

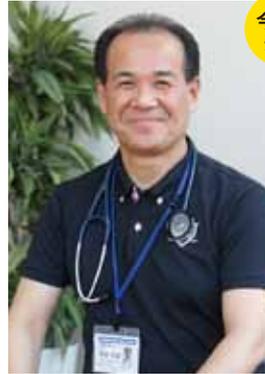


お医者さんが  
教える

# おいしい店

第39回

今月の先生 齋藤内科クリニック 院長 齋藤忠雄先生



福島県生まれ。新潟大学大学院卒業後、米アラバマ大学バーミンガム校客員助教授。帰国後、1994年に開業。外来診療と訪問診療を行い、患者の自宅を中心にデイサービス、訪問介護などを提供する施設も開設。“看取りは家族のもの”とがん末期の在宅緩和ケアも行う。趣味はマラソン

医院 data  
齋藤内科クリニック  
住◎新潟市中央区高志2-20-3  
Tel.025-287-5800  
http://smc-kanwa.jp/

かやぶき屋根が似合いそうな「秋山郷」。その引き戸を開ければ、着物が似合う、十日町昔小町の女将さんが出迎えます。お勧めは？と尋ねる前に、「おなかすいてますか？軽めがいいですか？」と先手を打たれます。息の合った板前さんの見事な包丁さばぎで、佐渡沖の魚や地元産のお肉が季節野菜とともに、ポリウムを工夫して供されます。季節のものを腹八分目、これが健康の秘訣かもしれません。生活習慣病は、家庭で旬のものを調理をしなくなったことが原

因、とも言われています。お酒は十日町の天神灘子や塩沢の高千代などがおすすめです。秋山郷へ旅した気分になります。かつてこの地は、粗末なものしか口にできず、白米は病人でなければ食べられない、治療食だったほんです。それだけに、生きるために食べる、というかたくなな意味も「秋山郷」には込められているのかもしれませんが。お酒と季節の料理、女将との軽妙なやり取りに空腹も満たされ、いつのまにか千鳥足で帰路に就くことになります。

## 秘境の里に思いを馳せ、 “食べること”の意味を悟る店

新潟市中央区 秋山郷の

# 付け出し4点盛り

1. 付け出し 1,000円、たけのこの味噌煮 700円  
料理の初めに登場する4点盛りの『付け出し』。内容は季節により変わるが、特製の蜜で甘めに仕上げた卵焼きは定番の一品。『たけのこの味噌煮』は6月初めまでは県内産が味わえる
2. 刺身盛り合わせ、和牛の石焼き 各2,500円  
刺し身は季節の地魚が並び、北海道産山ワサビのまるやかな辛さが村上牛のうま味を引き立てる
3. 行燈が郷愁を誘う。27年前に子どもたちを抱え、食いつぶれがないようにと料理屋を始めたのだそう
4. 「旬の食材を仕入れ、自分が食べたい料理を作っています」と料理長の三好時男さん
5. ほっと落ち着いた雰囲気の小上がり席。気の置けない大切な人と料理と会話をゆっくり楽しみたい



郷土料理 秋山郷  
Tel.025-229-0298  
住◎新潟市中央区古町通8-1505-2  
本間ビル1階  
営◎17:00~22:30 (22:00LO)  
休◎日曜、祝日  
P◎なし  
http://www.akiyamago.net/