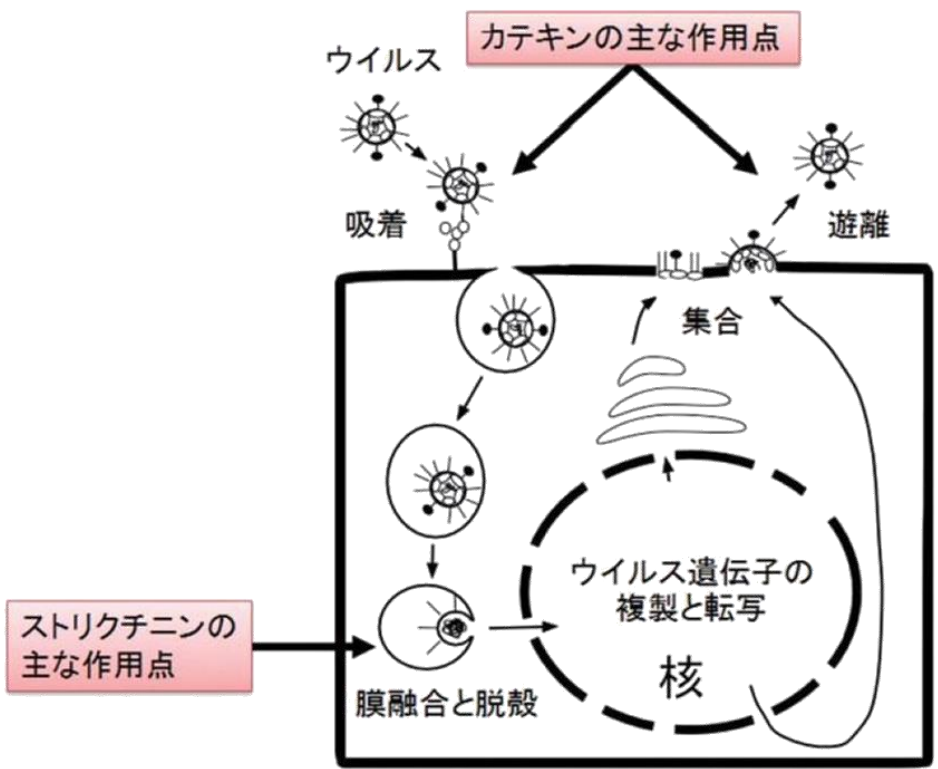


# 今だから知っておきたいお茶のヒミツ

## 機能その1 熱いお茶でウイルス感染を防ぐ！

緑茶のみに含まれ、熱いお湯で浸出するエピガロカテキンガレートはインフルエンザや風邪などの原因となるウイルスに直接作用して、ウイルスの感染を無力化させる成分が含まれています。

また、茶葉に含まれるストリクチンという成分も強力にウイルスを抑えることが明らかになってきました。



(Antiviral. Res., 88, 10-18, 2010より)

インフルエンザウイルスの感染におけるストリクチンとEGCGの主な作用メカニズム

# 今だから知っておきたいお茶のヒミツ

## 機能その2 水出し茶で免疫系の活性！

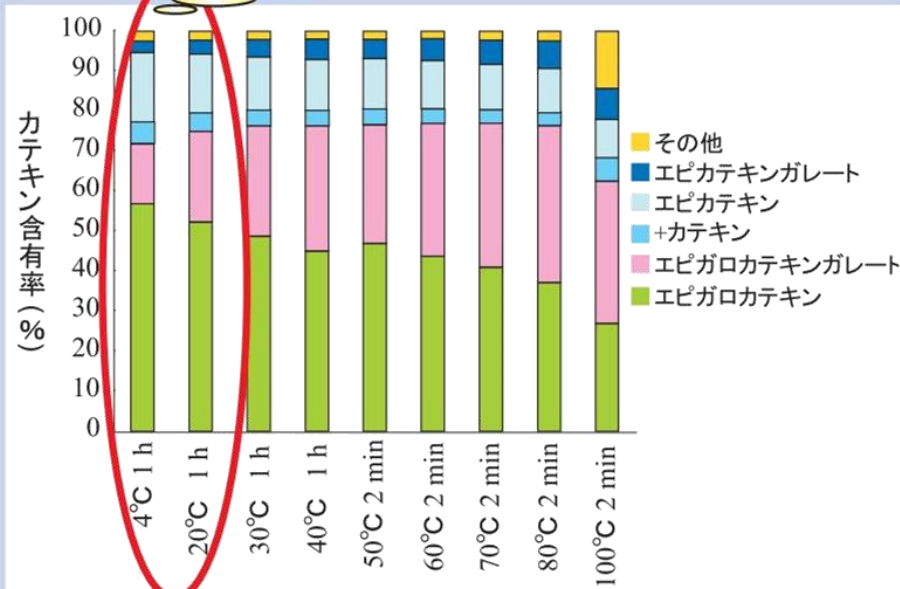
緑茶を水で浸出するとエピガロカテキン(EGC)という成分が多く出ます。このカテキンは、粘膜免疫系の働きを良くする効果があることが確認済み。粘膜免疫系はウイルスが侵入するときの生体防御最前線と言えます。ここを活性化することが感染症対策にとっても重要です。

病原体の侵入を防ぐためには水で浸出したお茶を飲むことが大事になりそうです。

EGCGが少なく  
EGCが多い

緑茶浸出液中に含まれる各種カテキンの割合

エピガロカテキンとエピガロカテキンガレートは、お茶を淹れる時の水の温度の違いによって、含まれる割合が変わってきます。



Biosci. Biotechnol. Biochem. 74, 2501-2503, 2010

((独) 農研機構 野菜茶業研究所 主任研究員 物部真奈美)

※EGCG エピガロカテキンガレート  
※EGC エピガロカテキン

# 今だから知っておきたいお茶のヒミツ

## 水出し茶と熱いお茶で おうちでウイルス対策！

エピガロカテキンが  
多い簡単に作れる水出し茶



フィルターインボトルで  
簡単便利に水出し茶を作って  
粘膜免疫系を活性化させて  
ウイルスの侵入を防ぐ!!



エピガロカテキンガレートが  
多い急須やティーパックで  
淹れる熱いお茶



熱いお茶を急須や  
ティーパックで淹れて  
ウイルスの感染を  
無力化させる!!



水出し茶、熱いお茶、どちらが良いという  
ことではなくその時々を使い分けておうちで  
美味しくウイルス対策をしましょう!!