌でこの違いを味わってみてはいかがでしょうか。**



日 時：令和 7 年 **6 月 30 日（月）**

**午後 1 時 30 分**～約 1 時間 30 分

会 場：高柳コミュニティセンター 大会議室

講 師：増田恵子 先生（（有）年頭屋茶舗）

参加費：500 円 定 員：10 名

申込〆切：令和 7 年 6 月 23 日（月）まで

【お問合せ・申込み先】高柳地区コミュニティ振興協議会（TEL&FAX 4 1 - 2 2 3 4）



キ リ ト リ セ ン

「健康応援事業『茶葉の恵み講座』」参加申込書

お 名 前	地区名	電話番号	備 考