

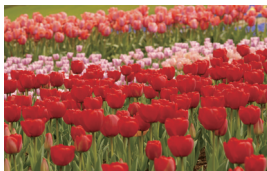
みなさまこんにちは。世界珈琲にゆーす担当の、のんです。
今年は例年に比べ、桜の開花が早くすでにお花見に行かれた方も多くいらっしゃるかと思います。「春和景明しゅんわけいめい」は春の種やかで明るい陽気を表す言葉です。

始りの季節

4月に入り温かく過しやすい日が続くようになり、すっかり春らしくなってきました。

「春」という言葉は「万物が発る(はる)」や「木の芽が張る(はる)」「天候が晴る(はる)」などの意味をもち、季節や物事の始まりを表す言葉としても使われます。

西洋でも春は始まりの季節であり、春を意味するイタリア語の「Primavera: プリマヴェーラ」やフランス語の「Printemps: プランタン」もそれぞれ「第一の」を意味する接頭語「プリ: pri-」を使用しているように春は第一の季節と考えられています。



これは農耕暦のローマ暦において、日本と同じように寒い冬が終わり、農耕を始める事ができる最初の季節として、春が年の初めとしたことに由来しています。

春になると人間だけではなく様々な生き物が姿を見せ始めます。春になり温かくなるとその声を聞き始めるウグイス。春告鳥(ハルツゲドリ)とも言われます。



鶯色というのは、実はメジロの色の事で、ウグイスは写真のように少し地味な色をしています。

春告鳥以外にも多くの別の呼び方をするウグイスですが、日本三鳴鳥の1つに数えられ、そのきれいな声から付けら歌詠鳥(ウタヨミドリ)とも呼ばれることもあります。

頭がさえるコーヒーの選び方

コーヒーの香りによるリラックス効果について先月の珈琲にゆーすでご紹介しましたが、コーヒーの香りには集中力を高める効果があることが同時に行われた研究で証明されました。

杏林大学医学部の古賀良彦教授の研究で「P300」という脳波に着目して実験を行いました。このP300は人の集中度を図る指標のことで、情報処理能力とも呼びます。

実験では被験者にヘッドホンを着用してもらい、低い音に混じってまれに聞こえる高い音が聞こえたら、なるべく早くボタンを押すという実験を行いました。

その時に、α波の時と同じ6種類の産地の違うコーヒーの香りを嗅いでもらい、それぞれのP300が出現するまでの速さ(高い音が聞こえたと脳が認知するまでの時間)つまり「情報処理の速度」を計測しました。

その実験の結果、α波の実験では効果の少なかった3種類の豆**ブラジルサントス、マンデリン、ハワイコナ**がP300が早く出現し、脳の働きを活性化させ情報処理のスピードを高める効果があることが分かりました。

逆にリラックス効果の高いことが分かったグアテマラやブルーマウンテンではP300の出現が遅いという結果になりました。



春和景明



【分類】 枇杷(びわ) バラ科 ビワ属
【学名】 Eriobotrya japonica

中国南西部原産の常緑高木。11～2月頃に白い花を付け早いものは4月頃から収穫され、初夏に最盛期を迎えます。温暖な地域での栽培が多いものの若干の耐寒性を持っているため最低気温が-10℃程度であれば栽培可能。種が大きい実が少なく思われがちですが可食率は65～70%とバナナとほぼ同じくらいである。果実は咳、嘔吐、のどの渇きなどに対して効果があり、また薬用としても知られ「大薬王樹」と呼ばれ民間薬として親しまれている。美味しいびわの見分け方としては、色が鮮やかで、張りつつやがあり全体に産毛があるものを選ぶと良いと言われています。

世界珈琲にゆーす



WORLD COFFEE

2013
4月号
February
Vol.75

発行所
株式会社
ワールドコーヒー
企画開発課

前回紹介した実験と今回の実験によってコーヒーの香りは種類によって、リラックス効果のある香りを持つものと集中力を高める香りを持つものがあるという結論が出されました。

例えば、**グアテマラ**はリラックス効果は高いが集中力を高める効果が少なく、逆に**マンデリン**はリラックス効果は少ないが集中力を高める効果は高い、という事になります。ただし、リラックス効果と脳の働きを活性化させる効果を兼ね備えるのは不可能だそうそれぞれの使い分けが大事との事です。

個人差などはあると思いますが、コーヒーを飲む際にはその時々シチュエーションに合わせてコーヒーを選んでみるのも良いかもしれません。

New アーモンドとキャラメルが香ばしい フロランタン

フロランタンは、クッキー生地キャラメルとナッツをのせ焼き上げて作るお菓子です。1533年にイタリアの商人の娘カトリーヌ・ド・メディシスが、フランス王族のアンリ2世のもとへ嫁ぐ際に、イタリアから伝えたお菓子で「フィレンツェの菓子」という意味を持ちます。菓子工房ピーベリーではクッキー生地ではなくパイ生地を使って軽くサクサクした食感を持った香ばしい味わいに仕上げ、コーヒーにもよく合うお菓子に仕上げました。



2個セット 200円

是非一度お召し上がり下さい。