

一部丰富有趣的日本茶全像图  
将日本茶的历史、礼仪、制造工艺，  
以及沏茶方法与茶点搭配一一呈现

Knowledge of Japanese tea

# 日本茶 图鉴

【日】公益社团法人日本茶业中央会 主编  
NPO法人日本茶专业指导员协会  
张华英 译

收录日本各产茶名区119种特色茶  
静享茶味，乐享茶趣

光明日报出版社

茶の知識を  
茶の知識を  
茶の知識を

Knowledge of Japanese

# 日本茶

## 图鉴

THE KNOWLEDGE OF JAPANESE

TEA

茶の知識を  
茶の知識を  
茶の知識を

Knowledge of Japanese tea

# 日本茶 图鉴

主编：公益社団法人日本茶业中央会  
NPO法人日本茶专业指导员协会

译者：张华英



光明日报出版社

日本茶图鉴 / 日本公益社团法人日本茶业中央会,  
日本NPO法人日本茶专业指导员协会主编; 张华英译. —  
北京: 光明日报出版社, 2015.9  
ISBN 978-7-5112-8939-1

I. ①日… II. ①日… ②日… ③张… III. ①茶—文  
化—日本—图解 IV. ①TS971-64  
中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第180645号

著作权合同登记号: 图字01-2015-4958

NIHONCHA NO ZUKAN supervised by Japan Tea Central Public Interest Incorporated  
Association and Nihoncha Instructor Association

Copyright © 2014 3season Co., Ltd.

All rights reserved.

Original Japanese edition published by Mynavi Corporation.

This Simplified Chinese edition is published by arrangement with  
Mynavi Corporation, Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency, Inc., Tokyo  
through Keio Cultural Enterprise Co., Ltd., New Taipei City

## 日本茶图鉴

---

主 编: [日] 公益社团法人日本茶业中央会  
NPO法人日本茶专业指导员协会 译 者: 张华英

---

责任编辑: 李 娟 策 划: 多采文化  
责任校对: 杨晓敏 装帧设计: 水长流文化  
责任印制: 曹 诤

---

出版方: 光明日报出版社  
地 址: 北京市东城区珠市口东大街5号, 100062  
电 话: 010-67022197 (咨询) 传 真: 010-67078227, 67078255  
网 址: <http://book.gmw.cn>  
E-mail: [gmcbs@gmw.cn](mailto:gmcbs@gmw.cn) [lijuan@gmw.cn](mailto:lijuan@gmw.cn)  
法律顾问: 北京德恒律师事务所龚柳方律师

---

发行方: 新经典发行有限公司  
电 话: 010-62026811 E-mail: [duocaiwenhua2014@163.com](mailto:duocaiwenhua2014@163.com)

---

印 刷: 北京艺堂印刷有限公司  
本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

---

开 本: 880×1230 1/32 印 张: 5.5  
字 数: 170千字 印 次: 2015年9月第1次印刷  
版 次: 2015年9月第1版  
书 号: ISBN 978-7-5112-8939-1

---

定 价: 49.80元



# 日本茶图鉴

CONTENTS

本书的阅读方式 4

从零开始学习

PARA 1

## 日本茶的基础知识

日本茶，究竟是什么样的茶？ .. 6

日本茶的种类

煎茶 .....	10	茎茶 .....	17	认识日本茶的品种 .....	22
深蒸煎茶 .....	11	芽茶 .....	17	什么是第一批茶、第二批茶？ .....	24
玉露 .....	12	焙茶 .....	18	采摘部位影响茶叶品质 .....	26
被茶 .....	13	玄米茶 .....	19		
炒茶 .....	14	粉茶 .....	20		
蒸制玉绿茶 .....	15	番茶 .....	21		
抹茶 .....	16				



发现珍贵的日本茶

PARA 2

## 依地区划分的日本茶图鉴

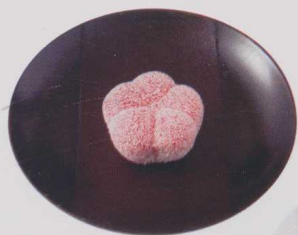
日本全国产茶名区 .....

关东地区

栃木 黑羽茶 .....	32
茨城 猿岛茶 .....	32
茨城 奥久慈茶 .....	34
埼玉 秩父茶 .....	35
埼玉 狭山茶 .....	36
东京 东京狭山茶 .....	38
神奈川 足柄茶 .....	38

爱知 新城茶 .....	50
三重 伊势茶 .....	50
三重 水泽茶 .....	53
三重 度会茶 .....	53

和果子小图鉴①  
上生果子 岁时记 .....



静岡

中部地区

(静岡县除外)

新潟 村上茶 .....	42
山梨 南部茶 .....	43
长野 天龙茶 .....	44
富山 吧嗒吧嗒茶 .....	45
石川 加贺棒茶 .....	46
岐阜 白川茶 .....	47
岐阜 揖斐茶 .....	47
爱知 西尾抹茶 .....	48

静岡茶 .....	58
川根茶 .....	60
挂川茶 .....	62
天龙茶 .....	63
本山茶 .....	63
清水茶 .....	64
朝比奈玉露 .....	65
远州森茶 .....	65

近畿地区

京都 宇治茶 .....	68
京都 京番茶 .....	73
滋贺 朝宫茶 .....	74
滋贺 土山茶 .....	75
奈良 月濂茶 .....	75
奈良 大和茶 .....	76
和歌山 川添茶 .....	77
兵庫 丹波茶 .....	78
兵庫 母子茶 .....	79

和果子小图鉴②  
干果子 岁时记 .....



## 山阴 山阳 四国 地区



82

冈山	海田茶	84
鸟取	大山茶	85
鸟取	用瀬茶	86
岛根	出云茶	87
山口	小野茶	87
德岛	阿波番茶	88
德岛	寒茶	89
香川	高瀬茶	90
爱媛	富乡茶	90
爱媛	新宫茶	91

高知	土佐茶	92
高知	碁石茶	95

## 九州 冲绳 地区



96

福岡	八女茶	98
福岡	星野茶	100
佐贺	嬉野茶	103
长崎	彼杵茶	105
长崎	世知原茶	105
长崎	五岛茶	106
熊本	熊本茶	106
熊本	矢部茶	107

熊本	岳间茶	107
大分	耶马溪茶	108
大分	因尾茶	108
宫崎	都城茶	109
宫崎	高千穗炒茶	109
宫崎	五瀬炒茶	110
鹿儿岛	鹿儿岛茶	111
鹿儿岛	知览茶	113
鹿儿岛	颖娃茶	114
冲绳	山原茶	115

## 茶名人推荐的好茶

高宇政光 (思月园)	116
前田文男 (前田幸太郎商店)	118
山口真也 (星野制茶园)	120
比留司嘉章 (茶工房比留司园)	121
山科康也 (山科茶铺)	122

## 沏杯茶吧!

PART 3

# 日本茶的品饮方法

## 沏茶方法 初步准备



日本茶的挑选方法	124
茶器的基础知识	126
调整出适合沏茶的水温	128

粉茶	141
冷茶	142
袋茶 (茶包)	144

## 沏茶方法实践

沏出美味好茶的秘诀	130
煎茶	132
玉露	134
抹茶	136
焙茶	138
炒茶	140

日本茶的保存方法	145
急须壶的挑选方法	146
急须壶的清洗方法	149
茶碗的挑选方法	150
日本茶×和果子 茶点的挑选方法	152

## 品茶休憩时刻

抹茶的旺季在秋天	44
运送宇治茶的御茶壶道中	79
茶中浮现的灰尘是什么?	94
茶渣的活用技巧	154

## 更多有趣的日本茶知识!

PART 4

# 学习日本茶

## 日本茶的成分与作用 156

日本茶的历史	158
日本茶的礼仪	160
日本茶的制造流程	164

充满日本茶乐趣的用语集锦	168
索引 (依茶种类区分)	172
日本茶各种证照资讯	174



Knowledge of Japanese tea

# 日本茶 图鉴

主编：公益社団法人日本茶业中央会  
NPO法人日本茶专业指导协会

译者：张华英



光明日报出版社



# 日本茶图鉴

CONTENTS

本书的阅读方式 4

从零开始学习

## PART 1

# 日本茶的基础知识

日本茶，究竟是什么样的茶? ... 6

日本茶的种类

煎茶	10
深蒸煎茶	11
玉露	12
被茶	13
炒茶	14
蒸制玉绿茶	15
抹茶	16

茎茶	17
芽茶	17
焙茶	18
玄米茶	19
粉茶	20
番茶	21

认识日本茶的品种	22
什么是第一批茶、第二批茶?	24
采摘部位影响茶叶品质	26



## 发现珍贵的日本茶

## PART 2

# 依地区划分的日本茶图鉴

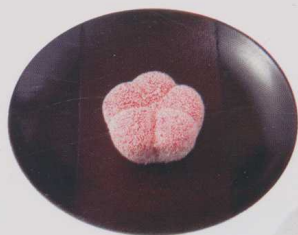
日本全国产茶名区..... 28

### 关东地区

栃木 黑羽茶	32
茨城 猿岛茶	32
茨城 奥久慈茶	34
埼玉 秩父茶	35
埼玉 狭山茶	36
东京 东京狭山茶	38
神奈川 足柄茶	38

爱知 新城茶	50
三重 伊势茶	50
三重 水泽茶	53
三重 度会茶	53

和果子小图鉴①  
上生果子 岁时记..... 54



### 中部地区

(静冈县除外)

新潟 村上茶	42
山梨 南部茶	43
长野 天龙茶	44
富山 吧嗒吧嗒茶	45
石川 加贺棒茶	46
岐阜 白川茶	47
岐阜 揖斐茶	47
爱知 西尾抹茶	48

### 静冈

静冈茶	58
川根茶	60
挂川茶	62
天龙茶	63
本山茶	63
清水茶	64
朝比奈玉露	65
远州森茶	65



### 近畿地区

京都 宇治茶	68
京都 京番茶	73
滋贺 朝宫茶	74
滋贺 土山茶	75
奈良 月濑茶	75
奈良 大和茶	76
和歌山 川添茶	77
兵库 丹波茶	78
兵库 母子茶	79



和果子小图鉴②  
干果子 岁时记..... 80



## 阴山阳四地区



82

冈山	海田茶	84
鸟取	大山茶	85
鸟取	用瀬茶	86
岛根	出云茶	87
山口	小野茶	87
德岛	阿波番茶	88
德岛	寒茶	89
香川	高瀬茶	90
爱媛	富乡茶	90
爱媛	新宫茶	91

高知	土佐茶	92
高知	碁石茶	95

## 九州冲绳地区



96

福岡	八女茶	98
福岡	星野茶	100
佐贺	嬉野茶	103
长崎	彼杵茶	105
长崎	世知原茶	105
长崎	五岛茶	106
熊本	熊本茶	106
熊本	矢部茶	107

熊本	岳间茶	107
大分	耶马溪茶	108
大分	因尾茶	108
宫崎	都城茶	109
宫崎	高千穗炒茶	109
宫崎	五瀬炒茶	110
鹿儿岛	鹿儿岛茶	111
鹿儿岛	知览茶	113
鹿儿岛	颖娃茶	114
冲绳	山原茶	115

## 茶名人推荐的好茶

高宇政光 (思月园)	116
前田文男 (前田幸太郎商店)	118
山口真也 (星野制茶园)	120
比留可嘉章 (茶工房比留可园)	121
山科康也 (山科茶铺)	122

## 沏杯茶吧!

### PART 3

## 日本茶的品饮方法

### 沏茶方法 初步准备



日本茶的挑选方法	124	粉茶	141
茶器的基础知识	126	冷茶	142
调整出适合沏茶的水温	128	袋茶 (茶包)	144

## 沏茶方法实践

沏出美味好茶的秘诀	130	日本茶的保存方法	145
煎茶	132	急须壶的挑选方法	146
玉露	134	急须壶的清洗方法	149
抹茶	136	茶碗的挑选方法	150
焙茶	138	日本茶×和果子 茶点的挑选方法	152
炒茶	140		

## 品茶休憩时刻

抹茶的旺季在秋天	44
运送宇治茶的御茶壶道中	79
茶中浮现的灰尘是什么?	94
茶渣的活用技巧	154

## 更多有趣的日本茶知识!

### PART 4

## 学习日本茶

### 日本茶的成分与作用

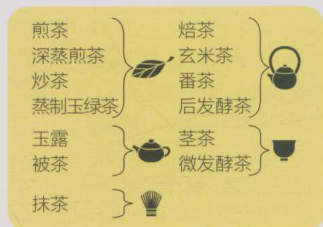
日本茶的历史	158	充满日本茶乐趣的用语集锦	168
日本茶的礼仪	160	索引 (依茶种类区分)	172
日本茶的制造流程	164	日本茶各种证照资讯	174



# 本书的阅读方式

## 茶种

日本茶有很多种类。本书按如下分类表示。



## 商品名称

## 茶的图片

放入直径10.5cm的浅皿中拍摄。

## 最适合的温度和时间

制造商推荐的冲煮该商品时的标准水温与浸泡时间。

## 关于“茶叶”的说法

在日本，称呼茶叶为“CYABA”的人也非常多，但正确的读音其实是“CYAYOU”。关于茶叶的说法，制茶前在茶园摘下的叶子会称为“茶青”或“生叶”，普遍被区分为许多不同的说法。本书中，一般标记为“茶”或“茶叶”。

## 用5个阶段表现茶的特征

### 茶汤色

日文用“水色（すいしよく）”表示。是指冲煮日本茶时浸出液的颜色。通常是以“绿色↔黄色”表示，但焙茶或地方的番茶，则是以“褐色↔黄色”表示。

### 茶香气

日本茶进行“入火”这项加热步骤时形成的独特的焙煎焦香味，称为“焙火香”；新鲜宛若嫩叶般的香气称为“青草香”。不过，没有反映出炒茶的“釜香”等茶种特有的香气。

### 茶风味

日本茶中含有各式各样的茶风味要素，以甘甜味和苦涩味表现其中的主要要素。

※本书介绍的茶产地是参考自《平成25（2013）年版 茶关系资料》（公益社団法人日本茶叶中央会）的“日本全国茶产地与茶称呼”。产地的知名品牌，是以“日本全国茶产地与茶称呼”等作为参考后，采用一般认知的名称。

※收录的各种商品均由编辑部精选。

## 产地商标

如同“宇治茶”或“狭山茶”，是茶产地的名称。即使是在日本相同的县内栽培的茶叶，依然会因种植地区不同而有环境或品质的差异，因此依各茶产地分类的情形很多。

## 茶汤色的图片

以最适合的温度和时间沏茶的成品。抹茶则无论是浓茶用还是薄茶用，皆用薄茶点茶。

## 日本都道府县名

## 地区



### 用专用的茶筴打泡

### 日本少见的黑茶

日本新潟县县境附近的富山县朝日町，是面临日本海与白马岳的茶产地。这里的人自古便饮用日本少见的黑茶。

所谓黑茶，就是后发酵茶，在中国是以普洱茶为代表，特色是能感觉到微微的酸味。

这个地方的黑茶，不在新芽的阶段摘取，而是在7月份，将成熟的茶叶连枝割下，用蒸制器具蒸过后发酵1个月，再利用阳光曝晒干燥。

黑茶的一贯饮用方式，是在日本室町时代流传至今的吧嗒吧嗒茶。黑茶用水壶煮过倒入碗中，用2支一组的夫妇茶筴吧嗒吧嗒地打泡后再喝。打泡会让味道更滑润，而泡泡在口中破掉，更有一种爽快的感受。

后发酵茶

吧嗒吧嗒茶



制造 朝日  
品种 麦北  
价格 100g 500日元 (约人民  
币25元)  
咨询电话  
+81-765-83-2688  
网址 无

茶汤色 绿色 ● ● ● ● ● 黄色  
茶香气 焙火香 ● ● ● ● ● 青草香  
茶风味 甘甜味 ● ● ● ● ● 苦涩味

吧嗒吧嗒茶的传统饮法是先将茶叶装进棉布袋内，再将煮出的汁液倒入五郎八茶碗中打泡。也可以不打泡直接饮用，且夏天冷藏后的风味更佳。

## 品种

茶树品种繁多，（参照P.22）。日本茶也经常将多种品种混合制作。混合数量较多时，仅记载主要的品种名称。

## 价格

商品标示的价格全都是未税价格。同时，价格及包装皆为2014年4月时的状态。

## 咨询电话

电话号码或传真号码。皆为2014年4月时的状态。

---

## Part. 1

---

从零开始学习

---

# 日本茶的 基础知识

---

仔细研究日本茶，会发现其实它  
是非常纤细又富深度的领域。

作为认识日本茶的第一步，  
首先要介绍给您的是  
日本茶的基础知识。

---





# 日本茶，

# 究竟是什么样的茶？

个谜题吧！  
让我们从制法或原料的「茶树」等解开这  
所谓的「日本茶」，究竟是指什么样的茶呢？



## 采摘后立刻加热的茶为绿茶

所谓的日本茶，顾名思义，是指在日本生产的茶。因此，日本产的红茶等，在广义上亦属于日本茶，但提及“日本茶”，一般是指绿茶。

那么，什么是绿茶呢？绿茶的特征在于它的制作方法。这是因为叶子在采摘之后发酵会持续进行，但绿茶的制作方法是将茶叶立刻加热，茶叶的颜色虽然会消失，但经过加热后会停止发酵，因此被称为“不发酵茶”。茶的“发酵”是指酵素作用后成分发生变化的状态。

除了“不发酵茶”，另有“发酵茶”和“半发酵茶”等茶种。将发酵进行到最大程度的茶就是发酵茶，也就是所谓的红茶。在某种程度即停止发酵的茶则是半发酵茶，例如乌龙茶。还有一种后发酵茶有别于上述的茶，它是利用微生物使绿茶等发酵而成的茶。

无论是绿茶、红茶，还是乌龙茶，原料全都来源于同样的植物——茶树。茶树是山茶科山茶属的常绿树，可大略分成中国种和阿萨姆种。叶子小、耐寒性比较强的中国种适合制成绿茶。叶子大、耐寒性弱的阿萨姆种，则主要用于制作红茶。在日本栽培的茶树几乎都是中国种。

茶树的种类有两种

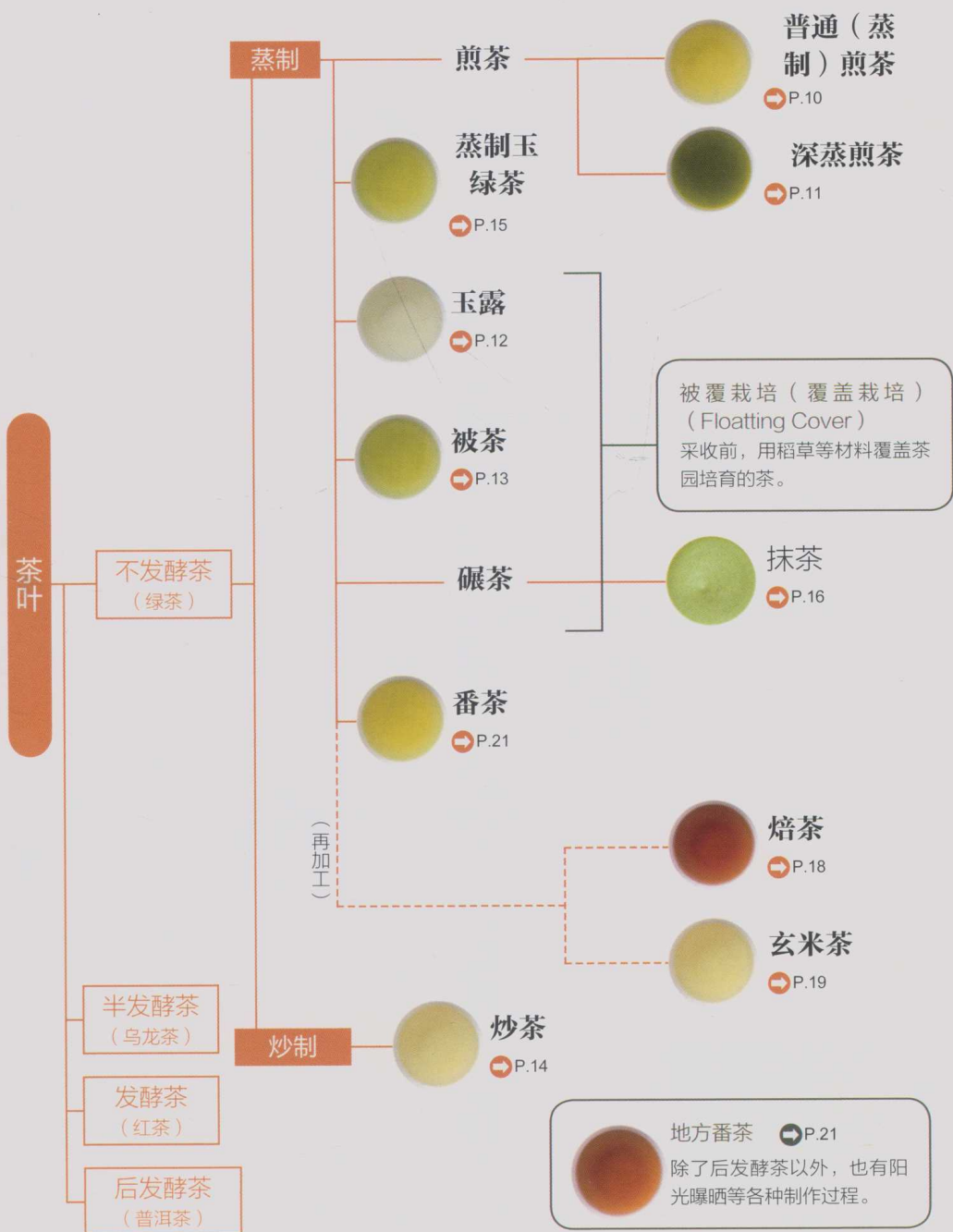
	特征	叶子形状	主要的栽培国家
中国种	分枝多，树干不明显。树高2~3m	叶子小，前端偏圆。颜色是深绿色	中国、日本、印度（高地）、斯里兰卡（高地）等
阿萨姆种	分枝少，甚至有直挺挺生长至10m以上的	叶子大，前端偏尖。颜色是淡绿色	印度（低地）、斯里兰卡（低地）等

绿茶是这类！

红茶是这类！

# 根据制作过程分类的日本茶

相同的茶树能制出不同种类的茶，  
以下将按照制作过程介绍。



## 店内陈列的茶叶

### 都是由粗制茶加工制造的成品

在绿茶的制造过程中，会最先制造出粗制茶。粗制茶是由茶农们将茶青加工制造而成。

采摘下来的叶子如果放着不管，发酵会持续进行，所以必须先加工成粗制茶。粗制茶阶段时的水分含量高达5%，不仅容易损伤，形状也参差不齐。茶商们将粗制茶加工处理后，即成为陈列在门市的商品。

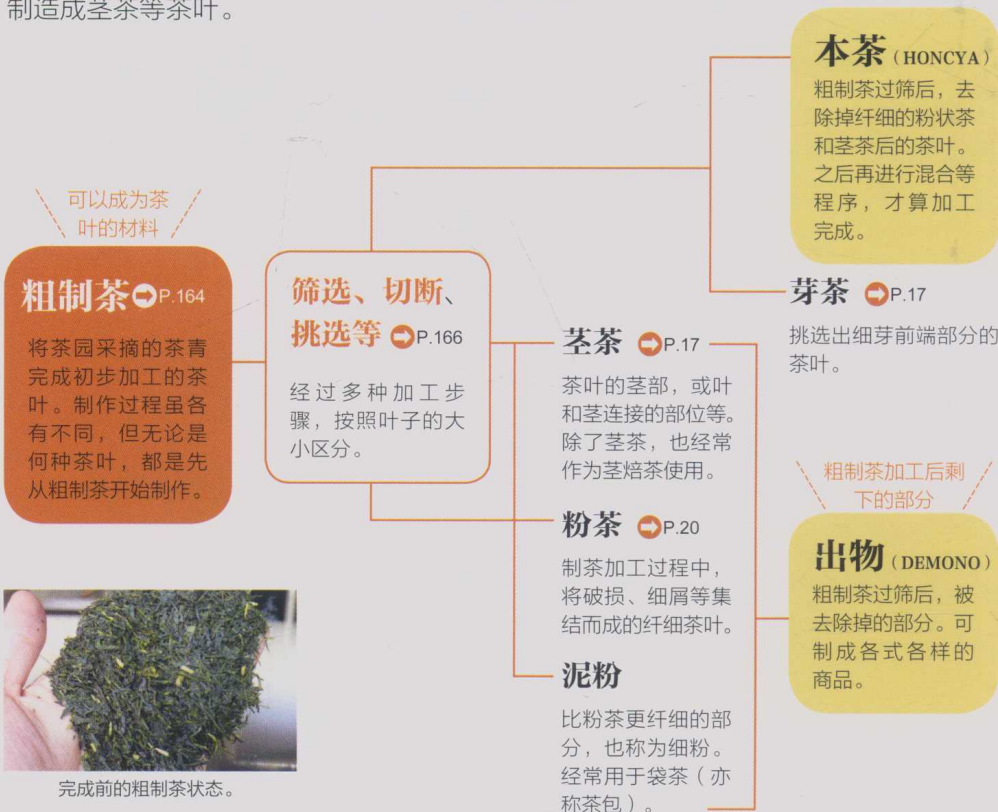
加工粗制茶的步骤中，有筛选叶子、整理叶子大小的程序，此时挑选出的主体茶叶称为本茶，可将本茶制造出煎茶等茶叶；挑选出的细芽前端部分则称为芽茶。

本茶、芽茶以外的部分称为出物，茎茶和粉茶便属于这一类。出物可如茎茶般依各部位制造茶叶，也可以切断后混入本茶中，有多种用途。

## 从粗制茶判断茶的种类

日本茶制作过程中，最先完成的是“粗制茶”。

粗制茶可分为“本茶（HONCYA）”和“出物（DEMONO）”，且可将“出物”制造成茎茶等茶叶。





# 不同日本茶 茶风味与茶香气的特征

茶风味或茶香气会因茶种而异，  
从下面的图表中查看各茶种的特征吧。

经过焙煎产生焦香味的  
茶香气。这是日本茶在  
“入火”的制作过程中  
形成的焙煎焦香味，也  
可以用专业用语“火香  
(HIKA)”称之。

焙火香



焙茶



玄米茶



炒茶

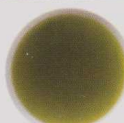
图表为大致的标准状态，茶风味与茶香气  
也会因商品或沏茶方式而异，其中沏茶方  
式影响更大。用高温沏茶，苦涩味和茶香  
气较为明显；用低温沏茶，散发出的甘甜  
味较强，此处记载的是一般状态。此外，  
也有如玉露或被茶的“覆香”，或炒茶的  
“釜香”等具有独特香气的日本茶，此处  
未分类。

甘甜味

苦涩味



茎茶



粉茶



煎茶



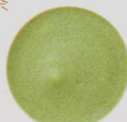
深蒸煎茶



被茶



玉露



抹茶

鲜嫩清新的香气。专业用  
语中也可以用“嫩芽香  
(MIRUMEKA)”表示  
嫩叶的茶香气。

青叶香

# 日本茶 的种类

尖针状又带有  
光泽的绿色



## 煎茶

日本人最熟悉的茶叶

せんちゃ

常见的茶汤色为清澈的黄色或黄绿色。

### 茶的特征

- 茶汤色 具清透感的黄色，偏黄绿色
- 茶香气 带清新感与清凉感的茶香气
- 茶风味 均衡良好的苦涩味与甘甜味



只要一提到茶，日本人便立刻会联想到煎茶，这是日本人最熟悉的茶。除了日本的静冈县与鹿儿岛县以外，煎茶在日本全国的茶产地皆有生产。为了和深蒸煎茶区分，也称为“普通（蒸制）煎茶”。

煎茶和深蒸煎茶的差异在于茶青的蒸煮时间。由于将蒸煮时间固定在30~40秒是一种普遍规则，因此将其称为普通（蒸制）煎茶。

叶子的颜色是深绿色。越是上等的产品，颜色越是鲜艳有光泽，叶子会呈现尖针状。茶香清爽高雅，茶中的甜味、涩味、苦味亦有极致平衡。

# 深蒸煎茶

以鲜艳的茶汤色和圆滑柔顺的风味为特征

小かむしせんちゃ

与普通（蒸制）煎茶相比，茶青的蒸煮时间多出2~3倍，因此称为深蒸煎茶。

由于蒸煮时间长，因此能够抑制茶中原本的苦涩味，转换成圆滑顺的风味。此外，制作过程中容易粉碎，和普通（蒸制）煎茶相比，粉状叶或纤细的叶子较多。

除了日本的静冈县、鹿儿岛县、三重县以外，日本全国各地的茶园皆有生产，在煎茶的生产量中深蒸煎茶约占七成。

此外，还有使用更长时间蒸煮制作的茶，称为“特蒸茶”。

茶汤色是浓郁、鲜艳的绿色。因为有许多纤细的茶叶或粉，因此比普通（蒸制）的煎茶略微混浊。

## 茶的特征

- 茶汤色 深绿色，浓度浓
- 茶香气 带有深度的茶香气
- 茶风味 苦涩味偏淡，口感圆滑柔顺



茶叶又软又细

