

編集室

食は南から

南の島フリークで毎年機会を見つけては沖縄本島や石垣島を訪れていますが、知人からはよく聞かれることがあります。『いつも沖縄に行くけど何をやるの?』最近はこちらで答えています。『焼肉(牛肉)を食べに行くんですよ』みんな『え?』という顔をしますが、実は本当のことなのです。確かに、一年中暖かい所で開放された気分を味わい、美しく咲いたハイビスカスやブーゲンビリアを眺め、たまにはシュノーケリングやダイビングをするのも楽しいことではあるのですが、やはり私にとって一番の楽しみは美味しいものを食べることです。

牛肉といえば昔から松阪牛や神戸牛など地名のついたブランド牛が、また最近では大田原牛が超高級品で有名ですが、沖縄といえば石垣牛です。石垣島を中心とした八重山諸島で肥育された黒毛和牛で、2000年7月に開催された九州沖縄サミットの晩餐会で供されたことでも有名です。石垣島に行くと牛が悠々と牧草を食べている風景によく出くわします。石垣牛は一年中温暖な気候で、燦々と日差しを浴びて育つ広々とした草地の中で飼育されています。肉質にもよりますが、石垣牛は一般的に脂身にクセがなく、肉の味がしっかりしていて、私にとっては広島牛とともに大好きな物の一つです。特に素晴らしいのは石垣市街地にある一軒の焼肉屋さんです。最近では食べ歩きの本などで有名になったため観光客で一杯になり、1ヵ月前に予約をしないと入れないこともあります。とにかく石垣牛のすばらしさを実感させてくれます。12~13年前に初めて訪れて以来、石垣に行く際にはこの店は絶対にはずせませんし、私にとってこの店の焼肉を食べるため石垣に行くといっても過言ではありません。七輪を使った炭火焼の店で、カルビやロースなど脂身の多い肉をいく

ら食べても胃にもたれることはなく、家族の中でもこの店に関しては皆絶賛なのです。

また沖縄の食べ物で最近有名になったものに、アグー豚があります。一時絶滅の危機にありましたが関係者の努力によって蘇り、現在では琉球在来黒豚としてブランドが確立されてきました。コレステロールが一般外来種の1/4、うまみ成分のグルタミン酸が多く含まれており、豚肉特有の臭みがなく柔らかくておいしいのです。特に甘く感じるクセのない脂が絶品で、バラ肉で食べる『しゃぶしゃぶ』は最高です。長寿研究の盛んな沖縄では、いろいろな食材が見直されており、アグー豚についても栄養価が高くバランスが取れた肉として、注目を浴びています。そのほか野菜ではゴーヤ、珍しいところでパパイヤが有名ですが、苦菜の和え物、アダン(海岸に自生している)の芽の炒め物もなかなかの味で、海産物も豊富です。日本全国各地それぞれに美味しいものはたくさんありますが、沖縄も食材の宝庫なのです。また何か新しい美味しい発見ができるのではないかと考えると、南の島に行くのが楽しみになります。

2009年度上半期(4~9月)には医療と介護の倒産が50件と過去最高となり、医療界にも厳しい風が吹き続けています。政権交代が行われ医師会と新しい政権与党との意思の疎通が十分に図られておらず、医療が政治に翻弄されていきそうな現状を見ると、医療の先行きに不安を感じ暗くなってしまいます。しかしながらこういう時でも、美味しいものを食べるとなぜか幸せな気分になります。これからいったい何度の美味しい食事ができるか分かりませんが、本当は一時の清涼剤を求めて私は南の島を旅しているような気がしています。

(吉川 正哉)

広島県医師会速報 2009年(平成21年)11月25日

- 発行所/社団法人 広島県医師会
〒733-8540 広島市西区観音本町一丁目1番1号 TEL.082-232-7211 FAX.082-293-3363
広島県医師会HP <http://www.hiroshima.med.or.jp/> E-mail kouhou@hiroshima.med.or.jp
- 編集者/広島県医師会長 碓井 静 照
- 印刷所/レタープレス株式会社
〒739-1752 広島市安佐北区上深川町809番地の5 TEL.082-844-7500 FAX.082-844-7800