

女子学生の喫茶に関する一考察

金 武 由利子*

A Study on Drinking Tea Habit of Female University Students

Yuriko KANETAKE

要 旨

食生活の多様化に呼応するように、飲料に関わる習慣にも変化が見られる。清涼飲料のうち緑茶の選択に対しては、その機能性などに消費者の強い関心と嗜好が見られる。そこで、女子大学生の茶類に対する嗜好、習慣に対して質問紙調査を行った。その結果、清涼飲料としての茶類への嗜好は高く、清涼飲料の中でも多く選択されていた。茶類の選択に対しては、味が好まれることが寄与していると伺われた。また、抹茶に対する認知は高いものの、薄茶・濃茶は日常の中に無く、薄茶の喫茶の経験者は多くはない結果となった。しかし、薄茶に対しては概ね好まれる傾向にあり、茶道の経験など、より多くの喫茶の機会を持つことで、茶に対して味覚の感受性が高くなることが示唆された。今後、茶の機能性を十分に享受するためには、煎茶としての抽出液の利用から、抹茶として茶葉そのものの利用に対しても嗜好性が高まる可能性が伺われた。

キーワード：食文化、喫茶習慣、抹茶、薄茶、味覚

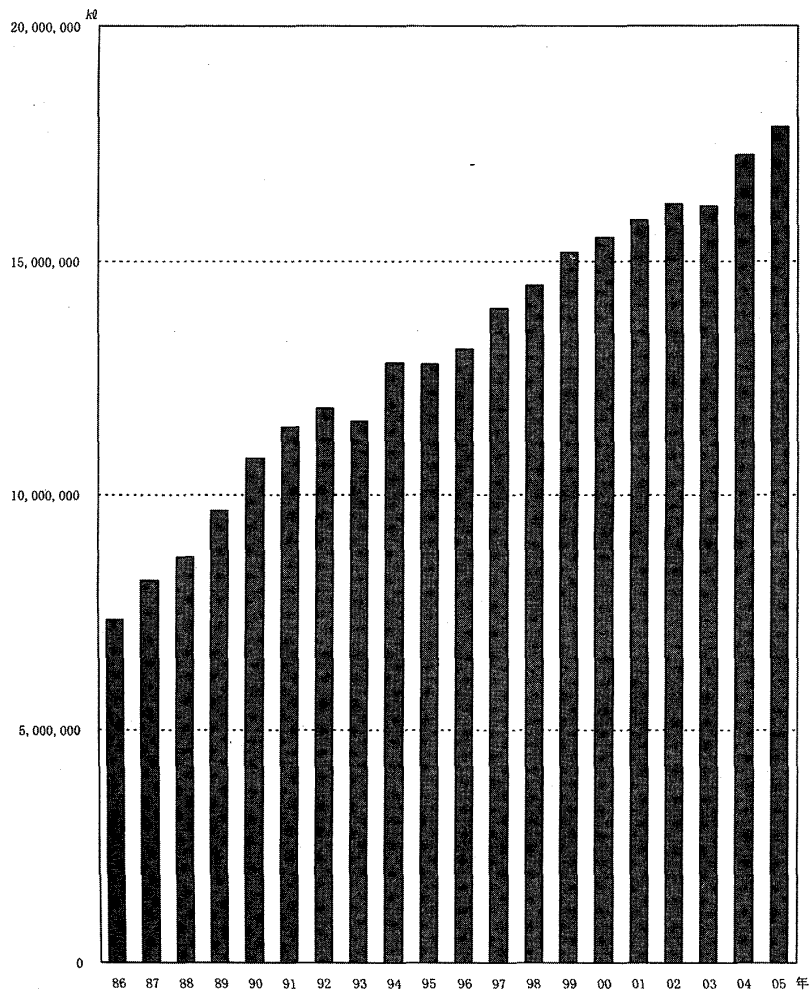
はじめに

近年、わが国の食生活は多様化が進み、これに関する多くの報告がなされているが^{1~4)}、食生活とともに飲料をとりまく習慣にも変化が認められ、多様性が増している。そのなかで、清涼飲料水のうち緑茶の占めるところは大きく、古くから生活の中に茶を飲む習慣が根付いていることが伺える。そもそも緑茶の抽出液は酸化がおりやすいことが知られており、長時間の

*助手

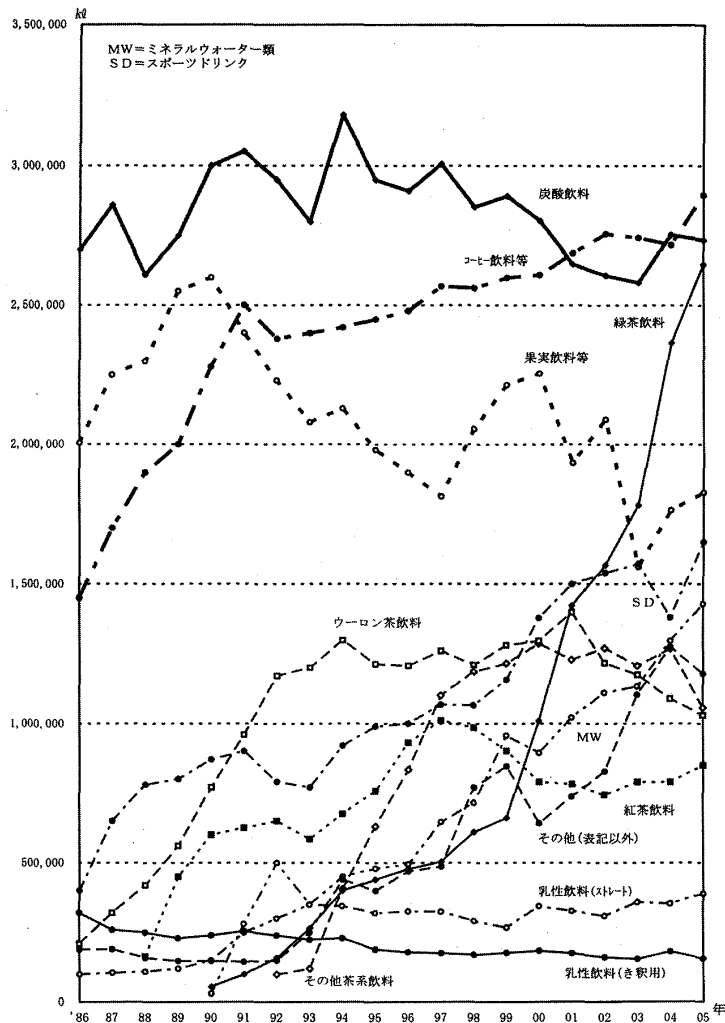
保存は難しいとされてきた。しかし製造技術の向上や容器の開発により、1985年に緑茶の缶入りが、1988年にはペットボトル飲料が市場に出回ることとなった⁵⁾。近年のソフトドリンクの生産量も増加傾向にあり⁶⁾ (資料1)、清涼飲料水としての緑茶の生産量も増加している⁷⁾ (資料2) など社会全体として緑茶への嗜好の高さが見られる。それらの要因としては、家庭内での飲料として、茶葉を乾燥させたものに湯を注ぎ、抽出液だけを飲む煎茶が一般化したためであり、長い年月を経てわが国の食文化の一翼を担ってきた経緯がある。

この煎茶という飲茶の方法は隠元によって日本にもたらされた⁸⁾が、この『煎茶法』が一般に広く伝わったのは、茶葉の栽培、製造が『抹茶法』に比べ簡単になったことも要因のひとつである⁹⁾。また、茶は一次機能(栄養性)としてビタミンC、ビタミンE、ビタミンAなどの



資料1. 清涼飲料の生産量の推移 1986年から2005年

女子学生の喫茶に関する一考察



資料2. 清涼飲料品目別生産量の推移 1986年から2005年
 社団法人全国清涼飲料工業会, 2006年, 『清涼飲料関係統計資料』

ビタミン類や、カリウム、リンなどのミネラルを含み、二次機能（嗜好性）として各種アミノ酸、カテキン、カフェインなどの味にかかわる成分、テルペン、アルコール、エステル類などの香りの成分、フラボノール、テアフラビン、クロロフィルなどの色にかかわる成分などを含む。さらに三次機能（体調節機能）として働くカテキン類、フラボノール、カフェイン、各種ビタミンなどの機能成分は、今日の消費者の健康志向から大いに着目されている成分である^{10~11)}。その健康志向は、緑茶の抽出液に含まれる前述した機能成分に対するものが中心であり、『煎茶法』以前に日本に伝わった『抹茶法』は、その機能性により薬用として有用とされたが、近代ではむしろ文化として定着している。

現在、我々の周りには多種多様な飲料があるが、緑茶は歴史的・文化的背景からも老若男女に好まれる飲料であり、それは大学生も同様である¹²⁾。

次世代を担う大学生の学生時代における健康と食生活に対する知識は、その後の食行動に影響を及ぼし健康観の形成にも寄与する¹³⁾。そこで女子大学生の緑茶と茶飲料に対する認識について質問紙調査を行い、若干の知見を得たので報告する。

1. 飲茶の起源と日本の緑茶

チャの原産地は揚子江の南に広がる四川、雲南、アッサム地域照葉樹林帯と呼ばれる温暖帯で、中核をなすのは「East Asia Crescent」と呼ばれる肥沃な半月地帯である¹⁴⁾。中国での茶の飲用や栽培が晋代に四川から始まり、揚子江下流域に達し漢民族間に広まったとする考えは諸史料により異論の無いところであり、隋・唐代には茶を生産しない北部中国にも輸送され飲茶が流行した¹⁵⁾。またその実用は、「茶は南方の嘉木なり」と陸羽が唐代に『茶経』で著すほどであり、どんな病気にでも効く万能薬であるとされていた。そもそもチャは「飲む茶」以前には原始的に「食べる茶」として用いられており、チャを発酵させた「ラペ・ソー」は現在においてもミャンマーに広く分布している¹⁶⁾。『茶経』にはチャの起源や茶の製法、種類、飲茶の方法など十節にわたり詳細に記されているが、飲茶の習慣は5世紀南北朝時代に遡り、陸羽以前の茶は「茶の葉を摘んでそれを餅のようにし、つなぎに糊を加える。飲むときはまず餅状の茶を赤くなるまであぶってから、つき砕いて粉末にし、瀬戸物の容器に入れて熱湯を注ぎ、いったん蓋をし、葱や生姜や蜜柑を薬味にして服用する」とある¹⁷⁾。ここでは発酵した茶葉を固めた「餅茶」をつき砕き粉末にした茶を用い薬茶とする『(発酵固形茶の)抹茶法』が認められる。その後、南宋代では固形茶ではなく炒青、晒青、烘青などの殺青法がとられた散茶が多く見られ、固形茶から緑茶への進化を知ることが出来る¹⁷⁾。

日本においての茶に関する文化は、栄西が持ち帰った茶種子から始まった¹⁸⁾とされているが、わが国に飲茶を伝えたのは平安初期の入唐帰朝僧達であったことは間違えの無いところである。平安初期、日本国内の文化が国風化へ進展するとともに僧達の持ち帰った唐風文化としての茶(薬茶)は衰退の傾向にあり、日本社会の末端まで広まっていなかった¹⁷⁾¹⁹⁾。その後、栄西がチャを持ち帰り、当時、宋において流行していた飲み方であった茶筴でたてる『(緑茶の)抹茶法』を広く勧めた。その後禅宗と寺院に結びつき、『抹茶法』は急速に広まっていった。茶は嗜好飲料として好まれるカフェインを多く含んでおり、それがもたらす覚醒作用は修行をする上で格好のものとされた。また栄西は『喫茶養生記』に「そもそも茶というものは養

生の仙薬であり延齡の妙術である」との効用を詳しく記し飲茶を勧めた。そのことが、茶を広めチャの栽培が多く行われる要因となった。その後、飲茶が様式化され、村田珠光、武野紹鷗、千利休などが茶道という日本の芸道を大成させた。茶道に流派ができ現在に縷々と伝わる文化となったのは周知のことである。

「煎茶」が現代に広く受け入れられているのは先に述べたとおりである。

2. 調査方法

(1) 調査対象者

調査対象者は東京都内の K 女子大学に在籍し、栄養士養成課程を専攻する女子学生である。

(2) 調査方法

集合調査法による無記名自己記入式の質問紙調査とし、2006年7月に実施した。質問紙は講義時間に配布し、記入後に全数を回収した。なお、統計処理は、Excel 及び Excel 統計を用いて集計し、単純集計とクロス集計の結果を対象とした。

(3) 質問項目の構成

質問項目は大別して、「飲料の選択嗜好」「茶飲料嗜好と喫茶習慣」「抹茶の認知」とし、さらに質問項目を9に分けて質問し、Q9についてはサブ・クエスチョンを設けた。なお、質問についてはあらかじめ予備調査を実施し、質問文の検討を行った。年齢、学年などの個人属性については、別途項目を設定して質問した。

1) 飲料の選択嗜好について

Q1では、調査対象者（以下対象者）が日常で口渇感を覚えた際に選択する飲料について、8つの選択肢「水道水」「ミネラル・ウォーター」「茶類」「コーヒー」「炭酸飲料」「ジュース」「スポーツドリンク」「その他」より複数回答を求めた。

Q2では、対象者のペットボトル型飲料、紙パック型飲料の利用頻度について4つの選択肢「いつも携帯し利用している」「どちらかと言えば利用する」「どちらかと言えば利用しない」「利用しない」より回答を求めた。

2) 茶飲料の嗜好と喫茶習慣について

Q3では、対象者に茶類の「緑茶」「紅茶」「中国茶」「ほうじ茶」「玄米茶」「抹茶（薄茶）」「麦茶・ブレンド茶」で日頃よく飲む順序について回答を求めた。

Q4では、対象者にQ3で1番良く飲むと回答した茶について、よく飲む理由を6つの選択肢「体に良さそうだから」「カロリーオフだから」「味が好みだから」「価格が手頃だから」「入手がしやすいから」「その他」より複数回答を求めた。

Q5では、対象者が食事や間食をするときに、食物と飲料の組み合わせを気にするかどうかを4つの選択肢「気にする」「どちらかと言えば気にする」「どちらかと言えば気にしない」「気にしない」より回答を求めた。

3) 抹茶の認知

Q6では、回答者の抹茶の認知を2つの選択肢「知っている」「知らない」より回答を求めた。

Q7では、回答者の抹茶を含む飲料を飲んだ経験について、5つの選択肢「抹茶入りのお茶」「抹茶ミルクなど」「薄茶」「濃茶」「その他」より複数回答を求めた。

Q8では、回答者の抹茶の点て方の認知を2つの選択肢「知っている」「知らない」より回答を求めた。

Q9では、薄茶を飲む機会の頻度を6つの選択肢「ほぼ毎日ある」「1週間に1～2回ある」「月に1～3回ある」「月に1～3回ある」「年に1～2回ある」「極まれにある」「無い」より回答を求めた。

サブ・クエスションについては、飲む機会が「無い」以外の回答者にのみ回答を求めた。

Q9-1では、薄茶を飲む機会を5つの選択肢「毎日飲む習慣がある」「茶道を習っている」「茶会や催し物など」「観光旅行のとき」「その他」より回答を求めた。

Q9-2では、薄茶を飲んだときの印象を4つの選択肢「好みである」「どちらかと言えばこのみである」「どちらかと言えば好みではない」「好みではない」より回答を求めた。

Q9-3では、薄茶の味として感じたものを5つの選択肢「旨味」「塩味」「酸味」「苦味」「甘み」より回答を求めた。

Q9-4では、薄茶の味として一番強く感じたものを5つの選択肢「旨味」「塩味」「酸味」「苦味」「甘み」より回答を求めた。

Q9-5では、薄茶の味として一番強く感じたものの印象を4つの選択肢「好みである」「どちらかと言えばこのみである」「どちらかと言えば好みではない」「好みではない」より回答を求めた。

3. 結果および考察

(1) 対象者の属性

対象者の年齢は、18歳から21歳（平均18.7歳）であり、栄養士養成課程を専攻する1年生から3年生103名であった。回収された全ての質問紙から無効なものを除き101名を対象とした。有効回答率は98.06%である。

(2) 飲料の選択嗜好に関する認識

飲み物を飲みたいとの感覚を覚えた際に選択する飲料としては、「茶類（緑茶、紅茶、中国茶、ほうじ茶、玄米茶、抹茶、麦茶・ブレンド茶）」を選択した者は、86.1%と最多であり、ついで「ミネラル・ウォーター」44.6%、「ジュース」24.8%となった（図1）。

飲料の容器形態であるペットボトル型飲料、紙パック型飲料の利用頻度は、「いつも携帯し利用している」を選択したものは41.6%、「どちらかと言えば利用する」48.5%、「どちらかと言えば利用しない」7.9%、「利用しない」2.0%であり、「いつも携帯し利用している」「どちらかと言えば利用する」を合算する90.1%となった（図2）。

女子大学生を対象とした喫茶の報告では、その90%が緑茶に対して好きと回答し、自動販売機での購入頻度でも緑茶、ウーロン茶、紅茶の3種が有意に高く、また平常時においては茶が他の飲料と比較して高い頻度で摂取されていた¹²⁾。本調査においても同様に対象者には茶類を好む傾向が認められた。またペットボトル型、紙パック型飲料の使用頻度に対しては手軽に入手できることもあろうが、約90%の対象者が利用に対して積極的であることがわかった。

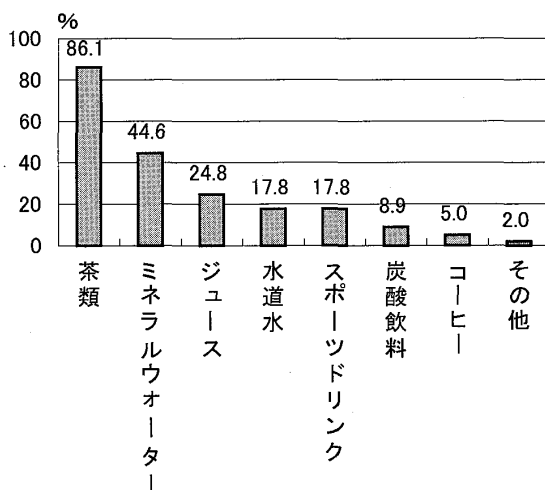


図1. 口渇感と選択飲料

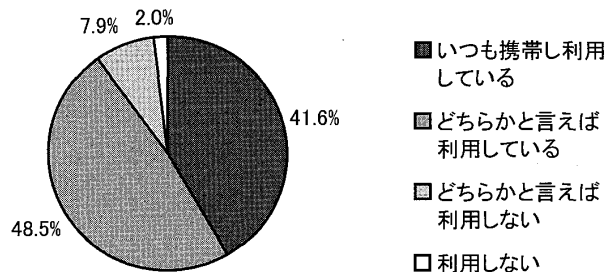


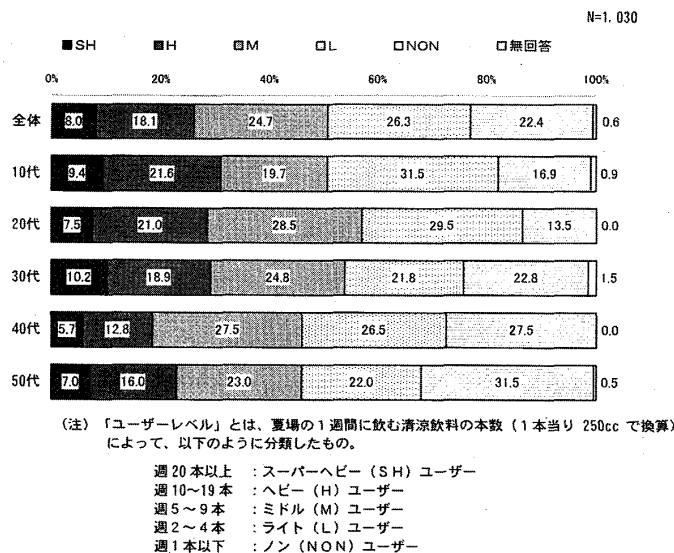
図2. ペットボトル型飲料、紙パック型飲料の利用頻度

これは「夏季の年齢層別の清涼飲料ユーザーレベル構成」(資料3)に示されたスーパーヘビーユーザーおよびヘビーユーザーと呼ばれるもの者が、10代および20代の者ではその世代の約3割を占めるとした調査と同じ傾向である。

(3) 茶飲料の嗜好について

「茶類」の中でよく選択しているのは、「緑茶」41.4%、「麦茶・ブレンド茶」33.3%、「中国茶」14.1%の順となっている。その選択理由としては、「味が好みだから」67.3%、「入手がしやすいから」34.7%、「体に良さそうだから」24.8%、「カロリーオフだから」17.8%、「価格が手頃だから」10.9%、「その他」14.9%となった(図3)。選択理由としては、個人の嗜好を強く反映し、味が重視される傾向が認められた。それに対して食物と飲料の組み合わせでは「気にする」30.7%、「どちらかと言えば気にする」27.7%、「どちらかと言えば気にしない」26.7%、「気にしない」14.9%となった(図4)。食生活における健康指向と清涼飲料に関する調査の飲食スタイルについての報告²¹⁾では、食物に合わせて種類を選ぶとするものは64.9%おり、「いつも同じものを飲む」に対し60%以上があてはまるとしていた。

食物と飲料の組み合わせに対しては強い志向が見られず、食事の際には各自が携帯している飲料、いつも飲む好みの飲料を摂取していることが伺われ、食べ物との組み合わせ以外に飲料を選択する理由があることが示唆された。また、緑茶に対する嗜好度は、女子の場合は中高年



資料3. 夏季の年齢層別の清涼飲料ユーザーレベル構成
 社団法人全国清涼飲料工業会, 2006年, 『清涼飲料関係統計資料』

女子学生の喫茶に関する一考察

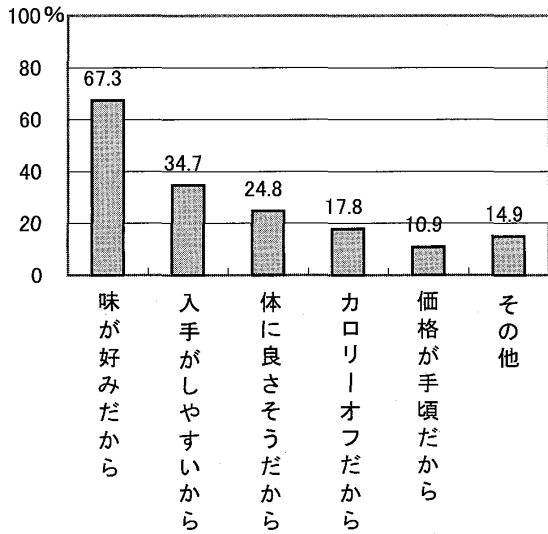


図3. 茶類の選択理由

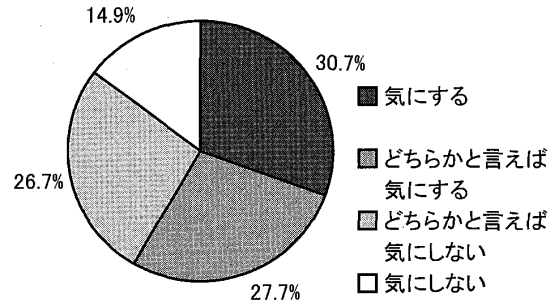


図4. 食物との組み合わせ

に比べると若年層は低いことが報告されており²²⁾、今後調査対象者の緑茶への嗜好性が高くなる可能性が考えられ、嗜好性への影響は味と習慣性にあることが考えられた。

(4) 抹茶の認知

抹茶について「知っている」とした者は95.1%、「知らない」とした者は5.0%となり(図5)、抹茶そのものの認知は高い傾向が認められた。次に抹茶や抹茶が加えられた飲料を飲んだ経験について「ある」とした者は「抹茶ミルクなど」59.4%、「抹茶入りのお茶」は52.5%、「薄茶」46.5%、「濃茶」40.6%、「その他」2.0%となった(図6)。抹茶のみを飲む場合(何かとブレンド)

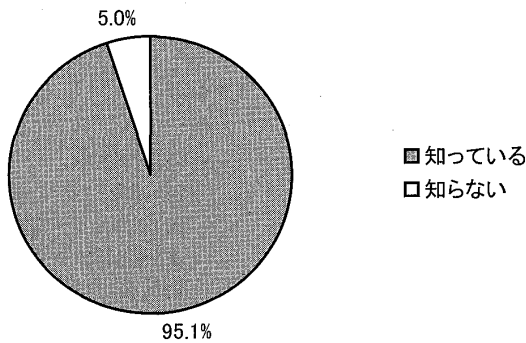


図5. 抹茶の認知

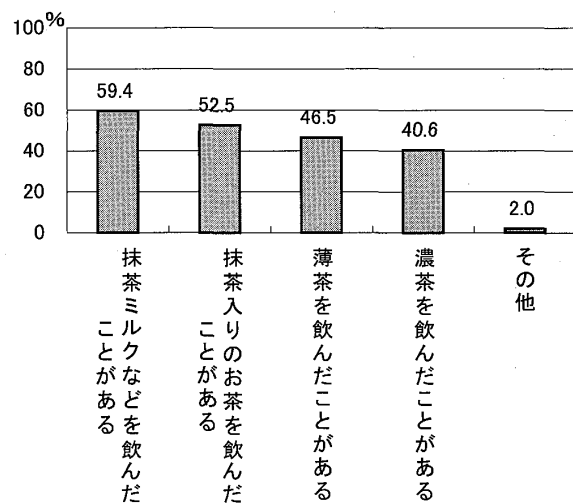


図6. 抹茶含む飲料を飲んだ経験

ドしない)は飲み物の調整方法が一般には「練る」,「点^たてる」と呼ばれるように、茶道に見られる日本特有の喫茶礼式をとる。この礼式には茶を飲むに至るまでの行動に一定の形式を伴うものであるが、ここでは濃茶・薄茶の調整方法にのみ着目した。抹茶を点てる場合、濃茶は抹茶 3.75 g 程度に対して湯量 20 ml くらいを茶筌を用い溶き練る。そこで質問紙には『茶道のときに飲む「濃茶」「おこい」をさし、抹茶を湯で練り作るものであり、飲食店で提供されることは極めて少ない』とあらかじめ提示した。また、薄茶は、抹茶量を濃茶の半量程度に対して湯量 30～40 ml くらいを茶筌で掻き混ぜて点てる²⁰⁾。これも濃茶と同様に質問紙には『茶道のときに飲む「薄茶」「おうす」をさし、飲食店で「抹茶」としてメニューに示されることが多い』とあらかじめ提示した。

その練り方、点て方の違いとして「濃茶」「薄茶」の認知についての問いに対し「知っている」者は 9.9%, 「知らない」者は 90.1% となり (図 7), 食品としての「抹茶」を知っていても、飲み物としての「濃茶」「薄茶」といった調整方法を知るものは極めて少なかった。

(5) 薄茶の喫茶習慣について

薄茶を飲む機会の頻度を「ほぼ毎日」とした者は無く、「1週間に1～2回」1.0%, 「1ヶ月に1～2回」4.0%, 「1年に1～2回」13.9%, 「極まれにある」23.8%, 「無い」57.4% となった (図 8)。その薄茶を飲む機会としては、「毎日飲む習慣がある」とした者は無く「茶道を習っている」と答えたものは 7.0%, 「茶会や催し物」23.3%, 「観光旅行のときに」25.6%, 「その他」44.2% となった (図 9)。さらに茶道の経験者と未経験者の間に差がみられた。このことより薄茶を飲む行為が家庭の中には無く、家庭外、非日常性の中に位置づけられていることが示唆された。しかしながら、薄茶を飲んだときの印象は「好みである」と回答したものは 27.9%, 「どちらかと言えば好みである」55.8%, 「どちらかと言えば好みではない」14.0%, 「好みではない」2.3% となり (図 10), 「好みである」「どちらかと言えば好みである」を合算すると 84.0% となり、概ね好まれていた傾向が見られ、家庭で飲まないのは、味が好みで無い、不味では無いこ

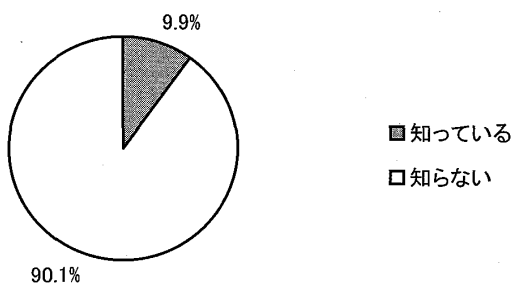


図 7. 濃茶と薄茶の調整方法の違い

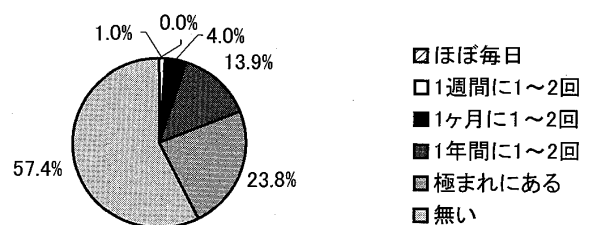


図 8. 薄茶を飲む頻度

女子学生の喫茶に関する一考察

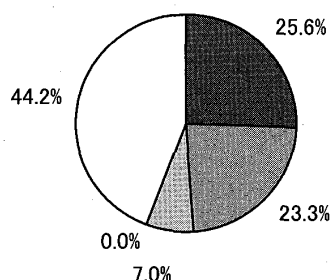


図9. 薄茶を飲む機会

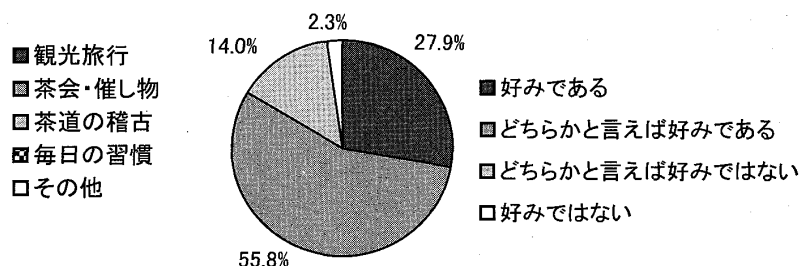


図10. 薄茶を飲んだ印象

とが示唆された。このことは飲む機会「その他」に記述されていた甘味処などの飲食店で選択することにおいても示されている。茶の味としては、薄茶の味として認知したものは「苦味」93.0%、「旨味」41.9%、「甘み」23.3%、「酸味」4.7%となり、「塩味」を感じたものは無かった（図11）。さらに飲茶の経験の多い茶道経験者に対して注目すると、茶道経験者の約70%は5基本味に対し複数の味を認知し、茶道未経験者では約50%が複数の味を認知した。経験により味覚の感受性が高くなる傾向が見られた。また、一番強く感じた味としては、「苦味」65.1%、「旨味」25.6%、「甘み」9.3%、「酸味」「塩味」は無かった（図12）。さらに茶道経験者は、「苦味」46.7%、「旨味」46.7%、「甘み」6.7%となり、未経験者は、「苦味」75.0%、「旨味」14.3%、「甘み」10.7%となった。未経験者がまず苦味を強く感じていることに対し、経験者は苦味より先に旨味を感じる者が増す傾向が見られた。茶道経験者では一番強く感じる味を苦味とした者が減少し、他の「甘み」「旨味」に高くなる傾向が見られるのは、経験により苦味に優る味として他方を感じているのであり、苦味を不味としないと認識している可能性が示唆された。

4. まとめ

本調査では、茶類は他の飲料と比較して約9割と高い支持率であり、中でも緑茶に対する嗜好は高く、その理由としては「味」を挙げる者が多く認められた。これは茶が中国から伝えられ、「抹茶法」から「煎茶法」へ、「薬」から「飲料」へと変化し、一般的な飲み物として今日に至り、日常生活の中で中心的な飲料としての地位を築き上げてきたことを表しているものと考えられる。すなわち、女子大学生にとって緑茶は、まさに「日常茶飯事」の言葉のとおり、日々の飲料として慣れ親しんできた、身近な飲み物であることを示している。しかしながら、緑茶の特質から時間の経過とともに変色することもあり、以前は家庭内の飲み物としての位置づけが強かったと考えられる。それが缶・ペットボトル・紙パックと容器の開発が進み、また

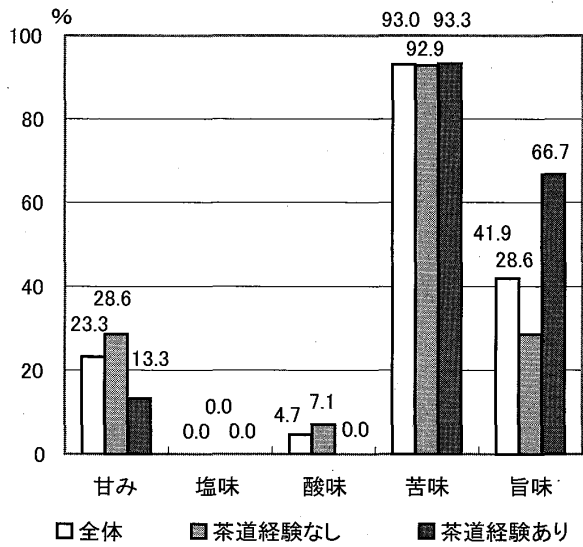


図 11. 薄茶の味の認知

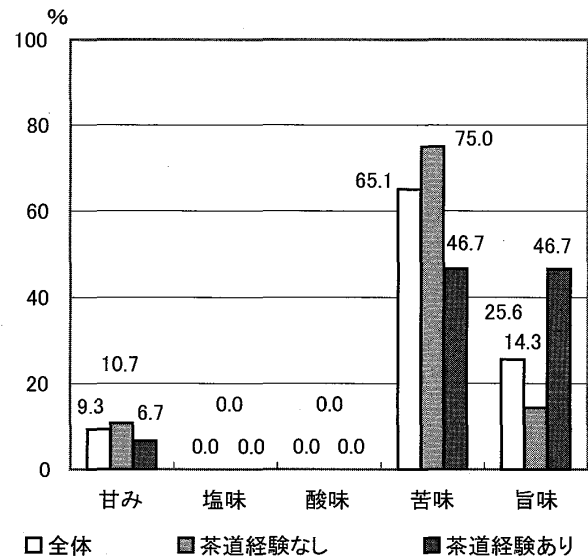


図 12. 薄茶の一番強く感じる味

変色が抑制される製法が考えられ、簡便性とも相俟って、携帯に便利な好みの飲料として、女子大学生はもちろんのこと、日本人の多くに支持されているものと推察される。

一方で抹茶は、茶道という日本文化の一翼を担う「飲むに至るまでの作法と心」をあらわす伝統文化として位置づけられることが多い。原料となるチャの栽培法は特殊で、碾茶の生産量が少ないなど一般化されにくい要素を含む。それ故に商品価値が高く高価となり、特殊な飲み物として今日に至ったものと考えられる。しかしながら、視点を変えて抹茶を検討すると、煎茶のように茶殻を捨てるのではなく、茶葉のすべてを摂取するわけであり、その機能成分を余すところ無く利用できる可能性が極めて高い優れた食品だといえる。

女子大学生の多くは抹茶を飲む経験が少ないが、経験のある者の抹茶の評価は決して低くない。このことから、飲料として茶が選択される際、茶の持つ機能性について着目されるのであれば、茶葉そのものを摂取する『抹茶法』にも関心が持たれるのではないかと考えられる。今後抹茶への嗜好性を探り、その機能性と共に検討する予定である。

引用文献

- 1) 金武由利子, 阿部祐加子, 永嶋久美子, 大坂佳保里, 2006年, 「女子学生の健康に対する認識と食事形態について」, 『(社)日本家政学会第58回大会 研究発表要旨集』, 日本家政学会, p.60
- 2) 梶原公子, 2006年, 「食の外部化における若者の生活スタイルと食意識に関する研究」, 『日本食生活学会誌』, Vol17, No.1, pp.59-67

女子学生の喫茶に関する一考察

- 3) 野田艶子, 2004年, 「女子学生の食事摂取の実態および食物の摂取頻度調査」, 『日本食生活学会誌』, Vol.14, No.4, pp.309-315
- 4) 大家千恵子, 山田正子, 竹内枝穂, 津田淑江, 2001年, 「女子短大生の食行動に関する研究」, 2001年, 『日本食生活学会誌』, Vol.12, No.3, pp.222-232
- 5) 村松敬一郎, 岩浅 潔, 1991年, 『茶の科学』, 朝倉書店, pp.76-77
- 6) 社団法人全国清涼飲料工業会, 2006年, 「清涼飲料の生産量の推移 1986年から2005年」, 『清涼飲料関係統計資料』 p.10
- 7) 社団法人全国清涼飲料工業会, 2006年, 「清涼飲料品目別生産量の推移 1986年から2005年」, 『清涼飲料関係統計資料』 p.11
- 8) 桑田忠親, 1964年, 『図説茶道大系 第3巻』, 角川書店, pp.223-225
- 9) 村井康彦, 1979年, 『茶の文化史』, 岩波書店, pp.16-25
- 10) 伊奈和夫, 坂田完三, 2002年, 「茶の化学成分と機能」, 弘学出版, pp.6-25, pp.43-64
- 11) 村松敬一郎, 1991年, 『茶の科学』, 朝倉書店, pp.205-212
- 12) 伊海公子, 中原満子, 柴田裕子, 1998年, 「大学生の飲茶(緑茶)習慣に関する調査研究」, 『日本食生活学会誌』, Vol.9, No.9, pp.36-44
- 13) 大坂佳保里, 金武由利子, 永嶋久美子, 横川幸義, 2003年, 「健康と食生活の意識に関する一考察」, 『川村短期大学研究紀要』, 第23号, pp.47-63
- 14) 村井康彦, 1979年, 『茶の文化史』, 岩波書店, pp.2-8
- 15) 芳賀幸四郎, 1964年, 『図説茶道大系 第3巻』, 角川書店, pp.57-64
- 16) 大坂佳保里, 1998年, 「ミャンマーの茶」, 『川村短期大学研究紀要』, 第18号, pp.65-74
- 17) 森 鹿三, 1964年, 『図説茶道大系 第3巻』, 角川書店, pp.49-56
- 18) 森 鹿三, 1964年, 『図説茶道大系 第3巻』, 角川書店, pp.65-72
- 19) 佐々木高明, 1999年, 『緑茶文化と日本人』 pp.14-32
- 20) 中川致之, 1988年, 『新茶業全書』, (社)静岡県茶業会議所, pp.411-412
- 21) 社団法人全国清涼飲料工業会, 2005年, 「食生活における健康指向と清涼飲料に関する調査」, 『2004年度 清涼飲料総合調査』 p.40
- 22) 早川史子, 日比喜子, 1995年, 『日本食生活学会誌』, Vol.6, No.2, p.51

参考文献

- 安部直樹, 2003年「茶道の発祥と成立」, 『長崎短期大学研究紀要』, 第15号, pp.97-102
- 渕之上弘子, 2001年『日本茶百味百題』
- 今中正美, 栗畑亜紀子, 道本千衣子, 2004年, 「都内および近県における女子短期大学生のミネラルウォーター利用状況調査について」, 『日本食生活学会誌』, Vol.15, No.2, pp.133-138
- 伊奈和夫, 坂田完三, 富田 勲, 伊勢村護, 2002年, 『茶の科学成分と機能』
- 熊倉功夫, 杉山公男, 榛村純一, 1999年, 『緑茶文化と日本人』
- 中林敏郎, 伊奈和夫, 坂田完三, 1991年, 『緑茶・紅茶・烏龍茶の化学と機能』
- 社団法人全国清涼飲料工業会, 2004年, 『清涼飲料総合調査』
- 陳 東達, 1980年, 『茶の口福』