

日干番茶の香りによる交感神経活動鎮静効果

Suppressive Effect on Sympathetic Nerve Activity of the aroma of Nikkan-bancha (Japanese traditional tea of ordinary quality)

○吉居尚美¹⁾、金一玲¹⁾、喜多雅子¹⁾、岩城啓子¹⁾

Naomi Yoshii , Ilryung Kim, Masako Kita, Keiko Iwaki

1) 畿央大・健康科学部

Faculty Health Science, Kio University

【目的】番茶は緑茶と比べ渋みが少なく飲みやすく日常的に飲まれている。日干番茶とは奈良県吉野郡大淀町に古くから伝わる製法で作るもので、深蒸しした茶葉を 1 ～ 2 日間天日で乾燥させるため天日干し番茶とも呼ばれる。渋味が少なくあっさりした味わいと「香ばしい」香りが特徴である。交感神経活動はストレスや興奮によって血圧を上げるため、ハーブなどの香りによる交感神経活動の鎮静化が試みられている。本研究では、日干番茶の香りによる交感神経活動の鎮静効果を、交感神経活動の指標とされる唾液アミラーゼ活性の測定により検討し、同時に日干番茶の香りの特徴づけを官能評価によって行った。

【方法】被験者（ 20歳代女子 (n = 24) に、座位安静（ 15分）、精密手作業（ 5分）、座位安静（ 5分）ののち、番茶の香りを部屋全体に充満させる場合と香りなしの場合の実験を実施した。この間 5 分置きに唾液アミラーゼ活性を唾液アミラーゼモニター（ニプロ社製）を用いて測定し、精密手作業によるストレス後の変化および香りの有無による活性変化の違いを求めた。同時に香りについては官能評価を SD 法で行なった。

【結果】唾液アミラーゼ活性は、実験開始 10分までは不安定で被験者間でも大きな差がみられたが、 15分にはほぼ安定化し 38 IU/mL 程度になった。精密手作業終了後の 20分には、作業開始前よりも平均 5 IU/mL 上昇し、香り吸引後の 30分の活性は香りありがコントロール（香りなし）よりもやや低くなる傾向がみられ、日干番茶の香りがストレスを軽減する効果があることが示唆された。日干番茶の香りの特徴づける特性についても報告する。なお本研究は、地域資源全国展開プロジェクト（大淀町小規模事業者新事業）により行なった。