連載 中国茶の真髄 第71回

夏に温かい中国茶を飲む？ 飲まない？

成田空港の自動販売機で冷たいお茶を初体験

1988年7月のある日、留学のために日本へ来たときのことです。その日は暑く、成田空港に降り立った私は、喉が渇いて水が飲みたくなりました。目に留まったのは、飲料の自動販売機。当時の中国にはまだほとんどなく、上海で育った私も見たことがありませんでした。そのラインナップには、福建省茶葉を使った烏龍茶のペットボトルもありました。日本では、烏龍茶などのお茶飲料が自動販売機の定番商品になっていたのです。

自動販売機から烏龍茶が出てきた瞬間の感動は、今でも忘れません。手に取ると、ペットボトルが冷たかったのでさらにびっくり！私はそのとき初めて、きんきんに冷えたお茶を飲んだのでした。

今やタブーではなくなった冷たい飲み物

中国の伝統医学である中医学では、体の内臓を五臓六腑（肝・心・脾・肺・腎の五臓と、胆・小腸・胃・大腸・膀胱・三焦の六腑）で表し、この五臓六腑を冷やすのは体によくないとされています。また、健康を維持するためには、「活血」といって血行をよくすることが大事だといわれています。そのため、昔の中国では冷たい飲み物を口にする習慣はありませんでした。私も日本へ来るまで、お茶はもちろん、アルコール飲料ですら、常温もしくは温かいものしか飲んだことがなかったのです。

しかし、近年の中国では、若い世代を中心に、飲み物に対する意識が大きく変わり、冷たいお茶を楽しむ人が増えてきました。その背景として、時代と共にライフスタイルが変化してきたことや、冷蔵庫などの家電が各家庭に広く普及したことにより、冷たい飲み物が身近になった事情が挙げられるでしょう。また、ドリンクスタンドで若者の人気を集めているのは、日本でもブームを巻き起こしたタピオカドリンク、お茶と季節の果実をかけ合わせたフルーツティーなど、どれも冷たいものばかり。こうした状況から、私たちの世代と比べて、温かいお茶を飲む人は減ってきています。

ただし、若者を除くと、特に中・高年齢層においては、未だ日常的に温かい飲み物を飲む人が優勢のようです。SNSを検索すると、暑い日に体温を下げるためには、温かいお茶の方がかえって冷茶よりも効果的で、体の余分な熱を取る解熱作用に優れるとする中医学や漢方の考え方が理にかなっている、という声が多く見られます。

冷たい飲み物に慣れたのは日本の食文化の影響も

日本で長く生活してきた私は、すっかり冷たい飲み物に慣れました。さらには、食べ物を冷たい状態でいただくことも、気にならなくなりました。今となっては、30年前の自分が温かいお茶しか飲んでいなかったのが不思議なくらいです。私がここまで変わったのは、日本の生食文化に接してきた影響が大きいのではないでしょうか。中国ではほとんどの食材に火を通して食べますが、日本では刺身や寿司、卵かけご飯など、生ものを好んで食べる習慣があります。生食は、品質・衛生管理が整っている日本だから可能なことで、世界でも珍しい食文化です。

住んでいる国や地域によって、文化や習慣が異なることは多々あります。今、冷たい飲み物が好まれているという状況は、私が来日して一番影響を受けた、食習慣の変化と重なっているのかもしれません。

明山茶業株式会社
取締役中国室長
張　文昕

1988年上海より来日。名門中国料理店等の勤務を経て現在に至る。生涯学習講師、中国茶高級評茶員。特技は卓球、イラスト。好きな食べ物は大戸屋の魚定食。