

About

Local News

英語記事

Facebook

Webshop

Contact

tabel

Authentic Japanese wild herbal teas.

伝統茶 {tabel}

植物の力を給ふ、得る。

TABEL Co.,Ltd.

About us / {tabel}

食生活のアップデート！

管理栄養士の新田理恵を中心として、日本の食卓がもっと健やかでサステイナブルなものであるように、商品開発やサービス提供、監修、レクチャーなどを行う。

特に古来の“薬草”文化に着目し、北海道から沖縄までリサーチを行いながらお茶やグローサリーを作り、みなさまに慈味をお届けしています。

専門家と良質の学びの時間を過ごす「薬草大学NORM」を2018年より開始。
同年、著書「薬草のちから（晶文社）」を発刊。

伝統茶（薬草茶）とは？

何百年も前から、日本の風土に根付いた薬用植物を用いたお茶。

古来から薬、もしくは日々のお茶として飲まれてきました。

緑茶の原料になるチャノキ以外の植物も含み、

日本には350種類以上あると言われています。

それぞれ個性的な味と、はたらきを持ちますが、

{tabel}ではパッケージの色で直感的にからだに合うものを

選べるようにしています。

{tabel} の伝統茶 (一例)



黒潮町の視界すっきり花はぶ茶

目の回復。パソコン、スマホをよく使う方に。
マメ科らしい香ばしさと優しい甘さがあります。



八代の日本古来のはすの葉茶

おなかの回復。食べ過ぎた後、食欲のない時に。
金木犀のような甘い香りがふわり。熊本県在来種のあか根はすの葉 100%



石垣島の香り華やか月桃茶

沖縄の郷土の香り。リフレッシュしたい時に。
おもと山でパワフルに育った八重山の月桃

HAVE
A TEA
BREAK!

ナチュラルコーラ&ジンジャール

懐かしく新しい。

からだが喜ぶ、ボタニカルエナジードリンク!

▶厳選した日本のハーブや国産のきび糖、蜂蜜など、おいしくて栄養ばっちりの食材をふんだんに使い、元気になれる、ヘルシーなドリンクを作りました。

▶着色料不使用。

▶保存料無添加。

レモンやライムの天然果汁(ストレート)を贅沢に使って仕上げています。



食養生AI “Qusnoki”

自分の体質や体調についてや、自分に合うハーブが何か知りたい! そんな時のための食養生AI "Qusnoki"(クスノキ)をご用意しました。

簡単な質問に10問答えると、体調が今どんなモードなのかや、おすすめの食養生と薬草がわかります。

▶ <https://www.qusnoki.net/hello>

{tabel}設立メンバーについて

新田 理恵 / Lyie Nitta

管理栄養士であり国際中医薬膳調理師。

食を古今東西の多角的視点からとらえ、料理とその周りにある関係や文化も一緒に提案し、地域の商品開発やレクチャーを行っている。

2014年に薬草文化のリサーチを始め、日本各地つなげながら伝統茶{tabel}を立ち上げる。

時間栄養学と、新・食養生

体内時計を味方につけよう！

代表の新田は、現在早稲田大学の先進理工学部にて、
“時間栄養学”を研究中。

科学と伝統を掛け合わせた、

これからの食養生のアップデートを目指します！

薬草のちから

野山に眠る、自然の癒し



薬草のちから

野山に眠る、
自然の癒し

新田理恵



新田理恵

薬草が私の

からだを

変えて

いく

新田理恵



晶文社

肌がつかつか、お腹を整える
男性も女性も元気になる！

2018年～

／ロングセラーとなりました／

現在4刷目。

薬草のある暮らしラボ

produced by 薬草大学NORM



- 薬草にまつわる学びの場、「薬草大学NORM」と「薬草のある暮らしラボ」(オンライン)を2006年から運営。
食養生はもちろん、医学、薬学、文化人類学など幅広いテーマで展開し、累計参加者は1,000名を超える。

知恵を飲む
薬草エデュケーション



NORM

2018

HERB・SOCIAL MEDICINE
SYMPOSIUM
TALK・MARCHÉ・WORKSHOP





30万人の
薬草師コミュニティを目指して。

【受賞歴】

 **Lohas Design Award/2015**

ソトコト賞



 **Lien
PROJECT**
BY THE SAKAI LEAGUE

三冠

(大賞、オーディエンス
賞、
ハフントンポスト賞)

【掲載誌】

ソトコト CREA Body+

天然生活

anan Discover Japan **Forbes**

【web掲載】

Local Network Magazine
coLocal
コロカル

greenz.jp

事業構想

THE
HUFFINGTON
POST

…etc

collaboration

MUJI 無印良品

ホーム ファッション 店舗情報 暮らしの道具・インテリア 無印良品 店舗の紹介 店舗の紹介



無印良品 Found MUJI

植物とすこやかな暮らし展

2016. 2月～4月

企画監修・ブレンディ監修

福島県会津若松市 薬草料理教室

長野県木曽福島町 薬草研究会

(町民向け栽培・商品開発レクチャー&WS)

高知大学地域共同学部×西川地区 たんぽぽ茶開発

飛騨市 薬草フェスティバル …etc

慈しむ、
薬草のある暮らし。

Japanese Wild Herbs Nourish You.