

目次

第1章 コーヒーと人間の長い歴史

コーヒーはいつ、見つかった？	10
コーヒーはいつ、飲まれるようになった？	13
世界に広がったコーヒーの苗木	14
日本に伝わったのは、いつ？	15
コーヒーが禁止に!?	16

第2章 コーヒー豆は種なんだ

コーヒー豆は木にできる	18
コーヒーの木が育つところ	19
ほんとうは大きくなるコーヒーの木	22
コーヒーの実は、ほとんどが種	24
動物のうんちからコーヒー!?	25
動物のコーヒーはとても高級	27

第3章 コーヒーは世界じゅうで人気者

コーヒー豆から水分をぬく「焙煎」	29
焙煎は職人技	31

第4章 コーヒー農園を訪ねる

コーヒーは一日にどれくらい飲まれてる?	32
いろいろなコーヒーの飲みかた	34
おかしになったコーヒー	39
コーヒーが苦いわけ	40
カフェインは体にいいの?	41

第5章 熱帯林を守る

国立公園をもうける	54
国立公園のなかにコーヒー農園!?	55
国立公園のそばの村へ	56
村の人ひとの信頼を得る	58
村の人たちへのインタビュー	60

コーヒーがつくられている森へ	62
話し合いで熱帯林を守る	64
かわいそうなシナモンの森	65
コーヒーでシナモンの森を再生する	67
ネパールの国立公園	68
トラのすむ森のすくそばへ	70
人びとが森とともに生きるには	72

第6章 農民たちの生活

つみとりは手作業	74
農民が豆を売る値段	76
よい豆は先進国への輸出入	77
安定しにくい生活	79
便利とはいえない暮らし	80
子どもたちも手伝い	82

第7章 みんながゆたかに暮らすには

コーヒー豆の値段の決まりかた	84
コーヒーから見えてきた格差	85
フェアトレードコーヒーとの出会い	87

アプロ生産者組合へ	89
よりたくさん売りの売上げを生産地へ	91
村人たちに聞く	92
足をのばしてアチエ州へ	94
「わけへだてなく」という現実	96
たくさんさんの課題	97

第8章 調査地に恩返しを

プロジェクト開始	99
取りけされたフェアトレードの資格	100
生産地のためにできること	101
動きだしたプロジェクト	102
生産者と消費者のかけはし	103
コーヒーでみんながしあわせに	106

あとがき	108
------	-----