

八女茶で健康



ためしてガッテンを見て

深蒸し茶の健康パワー

1月12日にNHKで放送された「ためしてガッテン」をご覧になった方も多いと思います。この番組では静岡県掛川市の深蒸し茶の健康に対する効果が中心でした。①ガンの死亡率の低い町は緑茶の産地が多く手軽に沢山飲んでい

と。

②日光が良く当たりカテキン含有率が高いお茶を沢山飲んでい

浮遊している状態です。茶を飲んだときに茶の葉を食べていることになり、普通蒸しのお茶より健康に対する効果が高いのです。ガッテンでは、茶葉をすり鉢でペースト状にして飲むと効果的であると紹介していましたが、これを毎日実行するのは大変です。八女茶にも深蒸し茶が沢山あります。水色（急須でいれたときのお茶の色）が黄色ではなくてグリーンをしているお茶が深蒸し茶です。今日から深蒸し茶を飲んで、健康増進と医療費削減を実践しましょう。

③心疾患、脳血管疾患での死亡率が低い。
④生活習慣病が少なく医療費が他町村よりかからない。
⑤毎日急須で入れたお茶600ml相当の緑茶の濃厚エキスを飲んだ方々は悪玉コレステロールが減少し、ウエストも減少した。
⑥腸内環境は善玉菌が増加し、改善された。

掛川の深蒸し茶は茶葉がこわれて粉末状のものが

八女の宝物

八女中央大茶園

八女市忠見本

八女市忠見本、八女茶と言えば八女中央



大茶園（通称 県パル）営パイロット事業）は八女観光を代表するスポットの一つである。遠来の客には先ずここに案内すれば感動すること間違いなし。茶所八女のアピール度は強烈である。四月ともなれば新茶摘みの多くの人で賑わう。1月にNHKテレビで緑茶の効用が放映されて以来八女茶に更に関心が高まっている。頂上まで茶畑の中を縫って走る道路は舗装され、頂上は整地されている。（トイレ設備あ

り）桜の苗木、若木数十本が植栽され、桜の時期ここは新緑の海に浮かぶ桜の花園となる。心地よい春の風、茶園のウェーブが幾重にも波打つように広がり、防霜ファンがのどかに回転している。正面に矢部川が帯状に光り、飛形の稜線がやさしい姿を見せる。天候に恵まれれば有明海、多良岳、普賢岳、天山、脊振山と360度のパノラマが展開する。（頂上の説明パネル）今回は茶園の中を頂上まで車で一気に登ったが、できれば野鳥のさえずりを聞きながら、芽ぶいた新茶の香りの中を時間をかけてゆっくり歩いて登りたい。頂上での満足度は格別であろう。

STOP 飲酒運転

八女警察署から

先日粕屋町において、飲酒運転による事故で高校生2名が犠牲になりました。

5年前の夏、福岡市で幼児3名

が飲酒運転による事故で尊い命を奪われた悲惨な事故は皆さん決して忘れることはないと思います。

管内では飲酒運転による事故が1件発生、今年に入りすでに3名を飲酒運転で逮捕しています。

飲酒したら、絶対ハンドルを握らないでください。「前日にお酒を飲み過ぎたな」と思った時も同じです。二日酔い状態での運転も飲酒運転になります。八女警察署では飲酒運転撲滅を目指して厳しく取り締ま

ります。

「三徳の家庭菜園」

②

ジャガイモは冷涼な気候を好み、15℃～24℃の気温で最もよく育ち、植え付けが早過ぎると晩霜害に遭い、遅過ぎると腐敗

いもが増えます。そのため、植え付け時期は「梅の花が咲き終わり、土のぬくもりが感じ始められるころ」が目安で、八女地域では2月中旬～3月上旬が植え付けの適期になります。この時期に植え付けると、5月下旬から梅雨前の6月上旬に収穫できます。

植えてから3ヶ月で収穫ですが、その間にイモは約15倍になり、綺麗な花も咲かせます。最近では色んな用途の品種が出ているので、数種類の品種を植え付けて「作る楽しみ、観る楽しみ、食べる楽しみ」が可能です。

例えば、①男爵は粉質でコロケ等に適し、花は淡赤紫色。②メークインは肉質が粘質で、煮崩れしにくくシチューやカレー等に適し、花は白斑付きの紫色。その他に面白いのが、③キタアカリ：粉質で肉質は淡黄色で

ビタミNC豊富。食味良好。花は赤紫色。④さやか：多収ででん粉が少なく、シャキシャキサラダに適。花色は白。⑤インカのめざめ：収量は少ないが、濃黄色の肉色で栗の様な食味。花色は淡紫色。今年はジャガイモで三つの楽しみを！

福岡農業大学校 非常勤講師 林 三徳

＜種イモ＞

1片が40g前後で、それぞれ2～4個の芽を確保するように頂芽部を中心に縦に切る



形が整い、芽が大きくなっていないイモを選ぶ

EVENT

◆八女地区春の農業まつり
日時／3月5日（土）～6日（日）

場所／日通ベリカン便跡地（八女伝統工芸館北側）
お問い合わせ先 J A 八女地区センター
☎0943-22-7511

◆八女市東・西公民館、地域交流センター利用者作品展発表会
八女市東・西公民館、地域交流センターでサークル活動をしているグループや「ふくおか高齢者はつらつ活動拠点事業」の翔年大学及び公民館短期講座の受講生による水墨画、書道、絵画、写真、手工芸、川柳、短歌、俳句などを発表展示します。
日時／3月12日（土）午前9時～午後5時
3月13日（日）午前9時～午後4時

場所／川崎病院5階第1会議室
テーマ／水中運動（リハビリ）の話（仮題）

◆川崎病院「三健康教室」
日時／3月26日（土）14時～15時
場所／川崎病院5階第1会議室
テーマ／水中運動（リハビリ）の話（仮題）

◆川崎病院「三健康教室」
日時／3月26日（土）14時～15時
場所／川崎病院5階第1会議室
テーマ／水中運動（リハビリ）の話（仮題）

◆川崎病院「三健康教室」
日時／3月26日（土）14時～15時
場所／川崎病院5階第1会議室
テーマ／水中運動（リハビリ）の話（仮題）

◆川崎病院「三健康教室」
日時／3月26日（土）14時～15時
場所／川崎病院5階第1会議室
テーマ／水中運動（リハビリ）の話（仮題）

◆川崎病院「三健康教室」
日時／3月26日（土）14時～15時
場所／川崎病院5階第1会議室
テーマ／水中運動（リハビリ）の話（仮題）

森 志穂

私達の陰で

新聞でまたもや盲目の人が電車のホームから転落したという記事。最近多い。朝の人ごみラッシュで点字ブロックがわかりにくかったらしい。

子ども達が学校で点字ブロックについて習った。産地の食材を売っている

場所／八女市地域交流センター

問合せ先／八女市地域交流センター
☎0943-22-5332

◆福岡県知事選挙公開討論会
あなたの思いが福岡県を動かす
（公社）日本青年会議所
福岡ブロック協議会では、県民が福岡県の明るい未来について考える機会として、県知事選挙立候補予定者による公開討論会を開催します。皆様、奮

つてのご参加を！
日時／3月18日（金）19時
会場／アクロス福岡
入場無料
お問い合わせ 事務局
☎092-263-6333

◆川崎病院「三健康教室」
日時／3月26日（土）14時～15時
場所／川崎病院5階第1会議室
テーマ／水中運動（リハビリ）の話（仮題）

◆川崎病院「三健康教室」
日時／3月26日（土）14時～15時
場所／川崎病院5階第1会議室
テーマ／水中運動（リハビリ）の話（仮題）

◆川崎病院「三健康教室」
日時／3月26日（土）14時～15時
場所／川崎病院5階第1会議室
テーマ／水中運動（リハビリ）の話（仮題）

◆川崎病院「三健康教室」
日時／3月26日（土）14時～15時
場所／川崎病院5階第1会議室
テーマ／水中運動（リハビリ）の話（仮題）

◆川崎病院「三健康教室」
日時／3月26日（土）14時～15時
場所／川崎病院5階第1会議室
テーマ／水中運動（リハビリ）の話（仮題）

◆川崎病院「三健康教室」
日時／3月26日（土）14時～15時
場所／川崎病院5階第1会議室
テーマ／水中運動（リハビリ）の話（仮題）

◆川崎病院「三健康教室」
日時／3月26日（土）14時～15時
場所／川崎病院5階第1会議室
テーマ／水中運動（リハビリ）の話（仮題）

◆川崎病院「三健康教室」
日時／3月26日（土）14時～15時
場所／川崎病院5階第1会議室
テーマ／水中運動（リハビリ）の話（仮題）

『道の駅』に立ち寄った時のこと、私は何の気にも留めずに店の入口を歩いていると、「こんな所にも点字ブロックがあるよ！でもこれじゃ、目が見えない人はぶつかるんじゃないと？」と、子ども達が言う。見ると、親切に店の前の通路に点字ブロックが施されていた。ところが途中、点字ブロックの上に、お客さんが座って寛ぐようにとバンコが出されていた。きつと私だけだったら気づかなかっただろう。涼しい

顔をしてそこに座っていたかもしれない。ハッと、子どもに教えられた出来事だった。

こうした視点で見ると、街の道路もそうだ。平気で点字ブロックの上に自転車が停められていたり、荷物が置かれていたり。点字ブロックがあっても意識されておらず、ないのと同じようなものだ。

自分のことで忙しい私達は忘れていた。それが、一つの命を失うことになり兼ねないことも……

このクーポン持参で

毎週木曜日は店休日

源泉かけ流し

入浴無料

サービス

八女市蒲原186番地

お一人一枚のみ使用できます

2011年3月末日迄有効です

不動温泉八女

TEL.0943-24-5825

営業時間／10:00～23:00