素敵なあなたに

coffee now

No195 − No206

2000

KYOWA'S COFFEE

発行/2000年6月1日
編集/共和食品株式会社本社企画室
京都府久世郡久御山町田井新荒見100　☎0774(43)6369

素敵なあなたに

coffee now

1

2000 January

KYOWA'S COFFEE

発行/2000年1月1日
編集/共和食品株式会社本社企画室
京都府久世郡久御山町田井新荒見100　☎0774(43)6369

新年おめでとうございます

★昨年はキョーワーズコーヒーをご愛顧いただき、ありがとうございました。今年も世界から選りすぐりの味わいと香りをお届けします。2000年も、キョーワーズコーヒーをどうぞよろしくお願いします。
★さて、記念すべき新千年紀の始まりに、「素敵なあなたに」も装いを一新。コーヒーのまめ知識やコーヒーと健康の関わり、コーヒー産出国の行事など、多彩な話題をご紹介します。

■コーヒーまめ知識

ご存知ですか？ 味と香りを表す用語

★コーヒーは専門の風味鑑定士によってカップテストが行われ、品質が決定されます。カップテストでは、中炒り・中挽きのコーヒーの粉10gに100ccの熱湯を注いでコーヒー液を作り、液を口に含んで風味をチェック。所定の手順に従って酸味(ACID)、苦味(BITTER)、甘味(SWEET)、コク(味の深み、BODY)などの項目を検査して行きます。また、その際に使われる風味を表す用語の幾つかは、コーヒー通の間でもよく使われます。例えば、「リッチ」は芳醇な風味、「メロウ」はバランスのとれた風味、そして、「ニュートラル」はソフトな風味。また、完熟豆の甘味を感じる風味を「フルーティー」、コーヒー液の美しい琥珀色を「セピア」などと表現します。

■Healthy Information

コーヒーは昔クスリだった

★コーヒーの効果に関する最古の文献は、約1000年前にイスラムの医師ラーゼスによって書かれたもの。胃に効く薬として紹介しています。実際、古代や中世には、コーヒーは薬として飲まれていたようです。一方、オランダ人によって日本にコーヒーが伝えられたのは江戸時代。当時の文献『蘭療法』にも、コーヒーには利尿作用をはじめとするさまざまな効果があると記されています。もちろん現在も、コーヒーは健康に良いさまざまな作用を持つ飲み物として知られています。世界有数のコーヒー消費国である北欧の人々 の平均寿命が長いのも、コーヒーの作用に何か関係があるのかも知れませんね。次回は、脳の活性化や風邪予防に役立つコーヒーの働きをご紹介します。

■In the coffee country・イエメン

1月9日は断食明けの祭典

★コーヒー発祥の地・イエメンは、敬虔なイスラム教徒の国。1年354日のイスラム暦によって、さまざまな儀式や祭りの日取りが決められます。その中で最も重要視されている行事のひとつが、イスラム暦の第9月(ラマダーン)に行われる30日間のサウム(断食)。人々は日の出から日没まで、水を含めて一切の飲食物を口にせず、喫煙も、唾を飲み込むことさえ禁じられています。そして、第10月の1日には、務めを成し遂げたことを感謝し、イード・ル・フィトルと呼ばれる断食明けの祭典を行います。イスラム暦1420年の断食が始まったのは昨年の12月9日。つまり、西暦2000年の1月8日は断食の最終日、9日は断食明けの祭典の日にあたるのです。
★祭典の日、人々は日の出から正午の間に祝賀の礼拝に参加します。礼拝では「アッラーは偉大なり」と斉唱しながら礼拝を捧げ、主導者(イマーム)が説教を行います。また、イスラム社会では、貧困者が放置されないようにすることは人々の重要な務めだとされているため、すべての人は断食明けの前か断食明けの日の礼拝の前に、貧しい者に自分ができる範囲で施しをするように求められています。この行為はザカート・ウ・フィトルと呼ばれ、「断食もその後の施しがなくては、アッラーに認められない」とされています。イスラムの人々にとって断食は、食物の有り難みを再認識し、社会の連体意識を高める大切な機会でもあるようです。
次回は、リオのカーニバルをご紹介します。

■今月のおすすめアイテム

イスラムの祭に思いをはせて香り高いモカを味わう

コーヒーのふるさと・イエメンのバニーマタル地方で採れる特選モカは、2000年の幕開けにふさわしい逸品。マタリ(100g・600円)、モカマタリ(100g・530円)の独特の豊かな香りを、ぜひお楽しみください。

必見!

キョーワーズコーヒー・ホームページ

おいしい情報、楽しい情報など、フレッシュなニュースがいっぱい。「Mr.ビーンズのこだわりCOFFEE HOUSE」にぜひアクセスしてください。
http:/www.kyowas.co.jp.

No.196

素敵なあなたに

coffee now

2

2000
February

コーヒーでホットひといき

★2月4日は立春。暦の上ではそろそろ春ですが、いまが一年でいちばん寒い時季でもあります。風邪などひかないように寒さ対策はしっかりと。温かなコーヒーで、ホットなひとときを楽しんでください。さて、今月もコーヒーのまめ知識やコーヒーの効能、さらに赤道直下のタンザニアから、サバンナの動物たちの話題をお届けします。

■コーヒーまめ知識

炒り方で風味は大きく変わります。

★コーヒーの風味を大きく左右するのが、生豆をロースターで炒る焙煎のプロセス。炒ることによって生豆の持ち味が最大限に引き出され、芳醇な香りが生まれるのです。焙煎の度合いは大きく分けて、浅炒り、中炒り、深炒りの三段階。一般に焙煎が浅いほど酸味が際立ち、深いほど苦味が強くなります。また、専門家の間ではライト、シナモン、ミディアム、ハイ、シティー、フルシティー、フレンチ、イタリアンの八段階の区分が用いられ、この区分でいえば、エスプレッソコーヒーはイタリアン、アメリカンコーヒーはシナモンに相当します。

■Healthy Information

コーヒーで頭脳の働きを活性化

★眠い時にコーヒーを飲んで頭がすっきりしたという経験がきっとあるはず。これは、コーヒーのカフェインが大脳を刺激して、知覚機能を高めるから。東京大学での実験では、カフェインによって計算力を高めることも実証されています。また、コーヒーの香りが大脳の右半球の血液の流れを促進して脳の動きを活発化することや、苦味が中枢神経に働いて眠気を防止することもわかっています。さらに、カフェインには副交感神経に作用して風邪を早く治す働きもあるとか。受験生や夜遅くまで働く方にとって、コーヒーは頼もしい相棒になりそうです。ちなみに、コーヒー豆からカフェインをしっかり引き出すには、抽出時間を長めにするのがポイント。眠気覚ましに効く苦めのコーヒーには、やはりフレンチローストやイタリアンローストがおすすめです。

■In the coffee country・タンザニア

サバンナはヌーの出産ラッシュ

★アフリカの最高峰・キリマンジャロがそびえるタンザニアの2月は小雨期の後の乾期。マサイの言葉で“果てしない平原”という意味を持ち、世界遺産に登録されているセレンゲティ国立公園では、ヌーの出産シーズンの真っ盛りです。ヌーはウシカモシカとも呼ばれ、ウシの角、ヤギのヒゲ、ウマのたてがみと尻尾を持つ不思議な動物。セレンゲティには200万頭が棲息するといわれています。また、生まれた子どもたちが歩けるようになる4月頃から始まるのがヌーの大移動。隣国・ケニアのマサイマラ保護区に向かって、草原を埋めつくさんばかりの群が移動。10月頃にまたセレンゲティに戻ってきます。この他、インパラ、ガゼル、シマウマなどの大形草食動物が多いのもセレンゲディの特徴。草食動物を狙うライオンも2千頭以上が確認されています。

★一方、南北16km、東西19kmのクレーターの底にあるンゴロンゴロ自然保護区も世界遺産に登録されている野生動物の宝庫。外輪山に囲まれた特殊な地形のため、ありのままの自然が残り、東アフリカの動物のほとんどが見られます。とりわけ、角を目当てにした密猟で激減しているクロサイはここの目玉。木に登るライオン、湖をピンクに染めるフラミンゴの群やカバなど、他所では目にする機会が少なくなった動物も比較的容易に見ることができます。

KYOWA'S COFFEE

発行/2000年2月1日
編集/共和食品株式会社本社企画室
京都府久世郡久御山町田井新荒見100　☎0774(43)6369

（訂正）
1月号で予告しましたリオのカーニバルは、開催日の関係で3月号でご紹介させていただきます。

■今月のおすすめアイテム

大自然に思いをはせて ぜひタンザニアが誇る逸品を

名峰キリマンジャロの裾野の広大な農園ではいま、雪のように白いコーヒーの花が咲き、甘い香りが漂っています。そんなタンザニアの農園からキョーワーズコーヒーが選りすぐったのは、「特選キリマンジャロ（100g・430円）」と「キリマンジャロA.A.（100g・400円）」。芳醇な香りとなめらかなコク、独特の甘酸っぱい味わいを、ぜひ上級品質の豆でご堪能ください。

必見!

キョーワーズコーヒー・ホームページ

おいしい情報、楽しい情報など、フレッシュなニュースがいっぱい。「Mr.ビーンズのこだわりCOFFEE HOUSE」にぜひアクセスしてください。

http:/www.kyowas.co.jp.

No.197

素敵なあなたに

coffee now

3

2000 March

KYOWA'S COFFEE

発行/2000年3月1日
編集/共和食品株式会社本社企画室
京都府久世郡久御山町田井新荒見100　☎0774(43)6369

あたたかなコミュニケーション

★とりどりの花たちが美しさを競い合う春はまた、出合いと別れの季節でもあります。進学、就職、転勤など、お世話になった方々へのお礼やお祝いに、コーヒーギフトはいかがでしょう。きっと、贈る人の温かな気持ちが伝わるはずです。さて、今月もコーヒーのまめ知識や健康情報、さらに地球の裏側、南米・ブラジルから、陽気なカーニバルの話題をお届けします。

■コーヒーまめ知識

挽き方も大切なのです

★コーヒー豆は細かくグラインド(粉砕)すればするほど抽出効率が良くなります。でも、"よく出た"コーヒーが必ずしもおいしいとは限りません。豆の風味を上手に引き出すには、抽出方法・器具に適した挽き方にすることが大切なのです。グラインドの度合いは通常、粗挽き、中挽き、細挽き、極細挽きの四段階。一般に、ペーパーやサイフォンを使う場合は中挽き、ウォータードリップなら細挽き、エスプレッソには極細挽きを使います。また、一旦グラインドした豆は。時間の経過とともにどんどん香りが飛んでしまいます。挽いた豆は、できるだけ早めに使い切るようにしてください。

■Healthy Information

"春眠"には目覚めの一杯を

★朝、一杯のコーヒーですっきりと目が覚めるのは、カフェインが心臓の働きを活発にして血行を良くするから。低血圧気味の方には、血圧を正常値まで高めて、活動的な朝を応援します。その一方で、毛細血管を広げて血液の流れをスムーズにするのもコーヒーが持つ独特の作用。高血圧の方には、カフェインは血圧を低く保つように働くのです。また、コーヒーの香り成分には、自律神経のバランスを整える働きもあるとか。"暁を覚えない"春の朝に、そして何となく体調がすぐれない季節の変わり目にも、温かいコーヒーは頼もしいパートナーとなってくれそうです。

■In the coffee country・ブラジル

町中にあふれるサンバのリズム

★南半球にあるブラジルでは11月から4月までが夏。亜熱帯地域に属し、最高気温が連日38〜40℃にもなるリオデジャネイロでは、3月4日から8日の明方にかけての5日間、リオのカーニバルが開催されます。カーニバル(謝肉祭)は本来、四旬節前の土曜日から水曜日の朝にかけて行われるお祭りで、世界のカトリック教国で祝われます。しかし、リオのカーニバルは群を抜いて情熱的かつ熱狂的。世界中から見物客が押し寄せ、カーニバルの間、町の人口は2倍とも3倍ともいわれるほどに膨れ上がります。

★期間中は町のあちこちでサンバや仮装パレードが見られますが、とりわけ盛り上がるのがサンバ学校によるコンクール。リオに数百あるといわれるサンバ学校のうちトップクラスの18校が出場し、独創性、華やかさ、チームワークの良さなどを競い合います。チームのメンバーはその多くがファベイラと呼ばれる貧しいエリアに住む人々。しかし、年に一度の名誉ある晴れ舞台のために、日夜練習に励み、収入の多くをつぎ込んで巨大な山車や華麗な衣裳、サンバの新曲を用意します。

★コンクールが行われるのは、カーニバル期間中の日曜・月曜の夜から翌朝にかけて。1チームあたり4000名の踊り手が、1時間20分の持ち時間いっぱいに舞い踊る姿に、町中は興奮のるつぼと化します。また、優勝したチームのサンバの新曲はブラジル中で大ヒットするとか。人々のコンクールへの熱中度がよくわかります。

次回は、ハワイのフラの祭典をご紹介します。

■今月のおすすめアイテム

カーニバルのサンバのように 個性を競うブラジル発の3つの味わい

キョーワーズコーヒーがコーヒー王国ブラジルでセレクトしたのは、個性豊かな3タイプの豆。強い甘味とやわらかな酸味が調和した希少価値の高いこだわりの品種が「特選ブラジル(100g・430円)」。そして力強いコクとどこか懐かしい甘い香りが人気の「有機栽培ブラジル(100g・450円)」。さらにほどよい苦味であさっぱりした味わいの「ブラジルサントス(100g・390円)」。陽気なサンバのCDでも聴きながら、お好みのテイストを楽しんでみてはいかが?

必見!

キョーワーズコーヒー・ホームページ

おいしい情報、楽しい情報など、フレッシュなニュースがいっぱい。「Mr.ビーンズのこだわりCOFFEE HOUSE」にぜひアクセスしてください。

http:/www.kyowas.co.jp.

No.198

素敵なあなたに

coffee now

4

2000 April

KYOWA'S COFFEE

発行/2000年4月1日
編集/共和食品株式会社本社企画室
京都府久世郡久御山町田井新荒見100　☎0774(43)6369

コーヒーで新しい一日をスタート

★この4月から新しい生活を始めるという方も多いのではないでしょうか。ちょっぴり緊張する初出勤や新学期の朝は、一杯のコーヒーがあなたの味方。豊かな香りと味わいが気持ちをリラックスさせ、フレッシュなパワーを与えてくれることでしょう。さて、今月もコーヒーのまめ知識や健康情報、さらに常夏の島・ハワイからフラの祭典の話題をお届けします。

■コーヒーまめ知識

理想の味を追求するブレンド

★苦味が強い、酸味が強い、香りが高いなど、コーヒー豆は銘柄ごとに特徴を持っています。そんな異なる豆どうしを組み合わせて、よりバランスのとれた味わいや、個性の相乗効果による厚みのある味わいをつくり出すのがブレンド。一般的なブレンドコーヒーの場合は、3〜5種類の豆が配合されています。しかし、コーヒー豆はさまざまな条件によって味わいが微妙に変化します。そのため、決まった銘柄の豆を同じようにブレンドしてもいつも同じ味になるとは限らず、ブレンダーはクオリティと味わいを一定に保つため、銘柄や配合割合を細かに調節しているのです。

■Healthy Information

善玉コレステロールが増加！

★これまでコーヒーには中性脂肪を増加させる作用があり、動脈硬化などを促進させる恐れがあると思われていました。しかし、最近の研究によってコーヒーは決して中性脂肪を増加させないだけでなく、成人病予防にむしろプラスの効果が期待できることがわかってきたのです。東京慈恵医大の実験では、コーヒーの飲用とともに「高密度リポタンパク(HDL)」と呼ばれる善玉コレステロールが増加。HDLには余分なコレステロールを代謝する働きがあり、動脈効果の予防に有効だといわれています。春の健康診断などで気になる結果が出た方は、食生活の改善や運動と一緒に、コーヒーを楽しむリラックスタイムを毎日の暮らしにうまく取り入れてみてはいかがでしょう。ただし、お砂糖、ミルクは控えめに…。

■In the coffee country・ブラジル

偉大なる王をしのぶフラの祭典

★最近のウクレレ・ブーム、ハワイアン・ポップス人気の影響でしょうか、日本でもフラを習う人が増えているそうです。フラ(hula)とは、ハワイの言葉で“踊り”のこと。近代以降に作られたモダンなフラ・アワナ(awana)と、民俗古来の荘厳なフラ・カヒコ(kahiko)があり、それぞれにまったく異なる雰囲気を持っています。例えば、アワナの踊り手が笑顔を振りまくのに対して、カヒコの踊り手の表情は真剣そのもの。フラが本来はカラと呼ばれる女神への捧げものであることを強く感じさせます。

★そのためでしょうか、一時は原住民の野蛮な踊りだとして、フラが宣教師に禁止されたことがありました。これを復興させたのがカラカウア王。毎年イースターの日曜から1週間は、王をしのび、王の愛称である「メリー・モナーク」を名に冠したフラの祭典が、ハワイ島で盛大に開催されます。

★祭典のハイライトは後半3日間のフラ競技大会。初日は女性のソロ、2日目・3日目は男女別のグループが出場し、カヒコの部とアワナの部で競います。また、レベルの高いこの祭典に出場できること自体が踊り手たちにとってはたいへんな名誉であり、女性ソロ部門のチャンピオンは最終日のパレードで沿道から盛んに祝福が送られます。今年のメリー・モナークは4月23日から。普段は静かなヒロの町も、大勢の人々で賑わうことでしょう。

次回は、グァテマラの守護神を奉るお祭りをご紹介します。

■今月のおすすめアイテム

ハワイアンのCDを聴きながら楽園の香りのコーヒーを！

ハワイ諸島の中でも、とりわけ美しい自然で知られるカウアイ島。近年リゾート通に注目されるこの島の近代的な農園で、丹精こめて作られるブルボン種の最上級品が「特選ハワイ・カウアイ・エステートリザーブ(100g・650円)」です。上品で芳醇な香り、酸味をおさえたマイルドな口当たりは、ゆったりとしたいやし系のハワイアンミュージックの調べにぴったり。目を閉じれば、楽園のコーヒータイム気分にひたれることまちがいなしです。ぜひお試しを。

必見!

キョーワーズコーヒー・ホームページ

おいしい情報、楽しい情報など、フレッシュなニュースがいっぱい。「Mr.ビーンズのこだわりCOFFEE HOUSE」にぜひアクセスしてください。

http:/www.kyowas.co.jp.

No.199

素敵なあなたに

coffee now

5

2000 May

KYOWA'S COFFEE

発行/2000年5月1日
編集/共和食品株式会社本社企画室
京都府久世郡久御山町田井新荒見100　☎0774(43)6369

風香る季節は屋外でコーヒーブレイク！

★若葉の緑がきれいな季節になりました。こんなシーズンはいつもと少し気分を変えて、屋外でのコーヒータイムはいかがでしょう。ベランダに椅子を出したり、ポットにコーヒーを入れて近くの公園や河原に出かけたり…。梢をわたる風とコーヒーの豊かな香りが、とびっきりのリラックスタイムを演出します。さて、今月もコーヒーのまめ知識や健康情報、さらに、中米・グアテマラから世界一美しい湖やお祭りの話題をご紹介します。

■コーヒーまめ知識

カップの形にも意味があります

★コーヒーカップは一般的に口がそれほど広くなくある程度の深さがあり、材質も厚めの陶器や磁器になっています。これは、コーヒーが冷めるのを極力防ぐため。紅茶の色を楽しむティーカップに口が広く、浅いものが多いのとは対照的です。また、サイズがバラエティに富んでいるのもコーヒーカップの特徴。容量200cc位のカップが最もポピュラーですが、デミタスは100cc以下で、エスプレッソやディナーの後のデザートタイムなどにぴったりです。また、モーニングカップなら容量は300cc以上。アメリカンやカフェオレなどをたっぷり楽しむときに便利です。お好みのカップを幾つか用意しておけば、コーヒーライフもぐんと充実しそうですね。

■Healthy Information

ほっと一杯でストレス解消

★忙しい毎日、休憩時間などに飲む一杯のコーヒーに、「ほっ」とした経験はどなたにでもあると思います。これは、コーヒーに人をリラックスさせる作用があるため。コーヒーの香り、苦味、酸味、そして温かさは、心にゆとりを与え、イライラを取り去る働きがあるといわれています。ある大学の実験ではコーヒーの香りが感情をコントロールする右大脳半球を活性化すること。さらに、休息時にはリラックス効果、活動時には能力を高める働きがあることがわかっています。ちなみにコーヒーの香りの効果は女性のほうが顕著に現れるとか。くつろぎたい時にも、がんばりたい時にも、一杯のコーヒーは頼もしいパートナーといえそうです。

■In the coffee country・グアテマラ

インディヘナの伝統を受け継いで

★グアテマラは、紀元前17世紀から紀元後9世紀にかけて古代マヤ文明が栄えた地。今もマヤ系住民が国の人口の56%を占め、独特の文化を継承しています。とりわけ、南部山岳地帯はマヤ系インディヘナの集落が多く点在するエリア。「永遠の春」とよばれる穏やかな気候の中、人々は素朴な暮らしを営んでいます。

★そんな南部山岳地帯に横たわるのが「世界で最も美しい湖」といわれるアティトラン湖。最近はマリンスポーツの愛好家に人気のスポットですが、湖の周囲には13のインディヘナの集落があり、集落ごとに色柄の違うウィピルと呼ばれる民俗衣裳など、独特の文化を身近に感じられる場所でもあります。

★同じ南部山岳地帯にあるアマティトラ湖を舞台に開催されるのがサンタ・クルスとニーニヨ・デ・アトチャと呼ばれる守護神を奉るお祭り。グアテマラの行事に欠かせない花火をはじめ、民俗楽器の演奏やお面をつけて踊る民俗舞踊が見られるそうです。もっとも、グアテマラは“通常の日より祝日のほうが多い”といわれるほど、お祭りや行事が豊富な国。マヤの伝統的な行事、スペインの影響を受けたもの、インディヘナの各集落独自の小さなお祭りなど、各地で実に多種多彩なイベントが見られます。また、特別なお祭りでなくても、アティトラン湖での洗礼の儀式など、心が豊かになるような光景にふと出くわすのもグアテマラの魅力です。

次回は、ペルーの太陽の祭りをご紹介します。

■今月のおすすめアイテム

自然に優しいコーヒーの香り

国土の大半が森林という緑豊かなグアテマラから、キョーワーズコーヒーがお届けしているのは「グアテマラ（有機栽培）100g・480円」。古来の自然な環境を大切に、地力を高める基本に栽培された優しいおいしさが特長です。やわらかなコクと甘い香りを、ぜひ新緑をわたる風の中で味わってください。

必見!

キョーワーズコーヒー・ホームページ

おいしい情報、楽しい情報など、フレッシュなニュースがいっぱい。「Mr.ビーンズのこだわりCOFFEE HOUSE」にぜひアクセスしてください。

http:/www.kyowas.co.jp.

素敵なあなたに

No.200

coffee now

6

2000 June

みなさまのおかげです。祝・200号！

★「素敵なあなたに」は今回が記念すべき第200号。これも皆様のおかげです。心からお礼申し上げます。これからも、より楽しい情報や役立つ情報をお届けできるよう一層頑張って参ります。どうか変わらぬお引き立てのほどをお願いします。さて、今月もコーヒーのまめ知識や健康情報、さらに、南米・ペルーから、南米三大祭りのひとつに数えられる「太陽の祭り」の話題をご紹介します。

■コーヒーまめ知識

水にこだわって、さらにおいしく

★水はミネラル分の含有量などから算出される「硬度」によって硬水と軟水に分けられます。一般にそのまま飲んで最もおいしく感じるのは硬度100前後の中硬水だといわれていますが、コーヒーにはミネラルの含有量が少ない軟水がおすすめ。これは、ミネラル分がコーヒーのタンニンと結びついて味に悪影響を与えるためです。また、ある程度の二酸化炭素を含んでいる水のほうが、豆の味わいと香りをよく引き出します。そのため、湯沸器のお湯や二度沸かしのお湯、保温ポットで長時間沸騰し続けたお湯などは、二酸化炭素が蒸発しているのでコーヒーには不向き。面倒でも新鮮な水を、沸かして使うようにしましょう。

■Healthy Information

コーヒーのダイエット効果

★衣がえの時季を迎え、ボディラインが気になる頃。コーヒーにダイエット効果があることをご存知でしょうか？　京都府立医科大学の研究によると、カフェインは身体の熱産生を促進して安静時の代謝量をアップ。肥満の原因となる、白色脂肪を分解するそうです。また、カフェインには血流を促進して心臓の働きを活発にする働きもあり、適度な運動をすれば皮下脂肪が効率良く燃焼されることもわかっています。コーヒーはブラックで飲めばカロリーゼロ。たっぷりの水分補給が必要なこれからの季節、ダイエット中の方は、ブラックでおいしい好みの品種を見つけるのもいいかもしれません。ただし、飲み過ぎにはくれぐれもご注意を。

■In the coffee country・ペルー

アンデス最大のインカの祭り

★ペルー南部のクスコは、かつてインカ帝国の首都がおかれていたところ。カミソリの刃一枚も通さないといわれるほど精密なインカ時代の石組みが街の随所に見られ、郊外には謎の“空中都市”マチュピチュをはじめとするインカの遺跡が残っています。

★そんなクスコ近郊の遺跡のひとつ、サクサイワマンを舞台に6月下旬に開催されるのが「インティ・ライミ」。インティとは「太陽」の意で、その年の収穫を太陽に感謝するインカの伝統的な祭りです。インカの時代には、皇帝が7日間の断食を行って身を清め、その後に盛大な儀式が執り行われたそうです。

★クスコでは6月半ばから祭りの準備が進められますが、開催日が近づくにつれ興奮が高まり、前夜祭で最高潮に達します。夕方から祭り当日の明け方にかけて、さまざまなグループが音楽に合わせてパレードする様は南米ならでは。日ごろの練習の成果を見せるべく、誰もが情熱的に踊ります。

★当日の儀式は、一般市民から選ばれた皇帝役の人がクスコ市長に皇帝の杖を下賜するところからスタート。午後には小高い丘の上にあるサクサイワマンに移動し、再び音楽と踊りが披露されます。そして、太陽が西へ傾く頃、皇帝はいけにえのリャマを太陽に捧げて翌年の収穫を占い、祭りは幕を下ろします。

次回は、中央アフリカの小国・ブルンディをご紹介します。

KYOWA'S COFFEE

発行/2000年6月1日
編集/共和食品株式会社本社企画室
京都府久世郡久御山町田井新荒見100　☎0774(43)6369

■今月のおすすめアイテム

ブラックでまろやか 有機栽培ペルーを召し上がれ

おいしいお水で淹れて、ブラックで楽しまれるなら、ぜひ「ペルー（有機栽培）100g・450円」を。ペルーの大自然の中、環境にやさしい農法で栽培されたキョーワズコーヒーのおすすめです。刺激のないやわらかな酸味と甘味が心地よく、香り高い味わいにきっとご満足いただけるはず。

必見!

キョーワズコーヒー・ホームページ

おいしい情報、楽しい情報など、フレッシュなニュースがいっぱい。「Mr.ビーンズのこだわりCOFFEE HOUSE」にぜひアクセスしてください。

http:/www.kyowas.co.jp.

No.201

素敵なあなたに

coffee now

7

2000 July

KYOWA'S COFFEE

発行/2000年7月1日
編集/共和食品株式会社本社企画室
京都府久世郡久御山町田井新荒見100　☎0774(43)6369

コーヒーをお供に夏休みの計画を

★梅雨が明ければ、いよいよ本格的な夏。バカンスのプランはもうお決まりでしょうか？　憧れの国や街へ旅に出るもよし。アウトドアを楽しむもよし。はたまた、室内で趣味に熱中するもよし。お気に入りのコーヒーを味わいながら、じっくりと計画を立てることにしましょうか。さて、今月もコーヒーのまめ知識や健康情報、さらに、中央アフリカの小国・ブルンディ共和国の話題などをご紹介します。

■コーヒーまめ知識

コーヒーは密閉容器で保存

コーヒーのおいしさを損なう大きな要因は酸素。コーヒーは酸素にふれると酸化し、また、せっかくの香りも逃げてしまいます。これを防ぐには、できるだけ気密性の高い容器に入れ、低温・低湿で暗い場所に保存するのがいちばん。できれば蓋がネジ式の容器に入れ、使うごとに必ず蓋をしっかりと閉じるようにしましょう。また、コーヒーは吸湿性・吸香性ともに高い食品ですので、冷蔵庫に入れる場合は庫内の他の食品の影響を受けないように注意してください。一般に、コーヒーは豆の状態で密閉容器に保存するとおよそ1ヶ月は新鮮さが保たれるといわれます。しかし、グラインド（粉砕）した状態で保存するなら、1週間程度で使い切れる量をこまめに購入するのがおすすめ。いつも新鮮なコーヒーをお楽しみください。

■Healthy Information

コーヒーがガン予防に効く！？

★さまざまな病気や老化の原因として、いま医療関係者や研究者の注目を集めている活性酸素。実はコーヒーには、クロロゲン酸、カフェイン酸、フェルラ酸など、この活性酸素の過剰な発生を抑えるといわれる成分も含まれているのです。実際、愛知県がんセンターの調査によると、コーヒーを1日に1～2杯飲む人の胃ガンにかかる危険度は、まったく飲まない人の3分の2。さらに、1日に3杯以上飲む人は直腸ガンになりにくいという分析結果も報告されています。しかし、いくら予防効果があるとはいっても、無理をしてたくさん飲むのは考えもの。健康のためには、適量を、楽しみながら飲むのがいいですね。

■In the coffee country・ブルンディ

王国の誇りを表す太鼓の音

★ブルンディ共和国は。コンゴ、ルワンダ、タンザニアと国境を接する面積約2万8千㎢の小国。南緯3°～4°の赤道直下に位置しますが、標高は最も低いタンガニーカ湖岸でも782m。大半が標高1500m以上の高原にあるため、年間平均気温は19℃前後で、アフリカのスイスとも呼ばれています。

★5年にわたる民族独立運動の結果、ブルンディが立憲君主国として独立したのは1962年7月1日。国際連盟の委任統治領時代など、さまざまな変遷があるものの、ずっと14世紀ごろにエチオピアから南下したトゥチ族の王が治める王国でした。

★そして独立記念の式典に参加したのが、“太鼓の国”とも呼ばれるブルンディのドラム演奏者たち。王国時代のブルンディでは、種まきや王の戴冠式といった王朝の儀式では、必ず太鼓の演奏や踊りが披露されたと伝えられています。また、儀式で演奏された太鼓は聖なるドラムと呼ばれ、王家のシンボルとして繁栄と豊穣、国の平和を表すものだった

そうです。

★現在、ブルンディの国情は安定しているとはいえません。しかし、鮮やかな色調の民族衣裳をまとったドラマーたちが、30kgもある太鼓を頭上に乗せてたたいたり、激しい踊りをまじえながら大小20個もの太鼓を自在に叩くドラム芸能は、今も大切に伝え継がれていることでしょう。

次回は、ジャマイカをご紹介します。

■今月のおすすめアイテム

おいしさに太鼓判！の ブルンディコーヒーです

小国ブルンディの高地で自然栽培され、ていねいに手摘みされるブルンディコーヒー。強いコクと程よい酸味が調和したマイルドな口あたり、後味の良さに、キョーワズコーヒーは「特選」の折紙をつけました。夏におすすめの力強くすっきりした味わいを、ぜひお試しください。（100g・430円）

必見！

キョーワズコーヒー・ホームページ

おいしい情報、楽しい情報など、フレッシュなニュースがいっぱい。「Mr.ビーンズのこだわりCOFFEE HOUSE」にぜひアクセスしてください。

http:/www.kyowas.co.jp.

No.202

素敵なあなたに

coffee now

8

2000 August

KYOWA'S COFFEE

発行/2000年8月1日
編集/共和食品株式会社本社企画室
京都府久世郡久御山町田井新荒見100　☎0774(43)6369

コーヒーと一緒に楽しい時間を

★夏休みは、懐かしい友人に会ったり、普段は離れて暮らす家族・親戚と顔をあわせるチャンス。積もる話や、和やかなひとときのお供には、キョーワズコーヒーをどうぞよろしく。豊かな香りと味わいが気分をリラックスさせ、特別な時間をいっそう楽しくします。さて、今月もコーヒーのまめ知識や健康情報、さらに、ジャマイカのレゲエ・フェスティバルの話題などをご紹介します。

■コーヒーまめ知識

アウトドアでコーヒー

★キャンプなどのアウトドアでコーヒーを楽しむとき、最も本格的で雰囲気も抜群なのがパーコレーター。アメリカで開拓時代から使われてきた伝統的な抽出器で、直接火にかけて必要な人数分を一度にいれられるのがメリットです。ただし、かさばりますので、荷物をできるだけ少なくしたい場合は、キョーワズコーヒーの「フィルターイン」や「コーヒーバッグ」がおすすめ。どちらもお湯さえ沸かせば、手軽にレギュラーコーヒーを楽しむことができます。ブレンドがありますので、いろいろと飲み比べてみるのも楽しいかもしれません。また、せっかく自然の中でコーヒーを飲むのですから、できればアルミのカップなどでアウトドア気分をアップ。当たり前ですが、抽出後のコーヒーやゴミの後始末はきちんとお願いします。

■Healthy Information

コーヒーで暑気払い！

★コーヒーに含まれるカフェインにはさまざまな効能があると言われていますが、暑い季節にまず注目したいのが消化促進作用。胃液の分泌を盛んにして消化を促進し、暑さで弱り気味の胃をサポートしてくれます。油っこい料理を食べた場合には、胃もたれを防ぐ働きもありますので、スタミナたっぷりの料理にもぴったり。栄養バランスの良い食事の後に一杯のコーヒーを飲むというのが、夏バテ防止に最適です。さらに、カフェインには、代謝のメカニズムを活発にして疲れをとる作用、利尿作用、以前にもご紹介した高血圧の人の血圧を下げる作用もあります。好みのコーヒーで暑さを吹き飛ばして、元気に夏をすごしましょう。

■In the coffee country・ジャマイカ

魂の叫びをリズムにのせて

★レゲエは1960年代にジャマイカで生まれた音楽。当時のジャマイカは独立を果たしたばかりの混乱期で、政治的メッセージや心情を独特のリズムに乗せて歌ったのが、その始まりだといわれています。当初は「反逆の唄」などと呼ばれ、ジャマイカの人々の間で演奏され、聴かれる音楽でしたが、70年代に入ってレゲエの神様、ボブ・マーレーが世界的な人気アーティストに。今では、本場ジャマイカのミュージシャンはもちろん、世界各国のポピュラー音楽にも、そのリズムが取り入れられています。

★ジャマイカでは、レゲエはいわば大衆音楽。毎日どこかのライブハウスなどで演奏され、ラジオも盛んにレゲエナンバーを流していますが、多彩なアーティストが一堂に集うフェスティバルの楽しさはまた格別。とりわけ、「サンスプラッシュ」、「サンフェス」、「スティング」は、ジャマイカの3大レゲエフェスティバルと呼ばれ、国内はもちろん海外からもたくさんの観客が押し寄せます。このうち、ジャマイカを代表する美しいリゾート地、モンテゴ・ベイで8月に開催されるのが「サンフェス」。演奏は夜通し続き、夜が更けるにつれて、ステージは白熱していきます。また、「サンスプラッシュ」は日本でも開催され、夏の恒例イベントとして定着しています。
次回はパプアニューギニアをご紹介します。

■今月のおすすめアイテム

ジャマイカといえば“ブルーマウンテンコーヒー”

高級コーヒーとして日本でもファンの多い“ ブルーマウンテン ”。ソフトで上品な酸味、素晴らしい香り、コク、甘味。すべてにバランスのとれたまろやかな味わいは、さすがにコーヒーの最高峰と讃えられるだけのことはあります。夏の夜、レゲエのCDでも聴きながら、ちょっと贅沢なコーヒータイムを過ごされてはいかがですか。(100g・1,370円)

＜その他のブルーマウンテンベースのアイテム＞
○特選ブルーマウンテン(100g・1,560円)
○特選ブルーマウンテンブレンド(100g・980円)
○ブルーマウンテンブレンド(100g・700円)
○炭焼きブルーマウンテンブレンド(100g・760円)
○ブルーマウンテン　ピーベリー(100g・1,370円)

必見!

キョーワズコーヒー・ホームページ

おいしい情報、楽しい情報など、フレッシュなニュースがいっぱい。「Mr.ビーンズのこだわりCOFFEE HOUSE」にぜひアクセスしてください。

http:/www.kyowas.co.jp.

No.203

素敵なあなたに

coffee now

9

2000
September

KYOWA'S COFFEE

発行/2000年9月1日
編集/共和食品株式会社本社企画室
京都府久世郡久御山町田井新荒見100　☎0774(43)6369

コーヒーをお供に秋をエンジョイ

★厳しかった夏もそろそろ終わり。まだしばらくは残暑が続きそうですが、朝夕にはかすかな秋の気配を感じるようになりました。これからは何をするにも絶好の季節。読書、芸術、スポーツ、レジャー、グルメなど、楽しいひとときのお供には、キョーワズコーヒーをよろしくお願いします。さて、今月もコーヒーのまめ知識や健康情報、さらに、パプアニューギニアの舞踊イベントなどをご紹介します。

■コーヒーまめ知識

炭焼きコーヒーって?

★生のコーヒー豆をロースターで煎って、味と香りを引き出すのが「焙煎」と呼ばれる工程。熱によって生豆に含まれる水分が蒸発し、300種類以上といわれる豆の含有成分が変化することで、おいしいコーヒー豆になるのです。炭焼きコーヒーとは、この焙煎の熱源に備長炭などの木炭を使ったもの。炭火の特長をいかして、時間をかけて丹念に煎ることで、深い味わいとまろやかなコクが引き出されます。キョーワズコーヒーでも、もちろん備長炭を使用。熟練の職人が季節に合わせて微妙に温度を調整し、卓越した技で絶妙な味わいとコクを引き出しています。日ごとに深まり行く秋は、深い味わいを持ったコーヒーが似合う季節。機械に頼らず、30kgごとに少量焙煎されるこだわりの炭焼きコーヒーのおいしさを、この秋、ぜひお楽しみください。

■Healthy Information

活性酸素とコーヒー

★さまざまな病気や老化の原因といわれる活性酸素は、本来は細菌などから身を守るための殺菌薬のような役目を持っています。しかし、不摂生などによって活性酸素が増えすぎると、細胞の中の遺伝子を傷つけたり、細胞膜を壊したり、さまざまな弊害が起こるのです。そこで、いま注目されているのが活性酸素を減らす成分を含む食材。コーヒーは10種類以上あるといわれる活性酸素の数種類に対して、強い消去作用を持つことが実験によって明らかにされています。また、ストレスは活性酸素を増加させる大きな要因。忙しいときほど、コーヒーでほっと一息つく心の余裕を忘れたくないものですね。

■In the coffee country・パプアニューギニア

部族の誇りを踊りに託して

★踊りとお祭りの国・パプアニューギニアでは、一年中どこかで「シンシン」が見られます。シンシンとは、ビーズや鳥の羽根などで着飾り、カラフルな化粧を施して、ときの声を上げながら激しく歌い踊る儀式。その昔は戦いの前に士気を高めるために行われたそうで、今も結婚式などの祝い事や儀式には欠かせません。

★500以上の異なった文化・風習を持つ部族が暮らすパプアニューギニアらしく、シンシンの衣裳、化粧、踊りは実に多種多彩。毎年8月、9月に中央高地のマウントハーゲンと、東部のゴロカで開催される「ハイランドショー」には、国中のシンシンのグループが集います。グループは少ないところで20名、大きな集団になると200名。大人数のグループが歌い踊る様子は、迫力満点です。

★また、極楽鳥やインコの羽根の華麗な衣族、泥で作った仮面、白いよろいなど、部族ごとの衣裳と化粧を見るのもハイランドショーならではの楽しみ。中には、ファイヤーダンスや民族間の出来事や儀式を再現する踊りを披露するグループも。年に一度の一大イベントだけあって、人々の力の入りようは格別です。ショーは午前中から始まり、夕方にはいちおう終了しますが、多くのグループの人は、それぞれの村へ帰ってからも、歌い、踊り続けるそうです。

次回はエクアドルをご紹介します。

■今月のおすすめアイテム

楽園の香りに特選の折紙付き！“パプアニューギニア”をどうぞ

地上最後の楽園といわれる南大平洋のパプアニューギニア。その豊かな自然の中で育まれたコーヒーは、強いコクと高い香りが印象的。しっかりとした味わいに、まろやかな甘味とほどよい酸味が、絶妙のバランスで調和したキョーワズコーヒーおすすめの逸品です。特選の折紙を付けて100g・550円の価値あるおいしさを、ぜひこの機会にご賞味ください。

必見!

キョーワズコーヒー・ホームページ

おいしい情報、楽しい情報など、フレッシュなニュースがいっぱい。「Mr.ビーンズのこだわりCOFFEE HOUSE」にぜひアクセスしてください。

http:/www.kyowas.co.jp.

No.204

素敵なあなたに

coffee now 10

2000 October

KYOWA'S COFFEE

発行/2000年10月1日
編集/共和食品株式会社本社企画室
京都府久世郡久御山町田井新荒見100 ☎0774(43)6369

いろんな料理と相性抜群

★味覚の秋。海のもの、山のものなどなど、多彩な旬のおいしさが味わえる季節になりました。コーヒーは、洋食はもちろん、和食や中華、エスニック料理とも相性ばっちり。料理によって、銘柄を変えるのも楽しいアイデアです。食後に、おやつタイムに、そして、ほっと一息のリラックスタイムに、香り高い一杯をどうぞ。今月もコーヒーのまめ知識や健康情報、さらに、エクアドルからガラパゴス諸島の話題をご紹介します。

■コーヒーまめ知識

最初の一口はブラックで

★コーヒー豆は、種類によって味わいや香りに特徴があります。その繊細な個性が最もよく出るのは、やはりブラックコーヒーで飲んだ時。特に初めて飲む銘柄の場合は、最初の一口はぜひブラックで飲んでみてください。コーヒーをしばらく口に含んでよく味わうようにすれば、豆の持つ個性がさらにはっきりと感じられ、好みの味と香りを見つけるのにきっと役立ちます。また、クリームと砂糖がないと飲みにくいという方は、ブラックで一口飲んでから、クリーム、砂糖を少量ずつ加え、その度に一口飲んでみるのがおすすめ。そのコーヒー豆の個性にいちばん合ったクリーム・砂糖の量がわかるだけでなく、入れ過ぎを防ぐこともできます。

■Healthy Information

食後の一杯が効果的

★食欲の秋。たっぷりグルメを楽しんだ後には、ぜひ一杯のコーヒーをどうぞ。コーヒーに含まれるカフェインには、胃液の分泌を促進する働きがあり、消化を助け、胃もたれを防ぐといわれています。また、カフェインには脂肪を分解する働きもあるので、油っこい料理を食べた後にぴったり。カロリーが気になる方にも食後の一杯はおすすめです。さらに、コーヒーには口臭を消す作用もあり、とりわけにんにくの臭い消しには効果的。ただし、クリームやミルクを入れると、消臭成分とたんぱく質が結びついて、効果が半減しますのでご注意を。

■In the coffee country・エクアドル

貴重な自然の宝庫

★エクアドルの首都・グアヤキルから飛行機で約1時間半、紺碧の大平洋に浮かぶ島々がガラパゴス諸島。英国の学者・チャールズ・ダーウィンが『種の起源』を刊行し、“進化論”を世界に広めるきっかけとなった地です。赤道直下にありながら、寒流のフンボルト海流の影響で年平均気温は24℃。今はちょうど乾期と雨期の狭間にあたり、とても過ごしやすいシーズンです。

★ガラパゴス諸島の最大の特徴はその動植物にあります。海底火山の活動によってできた島で、その上南米大陸から1000kmの大洋を隔てているため、現在生息しているのは、多くが漂流物に乗って漂着したり、暴風によって島に吹き流された種の子孫。島の生活条件に適応しながら、進化を繰り返し、固有の種が見られるようになりました。

★最もよく知られているのが、成長すると体長1mを越すゾウガメ。ちなみにガラパゴとはスペイン語でカメを表します。この他、リクイグアナ、ウミイグアナ、繁殖期には赤い喉をふくらませて求愛するグンカンドリなども、ガラパゴスならではの動物たちです。また、フンボルト海流の影響で赤道直下にもかかわらずペンギンが生息。北半球系のアシカと南半球系のオットセイが同居するのも非常に珍しい光景です。1978年、ガラパゴス諸島は世界遺産に登録されました。この貴重な自然をいつまでも大切に伝え継ぎたいものです。

次回はメキシコをご紹介します。

■今月のおすすめアイテム

ご存知でしたか？ ガラパゴス・サンクリストバル島のコーヒー

サンクリストバル島はガラパゴス諸島の県庁所在地。グンカンドリやウミイグアナが生息し、島の南部にはサンジョアキン山があります。この世界遺産に登録されている豊かな自然の中で育てられたコーヒーの特長は、強いコクと香り。甘味をたたえた酸味。『種の起源』の不思議な島の貴重な味わいを、ぜひ一度お試しください。(100g／72円)

必見!

キョーワズコーヒー・ホームページ

おいしい情報、楽しい情報など、フレッシュなニュースがいっぱい。「Mr.ビーンズのこだわりCOFFEE HOUSE」にぜひアクセスしてください。

http:/www.kyowas.co.jp.

素敵なあなたに

No.205

coffee now

11

2000 November

KYOWA'S COFFEE

発行/2000年11月1日
編集/共和食品株式会社本社企画室
京都府久世郡久御山町田井新荒見100　☎0774(43)6369

豊かな香りに心が満たされる

★季節は晩秋から初冬へ、読書や芸術鑑賞にぴったりのシーズンです。読みたかった本や画集の頁を開くもよし、お気に入りの音楽に浸るもよし。色づく並木を眺めながら、散歩を楽しむのもロマンティックです。そんな心深まる時間のお供には、キョーワズコーヒーをどうぞよろしく。温かく、香り高い一杯が、満ちたりたひとときをお約束します。さて、今月はコーヒーの豆知識やある哲学者とコーヒーにまつわるお話、さらに、メキシコの革命記念日の話題をご紹介します。

■コーヒーまめ知識

カップの正しいセッティング

★コーヒーカップをソーサーにセットする際、カップの把手を右向けにして置きますか？ それとも左向け？ 把手を右向きにするのは、アメリカ式のセッティングだといわれています。右利きの人の場合、大抵は右手でカップの把手を持ちますから、把手が右を向いているほうが好都合だといえます。一方、把手を左向けにするのはイギリス式。口に運ぶ前に、カップをソーサーの上で180°回して右手で把手を持って飲みます。クリームや砂糖を入れる場合は、スプーンでかき混ぜてからカップを回すようにします。自宅以外でコーヒーを飲む時は、アメリカ式かイギリス式かを確かめてみるのも楽しいかもしれませんね。

■Healthy Information

香りが脳を活性化

★物理学者・随筆家の寺田寅彦氏は『珈琲哲学序説』で、仕事が行き詰まった時に飲むコーヒーの効能を次のように著しています。「コーヒー茶碗の縁がまさにくちびると相触れようとする瞬間にぱっと頭の中に一道の光が流れ込むような気がすると同時に、やすやすと解決の手掛かりを思いつくことがしばしばあるようである」。コーヒーに含まれるカフェインには思考力を促進する働きがあることはよく知られていますが、コーヒーの香りにも血流を増加させ、脳の働きを活性化する作用があります。考えごとをしたい時や難しい本を読破したい時、一杯のコーヒーはとても頼もしい味方になりそうです。

■In the coffee country・メキシコ

祭とダンスの国

★メキシコの首都・メキシコシティは、「鷲がサボテンの上に止り、蛇を食べているところを選べ」というアステカの神のお告げにより築かれた街。メキシコ国旗にも、お告げの鷲、サボテン、蛇の図案が描かれています。建都当時は湖上に浮かぶ都市でしたが、スペイン軍によって湖が埋め立てられ、現在は広大な盆地となっています。

★この巨大な街の中心部、広場に建つアーチ型のドームが革命記念塔。ディアス政権の独裁に反抗して1910年に始まったメキシコ革命を記念する建物です。建物には反権力の担い手であった英雄、農民、労働者を象徴する彫刻が施され、内部にはサパタ、パンチョ、ビージャといった革命のリーダーたちが眠っています。また、併設する国立革命博物館には、革命当時のメキシコを知ることができる貴重な資料が展示されています。

★毎年11月20日は、メキシコの革命記念日。国中で講演会やパレードなどさまざまなイベントが催されます。とりわけ、メキシコ・シティの壮大なパレードは圧巻。伝統的な祭りのような神秘性はあまり感じられませんが、大勢の人が参加し、街中に華やかな雰囲気があふれます。一方、各地方で開催される無数の催しは、それぞれの土地柄を反映したものが多いとか。毎日どこかで祭が行われダンスが踊られているといわれるメキシコのこと。各地の催しでも個性豊かな舞踏が見られるのでしょうね。

次回はコロンビアをご紹介します。

■今月のおすすめアイテム

有機栽培のメキシココーヒーで晩秋の夜長を楽しんで！

革命記念日に沸くメキシコシティの標高は2280m。四季の変化が一日の朝・昼・晩にあるといわれる高山性気候で、南にはコーヒー栽培に適した地域が広がります。

数多い良質の豆からキョーワズコーヒーが選んだのは「有機栽培メキシコ(100g・500円)」。やわらかな酸味と甘味、芳醇な香りを楽しみながら、メキシコ革命をより深く知る名画「革命児サパタ」などで、晩秋の夜長を過ごされてはいかが？

必見！

キョーワズコーヒー・ホームページ

おいしい情報、楽しい情報など、フレッシュなニュースがいっぱい。「Mr.ビーンズのこだわりCOFFEE HOUSE」にぜひアクセスしてください。

http://www.kyowas.co.jp.

No.206

素敵なあなたに

coffee now

12

2000
December

忙しい時こそコーヒーブレーク

★何かとあわただしい年の暮れ。忙しさについ働き詰め、動き詰めになりそうですが、こんな時こそ、リラックスできる時間を大切にしたいものです。仕事や家事の手をちょっと休めて、お気に入りのコーヒーで「ほっ」と一息。クリスマスや冬休みの計画を立てるもよし。新世紀に思いをめぐらすもよし。温もりと豊かな香りは、気持ちを落ち着かせ、「やるぞ！」というファイトを呼び起こしてくれることでしょう。さて、今月もコーヒーの豆知識や健康情報、さらに、コロンビアのお祭りの話題をご紹介します。

■コーヒーまめ知識

専門家がコーヒーを鑑定

★「カップテスト」とは、日本酒やワインで言えば“きき酒、ティスティング”のこと。専門家が所定の手順でコーヒーの味と香り、色などを鑑定します。通常のカップテストに用いられるのは、中煎り・中挽きの10gの粉に100ccの熱湯を注いだもの。このコーヒー液を口に含んで、苦味、甘味、酸味、コクなどをチェックして行きます。この際、コーヒー液は飲み込まないのがルール。鑑定の結果は、ていねいに記録され、よりおいしいコーヒーをお届けするための貴重な資料となります。

■Healthy Information

コーヒーで酔い覚まし

★クリスマスや忘年会、新年会など、お酒を飲む機会が多いシーズン。コーヒーが酔い覚ましや、二日酔いの解消に役立つことをご存知でしょうか?お酒を飲むと、アルコールは肝臓で分解された後に体外に排出されます。しかし、肝臓の分解能力を超える量を飲んだ場合は、分解し切れないアルコールがアセトアルデヒドという物質に変化し、体内に留まります。このアセトアルデヒドが神経を刺激して不快感を及ぼしているのが二日酔いの状態。コーヒーに含まれるカフェインには、肝臓や腎臓の働きを活発にする作用があり、アルコールの分解を促進。また、利尿作用により、分解されたアルコールをすみやかに体外に排出する手助けをします。ただし、いくらコーヒーが酔い覚ましに効くとはいえ、飲み過ぎにはくれぐれもご注意を。

■In the coffee country・コロンビア

街中にあふれる音楽と踊り

★コロンビアの南西部に位置するカリは、14世紀にスペイン人によって開かれた街。長い間、地方の小都市に過ぎませんでしたが、近代以降、砂糖、コーヒー、綿花などの産業の隆盛によって街の様相は一変。わずか半世紀の間に、コロンビア第3の都市にまで発展しました。近代的な高層ビル群が建ち並ぶ街の中心地「セントロ」の様子は、モダンな都会そのもの。通りには多くの人々が行き交い、街中にエネルギッシュな躍動感があふれています。

★毎年、クリスマスから年末にかけて、このカリの街を舞台に開催されるのが「カリのフェリア」。ちなみに、フェリアとはスペイン語で“お祭り”を意味し、スペインや南米諸国では、数多くの「○○のフェリア」が開催されます。その中でも、カリのフェリアは別格。エネルギッシュな街・カリを挙げてのお祭りらしく、華やかさ、スケール、そして人々の盛り上がり方もトップクラスです。

★1週間にわたるお祭りの間は、街のあちこちでパレード、コンサートなど、多彩な催しが繰り広げられます。そして、音楽があるところに必ず踊りがあるのがフェリアの楽しさ。人々は大人も子どもも、音楽に合わせて陽気に歌い踊ります。

★さて、コーヒーのまめ知識、健康情報、コーヒー産出国のお祭りやイベントをご紹介してきた「素敵なあなたに」も今回が最終回。新世紀の第一号となる次回からは、新しい企画がお目見えします。どうぞお楽しみに。皆様よいお年をお迎えください。

KYOWA'S COFFEE

発行/2000年12月1日
編集/共和食品株式会社本社企画室
京都府久世郡久御山町田井新荒見100　☎0774(43)6369

■今月のおすすめアイテム

「コロンビア・サンアグスチン」の豊かな香りで盛り上げて。

フェリアで賑わうカリの町からバスで12時間。数百体にも及ぶ巨大な石像群で注目されているサン・アグスチン村の陽気なカフェナロたちが、昔ながらの手作業で収穫する貴重なコーヒー。キョーワズコーヒーでは、世界第2位のコーヒー生産国・コロンビアの数多い産地、銘柄から吟味した香り高い風味に「特選」の折紙をつけて、自信を持ってお届けしています。
（100g／430円）

必見!

キョーワズコーヒー・ホームページ

おいしい情報、楽しい情報など、フレッシュなニュースがいっぱい。「Mr.ビーンズのこだわりCOFFEE HOUSE」にぜひアクセスしてください。

http:/www.kyowas.co.jp.