



Holistic Tea LIFE



ホリスティックティーアーティスト石司麻美

人生は100年時代になりました。これからの長い人生を健やかで楽しく充実して生きるには、精神的健康、肉体的健康、社会的健康、環境的健康という4つの健康のバランスが大切です。これを実現するには、精神的と肉体的、顕在的と潜在的、サイエンス的とスピリチュアル的、西洋的と東洋的など相反するものを結ぶホリスティックな考え方が重要になってきています。ホリスティックとは、人や社会などの相乗効果を起こし潜在力を引き出す重要な考え方だと思います。

ホリスティックティーは、人とヒト、人とモノ、人とコトの相乗効果と潜在能力を引き出す縁起の良い飲み物として生まれました。心の健康、体の健康を中心にホリスティックティーアーティストとして、一人でも多くの人の潜在力を引き出し幸福感を高めるお手伝いをさせていただきたいと思っています。

- 1 潜在力を引き出す、ホリスティックティー
- 2 ティーペアリングで、より味わいを引き出す
- 3 予祝乾杯で、奇跡を引き出す
- 4 ホリスティックティーで、潜在健康力を引き出す
- 5 スクールや研修で、人や商品の潜在力を引き出す
- 6 オリジナルブレンドで、心と体の健康を引き出す

1 潜在力を引き出す、ホリスティックティー

緑茶のポテンシャルをもっと引き出したい

私は長年、お茶の仕事に携わり、知れば知るほど緑茶は素晴らしいもので、緑茶のポテンシャルをもっと引き出したいと思っていました。緑茶は、和食はもちろん洋食にもよく合います。でも香りが弱く、強い味の洋食に負けてしまうところがある。一方、ハーブティーは、香りは華やかだけど個性が強く、味に厚みがない。ハーブも緑茶も同じハーブ、それならブレンドして緑茶の味わいとハーブの香りを合わせることで、新しいスタイルの飲み物ができるのでは？と思いついたのが、ホリスティックティーを開発するきっかけです。

ハーブと緑茶、相反するもの同士が融合

緑茶は低温、ハーブティーは高温と淹れ方が正反対。お湯出しだと両方の良さを同時に引き出せません。試行錯誤し「水出し」の淹れ方が最適だと行き着きました。冷蔵庫 8 時間抽出で味は緑茶、香りはハーブの良さを引き出すまろやかな味わいができることを発見。相反するものを結び、互いの良いところを引き出し、理想のパートナーと出会える縁起の良い飲み物だと実感しました。

ホリスティックティーブレンド方式

お湯出しは淹れる人によって味が変わり不安定。水出しなら誰でも安定した味を抽出できます。基本は水 100cc に対し茶葉 1g、冷蔵庫で 8 時間。また、水出しだとカフェインレス、高テアニンになります。素材を探求し、ベースには味の違いが分かりやすい製法別 7 種類の緑茶を選定。ハーブは水出しに向いているものを取り寄せ、全部を単独で水出して味見しながら、緑茶とハーブ、ハーブとハーブなど全ての相性を確認しました。そして誕生したのがホリスティックティーブレンド方式「緑茶+ハーブ 1+ハーブ 2+スパイス」です。

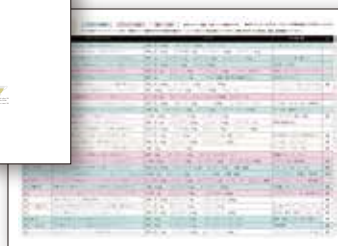
ブレンド方式=緑茶+ハーブ 1+ハーブ 2+スパイス



利きハーブ緑茶相性表



365 日ブレンド生活



365 日多彩に楽しめるホリスティックティー

ホリスティックティーは多彩なブレンドができるのが特長で、レンジで温めるなど 1 年中楽しめます。そしてできたのが 365 日ブレンド生活「一日一茶」です。1 年の季節や旬、行事、記念日に合わせてホリスティックティーブレンドを楽しめるホリスティックティーのレシピ集です。

2 ティーペアリングで、より味わいを引き出す

食ボーダレス時代のティーペアリング

食の世界では、従来の和洋中の枠に留まらない楽しみ方が出てきています。まさに食ボーダレスの時代となる中で、飲み物はあまり変わっていません。ホリスティックティーは「飲み物を料理する」という発想で生まれた、お酒を飲まない人もより食事を楽しめる名脇役な飲み物です。

1500 通り以上の相性を確認

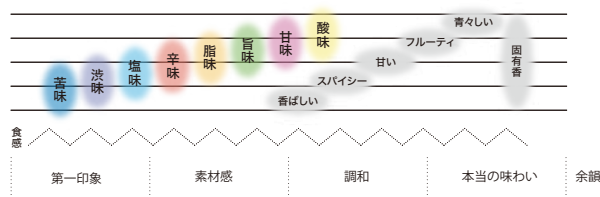
どうやって食べ物に合わせるか? 「料理はソース基本」ということに気づきました。トマト系、チーズ系、塩系などポピュラーだと思われる系統のソースをペアリングの基本に設定。スイーツもクリームが基本だと気づき、生クリーム系、カスタード系、チョコレート系など数種類を設定しました。基本となる茶葉を全て水出しし、テイस्टینگしながらペアリングテストを重ねました。ソースと緑茶で 70 組、ソースとハーブで 80 組…などひとつひとつ相性を確認し、気づいたら 1500 通り以上にもなっていました。

4つの味わい基準

多彩なブレンドができるホリスティックティーですが、やみくもにたくさんのブレンドを作ることが目的ではありません。①すっきりさせる、②なじませる、③アクセントをつける、④引き立てる、の 4 つの基準でブレンドすることで、食べ物の味わいを深めることが目的です。同じ食べ物でも、違うペアリングをすることで、味わいの変化を楽しむことができます。コース料理も、前菜、魚料理、肉料理、デザートなどに合わせてお茶を変えることで、何通りもの味わいの変化を楽しめます。

味覚音感による厳密なブレンド

食べ始めから食べ終わりまでの味わいの変化を音楽のように捉えて表現する「味覚音感」という独自の技法を使い、水出しした素材をテイस्टینگしながら緻密なブレンドを行います。味の解釈レベルを上げ、よりハイレベルなティーペアリングを提案し、ケーキショーで一流パティシエとのコラボ活動などを行っています。

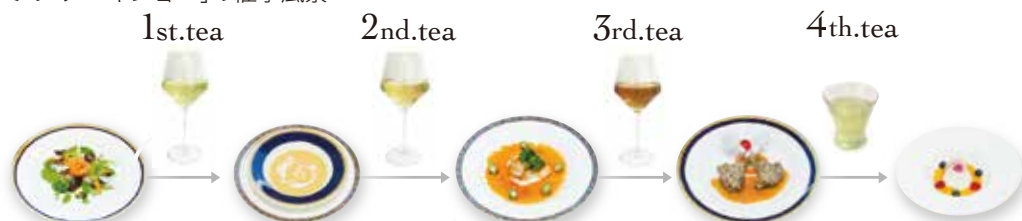


Cook Drinks

High Level Tea Pairing



阪急うめだ本店での「ケーキショー」の催事風景



3 予祝乾杯で、奇跡を引き出す

予祝乾杯用の飲み物として普及したい

日本には古来から伝わる、夢の実現を引き寄せる方法があります。その一つが、お花見。満開の桜を秋に実ったお米に見立て、秋の豊作を先に喜びお祝いすることで願いを引き寄せる。これを「予祝(よしゆく)」と言います。引き寄せを高めることを目的としたホリスティックティーは、自分の願いや想いを込めて乾杯する「予祝乾杯」にピッタリの飲み物です。毎日飲み続けることで味覚を磨いて、感性を高め、より五運(幸運、金運、愛情運、仕事運、健康運)を引き寄せる生活を広めて行きたいと思います。

事業者さまの引き寄せのお手伝い

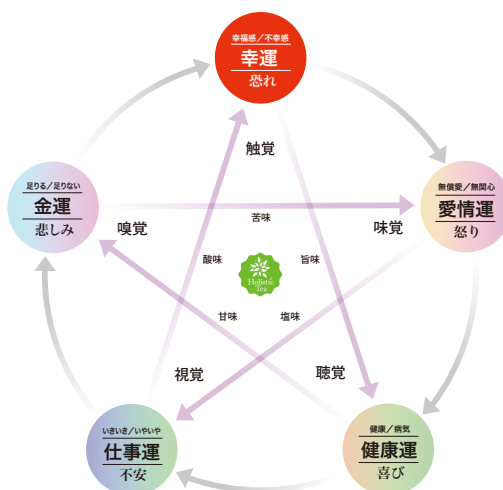
私はいつも五運を引き寄せる想いを込めてブレンドしています。そして、企業の商品・サービスに合わせ、コラボする相手の価値を高めるお手伝いをしています。寝具屋さんのために上質な眠りを引き寄せるブレンドや、ジュエリーショップのために一点物のアンティークジュエリー1つ1つに合わせてお客様に五運をもたらすブレンドを提供するなどです。その中でさまざまな人の幸運の出会い体験をしました。結婚式場で「奇跡のマリアージュ」をテーマに行ったサロンでは、ビンゴプレゼントでカップルの方に同じものが当選したり、なんと1等賞は、長年私を信じて応援してくれた母親に当たるといふ奇跡が引き寄せられました。



結婚式場とコラボの「奇跡のマリアージュ」イベント風景



ジュエリーショップでのアンティークジュエリー展



4 ホリスティックティーで、潜在健康力を引き出す

旨味成分と多彩な味わいで味覚が磨かれる

緑茶には旨味が含まれていて、旨味を感じることで味覚が磨かれるということが独自の研究で分かりました。また、意識して味わうことで、繊細な味わいの利き分けができるようになります。味を感じる味蕾は 10 日ほどで再生されます。繊細な味わいのホリスティックティーを毎日飲み続けることで刺激に慣らされた味覚がリセットされ、素材をおいしく味わえることで塩や砂糖の使用料が少なくなり、体の健康につながります。そして、美しい見た目（視覚）、おいしそうな音（聴覚）、おいしそうな香り（嗅覚）、歯ごたえや手触り（触覚）など五感を磨くことにつながり、心の健康を高めます。

無理せず自然に食生活の改善

ホリスティックティーを飲むようになってから、「濃い味が改善され自然に健康的な食事になった。コーヒーが強く感じるようになり飲む量が減った。マーガリンより上質なバターを好むようになった。サラダ油ではなくオリーブオイルを選ぶようになった。ケチャップやマヨネーズの量が減り自然と薄味になった」などの声が寄せられています。好きなものを無理にやめるのではなく、ホリスティックティーで味覚を磨くことで、自然に好みの味を変え、食生活習慣の改善につなげていただけることが分かってきました。

苦手意識が改善

お子さんがいるご家庭からは、親子で毎日いろいろなブレンドを「これはどんな味かな？」と意識して味わううちにお子さんの受け入れの気持ちが育ち、食べ物や人の好き嫌いが減ってきたという話がありました。いろいろな味を受け入れることで、苦手意識が改善されるようです。

人に合わせ、シーンに合わせ

自分のために、ご主人、お子さん、ご両親、お友達のためにと人に合わせたり、集中したい時に、リフレッシュに、熱中症予防に、スポーツの時に、寝る前になどシーンに合わせて楽しめます。誰かのために淹れようと思うと、その人のことを考えるようになり、味の好みや体調を気遣う気持ちがより強まるという声も。気づきや思いやりが、良い人間関係を深めます。



エディオンなんば本店で「自分らしい健康展」での催事風景



習慣づけて味覚を磨くセット商品「5SENSE」



自分のオリジナルブレンド楽しむ
ブレンドキット商品

5 スクールや研修で、人や商品の潜在力を引き出す

ホリスティックティーマイスタースクール

食ボーダレス時代や新しい健康志向のニーズに応え、ホリスティックティーによる新ライフスタイル提案ができる人材育成の場として、ホリスティックティーマイスタースクールを開催。修了後に資格認定いたします。ホリスティックティーで感性を内面から磨き、自分を生きることを実践する人材、周りにいる人の潜在力を高めるお手伝いができる人材育成を目指しています。

世界中の食卓にホリスティックティーを

食べ物に合わせて、人やシーンに合わせて自在にブレンドできるホリスティックティーは、さまざまなビジネスシーンでも活用できます。あるお茶屋さんの奥様は、お茶屋さんに嫁いできたものの全く緑茶に興味がなかったのが、ホリスティックティーを知ってハーブとブレンドすることに興味を持ち、それから熱心に勉強して、ご自分のブランドのお茶を販売するまでになりました。

＜こんな人に＞若いお母さん、孫のいるおばあさん、料理教室の先生、ホールスタッフ、シェフ、日本茶インストラクター、ハーバリスト、食品メーカー開発担当者、ソムリエ、バーテンダー、サロネーゼ、資格マニアなどへ、現在の職業の価値を高める新しい専門職として提案します。

企業研修、自治体プロジェクト、ワークショップ

出張講座やセミナー、ワークショップなども行っており、新商品開発のために味覚センスと開発センスを磨く研修や、ホリスティックティーを使ったエクササイズで味覚を磨き感性を高めるワークショップなどとしてご活用いただけます。自治体と連携した企業支援のための商品開発プロジェクトや、高校の授業、各種ワークショップなどを実践しています。



ホリスティックティーライフプログラム



企業支援でのセミナー研修風景



ホリスティックティーマイスター卒業生たちと



研修でのブレンド実践風景

6 オリジナルブレンドで、心と体の健康を引き出す

まるやかな雫

ホリスティックティーにおける、人に合わせ、シーンに合わせ「健康、味わい、幸運を引き出す」というテーマから生まれた石司麻美のオリジナルブレンドシリーズです。6つのカテゴリーで、心と体の健康を引き出すライフスタイルを提案しています。和ハーブを使い和食に合わせてブレンドした「和愛」という商品もあります。

あなたの幸運を引き出す 奇跡のマリアージュ

製法別 5種類の緑茶をベースに、ハーブと緑茶の相性を徹底的に研究し、味わいやメディカル効能のほか、緑茶とハーブが持つ意味や言葉を解釈してブレンド。人や出来事など、素敵な出会いを引き寄せる、奇跡と幸運を呼ぶことをテーマとした飲み物です。



洋食の新しい味わいを引き出す Drink Chef

食べ物の味わいを深めるブレンドシリーズ。同じ食べ物でも、すっきり、アクセントなど目的の違うお茶をペアリングすることで味わいが変わり、何通りもの変化が楽しめます。お酒を飲まない人の優れたティーペアリングの飲み物ですが、お酒と割ってカクテルも楽しめます。



スイーツの新しい味わいを引き出す Sweets Hygge

緑茶のやさしい味わいとハーブの香りが、甘すぎず素材を生かした繊細な洋菓子にフィット。華やかなアクセントをつけたり、爽やかに切り替えるなどスイーツの味わいを深めるブレンドシリーズです。お好みでフルーツを加えるなどカスタマイズしてお楽しみいただけます。



上質な眠りを引き出す

Nemuri

リラックス効果があり寝つきを良くすると言われるテアニンが豊富な棒茶をベースに、安眠サポートのハーブをブレンドしたシリーズです。水出しでカフェインレスになるため、幅広い年代の方も安心。寝る前の飲み物としてや、上質な水分補給としておすすめです。



母子の新しい絆を引き出す

Comori

自然素材を使用し水出しでカフェインレス、体にやさしく、リラックス効果のあるテアニンも豊富。緑茶の旨味成分を感じることで味覚が磨かれ、食生活が改善されるなど健康につながります。お子さんの健やかな食生活と上質な水分補給にお勧めです。



Cook Drinks

High Level
Tea Pairing



ホリスティックティーアーティスト 石司麻美プロフィール

■ ホリスティックティーマイスターズ学校長

■ 日本茶インストラクター、中国茶初級茶藝師、だしソムリエ 1 級

洋食店を経営していた両親の影響で、何でも味わって食べる習慣が身に着く。高校を卒業後、ワーキングホリデービザを取得し、オーストラリアへ。初めて一人暮らしをして日本食の繊細さを実感。帰国後、大手ホテルの中国料理レストランに勤務。中国茶を担当したことでお茶の魅力に目ざめ、勉強を開始し中国浙江省で中国茶初級茶藝師の資格を取得。その後、本格的に日本茶の勉強を始め日本茶インストラクターを取得。日本茶カフェや製茶問屋で知識と技術を磨き、ホリスティックポテンシャルコーチングの望月聖司氏と「ホリスティックティーライフ」を企画。プロジェクトの中心となって開発を行い、現在は商品開発やハーブ緑茶サロンの開催などで普及に励んでいる。



chalife.net



Facebook



Instagram



西宮阪急トップステージでの催事風景



株式会社 ヴィ・ダブリュ・ストーク 〒420-0046 静岡市葵区吉野町 7-12 プリエール吉野 406 TEL054-252-6656