

オンラインで中医師から学ぶ 中国茶講座2024



お茶の発祥地ともいわれ、地域や季節によってさまざまなお茶文化を育んできた中国には、数百種類ともいわれるお茶が存在します。それぞれ異なる製法で作られ、異なる効果をもっています。全4回の講座では、多様な中国茶の文化と知識を理解し、日常生活や気候、気分や体質、体調に合わせて自分のお茶が選べるようになることを目指します。

	日程	講座内容 ※日本語でおこなわれます
第1回	4月6日(土) 13:00-16:00	<ul style="list-style-type: none">■お茶の概説<ul style="list-style-type: none">・原始茶樹の分布、中国茶の原産地、製造方法の変遷、お茶に関する物語■お茶の食用および薬用効果<ul style="list-style-type: none">・お茶と寒熱の性質、甘苦などの味、五臓との関係性など■お茶の基本的な入れ方、禁忌■茶肴(料理): ミルクティー
第2回	4月13日(土) 13:00-16:00	<ul style="list-style-type: none">■六大系の基本茶の話<ul style="list-style-type: none">・緑茶、白茶、黄茶、青茶、紅茶、黒茶の特徴、身体への影響、名茶、名産地など・中国茶はどうやって日本に伝わったか?・中国の緑茶と日本の緑茶の違い・中国茶はどうやって世界に伝わったか?・中国の紅茶と英国紅茶の違い■中国茶の茶道とは?■茶肴(料理): 広西油茶
第3回	4月20日(土) 13:00-16:00	<ul style="list-style-type: none">■お茶の日常生活における応用<ul style="list-style-type: none">・時間帯、気温、季節、食事に合わせたお茶の選び方など■非茶のお茶—よく使われる薬茶と健康<ul style="list-style-type: none">・バラ、菊花、金銀花、桂花、枸杞、ナツメ、大葉、生姜、薄荷、シナモン、甘草、ドクダミ、杏仁、陳皮、ハト麦、杜仲、桑葉、麦茶、ゴボウなどの素材のお茶応用方法など■茶肴(料理): 茶葉水餃子など
第4回	4月27日(土) 13:00-16:00	<ul style="list-style-type: none">■体質に合わせたお茶の応用<ul style="list-style-type: none">・体質とは?・異なる体質に合わせたお茶の選択方法など。■症状や病気によるお茶の応用<ul style="list-style-type: none">・風邪、咽頭痛、咳嗽、食欲不振、冷え性、胃痛、腹脹、視力低下、むくみなど様々な症状に対する素材の選択やブレンドの仕方。■茶肴(料理): 龍井茶エビ炒めなど

受講料: 30,000円(税込)

詳しくはHPをご覧ください

<https://chuigaku.ne.jp>



初めて中国茶に触れる方にオススメです。上記日程に参加出来ない場合は録画動画を提供します。

講師 劉梅先生

■中医師 / 中国広西省亜健康協会理事
1988年に中国黒龍江中医薬大学卒業後、中医内科医師として勤務。
1997年から日本北海道大学医学部にて1年間の研修を経験。1998年「薬日本堂」に入社し、学術教育や漢方相談などを担当。2021年に帰国し、お茶を含む「中医学養生教室」を開業。



大家好，我是刘梅老师