

ペットボトルに入った

緑茶のカテキン類含有量



緑茶と言えば昔は急須で入れて飲むことがほとんどでしたが、今はペットボトルに入った緑茶がスーパーやコンビニで販売されており手軽に飲むことができます。また、近年は緑茶の渋みのもとであるカテキン類の機能が注目されています。そのため脂肪の吸収を抑えるなどとうたった特定保健用食品（トクホ）や機能性表示食品も販売されています。そこで日ごろから飲む機会が多いペットボトルの緑茶のカテキン類含有量についてテストしました。

テスト品

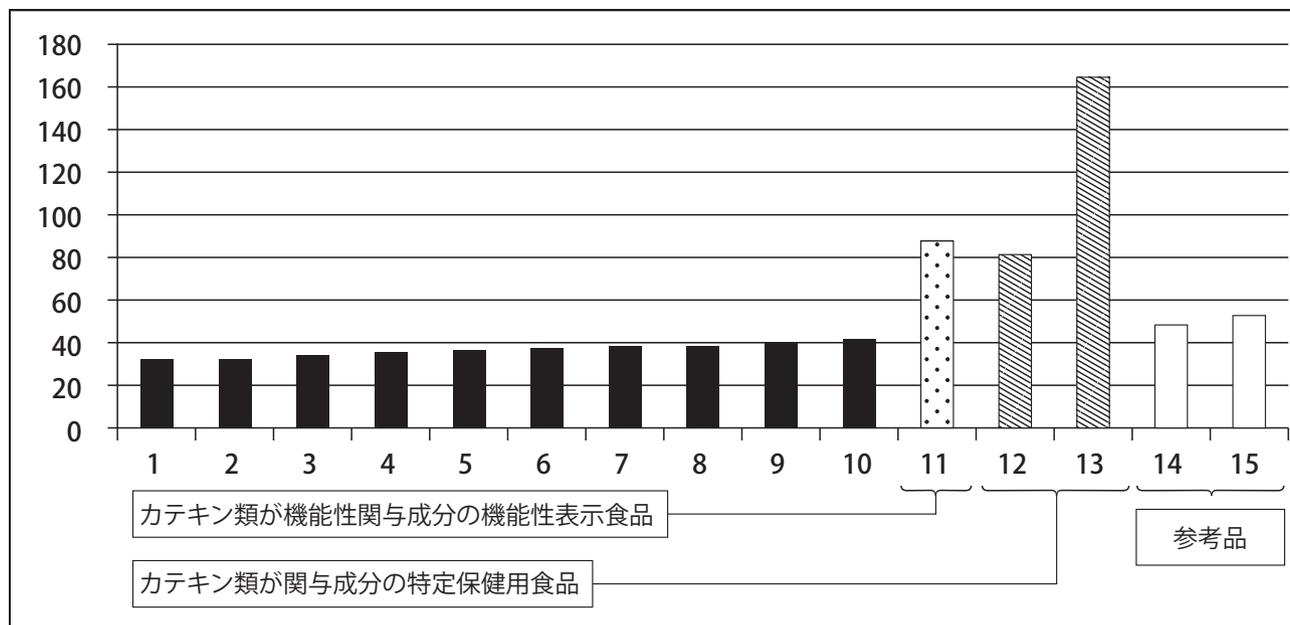
- ・緑茶（ペットボトル） 13銘柄（No.1～13）
- ・参考品
緑茶（茶葉抽出） 2銘柄（No.14、15）
※茶葉4g、湯量200mL、お湯75度、1分間抽出

テスト結果

○カテキン類含有量（100mLあたり）

最小が32mg（No.1、2）、最大が164mg（No.13）、平均53mgでした。カテキン類が関与したトクホや機能性表示食品（No.11～13）は

○カテキン類含有量（mg/100mL）



80mg以上で、他の緑茶よりも高い値でした。それ以外の緑茶は約30～40mgでした。また、参考品は48mg（No.14）と53mg（No.15）でした。

○カテキン類含有量の表示

カテキン類含有量は栄養成分表示の対象外なので任意表示です。ただし、トクホの関与成分と機能性表示食品の機能性関与成分である場合は含有量の表示が必要となります。カテキン類含有量の表示が6銘柄（No.4～6、No.11～13）にありました。このうちカテキン類が関与成分のトクホが2銘柄（No.12、13）、カテキン類が機能性関与成分の機能性表示食品が1銘柄（No.11）でした。

○テスト結果

No.	商品名	販売者等	内容量 (mL)	カテキン 類含有量 (mg /100mL)	No.	商品名	販売者等	内容量 (mL)	カテキン 類含有量 (mg /100mL)
1	おいしいお茶	(株)シジシー ジャパン	500	32	9	TOPVALU 緑茶	イオン(株)	525	39
2	生茶	キリン ビバレッジ(株)	525	32	10	SEVEN&i PREMIUM 一番摘み玉露入り 緑茶	ニッポー ビバレッジ(株)	550	41
3	綾鷹 特選茶	日本コカ・コーラ (株)	500	34	11	おーいお茶 濃い茶	(株)伊藤園	525	87
4	伊右衛門 特茶	サントリー食品 インターナショ ナル(株)	500	35	12	2つの働き カテキン緑茶	(株)伊藤園	350	81
5	おーいお茶	(株)伊藤園	525	36	13	ヘルシア 緑茶 ^a	花王(株)	350	164
平均									53
最小									32
最大									164
7	綾鷹	コカ・コーラ カスタマー マーケティング(株)	525	38	参考 品	14	うまい煎茶	(株)宇治園	48
8	国産素材 緑茶	日本生活協同 組合連合会	525	38		15	玉露入り うまい緑茶	(株)宇治園	53

まとめ

・多くのペットボトルに入った緑茶のカテキン含有量は約30~40mg/100mLでした。カテキン類が関与した特定保健用食品や機能性表示食品ではカテキン類含有量は80mg/100mL以上で一般的なペットボトルの緑茶よりも高い値でした。

・カテキン類が関与成分や機能性関与成分である特定保健用食品や機能性表示食品には「体脂肪を減らす」、「脂肪の吸収を抑える」、「内臓脂肪を減らすのを助ける」などの表示がありました。

・特定保健用食品は健康の維持増進に役立つことが科学的根拠に基づいて認められ、「コレステロールの吸収を抑える」などの表示が許可されている食品です。表示されている効果や安全性については国が審査を行い、食品ごとに消費者庁長官が許可しています。一方、機能性表示食品は事業者の責任において、科学的根拠に基づいた機能性を表示した食品です。販売前に安全性及び機能性の根拠に関する情報などが消費者庁長官へ届け出られたものです。ただし、特定保健用食品とは異なり、消費者庁長官の個別の許可を受けたものではありません。