



平和町大通り商店街

第2回まぢ塾(まちなか商店学習塾)

ビストロでいただける



## 「おいしい糖尿病予防メニュー」 ビストロ風

---

### 3. 第2回まぢ塾〔ビストロ風〕について \*募集チラシを参照

〔テーマ〕 ビストロでいただける「おいしい糖尿病予防メニュー」

- 隠れ家的グルメスポットとして愛されて20年  
まぢ塾開催の時期に「ビストロ風」はちょうど開店20周年を迎えます。平和町の裏通りというわかりにくい立地を逆手にとった「隠れ家」は、フランスの居酒屋「ビストロ」を思わせる洒落た雰囲気の中、季節の料理が気軽に楽しめるとあって、若者から中高年層に人気のお店です。店主の林シェフは地域の食文化のリーダーの一人。ランチにディナーと豊富なメニュー構成とスタッフの気取らないもてなしも魅力です。
- 地産地消、地元の食材へのこだわり  
こだわり続けてきたのは良質の食材。金沢近郊の新鮮な野菜や魚介類を求め、直販所や生産者の元へも足しげく通います。「一番おいしい旬の食材をお客様に味わっていただきたい」という信念を持ち続けています。
- 地域資源「金沢市立病院」との本格コラボが実現  
時代のニーズに応えた、一歩先行くビストロ料理として、「ビストロ風」が長年取り組んできたのは減塩メニューの研究と開発です。年々増え続ける糖尿病や高血圧などの生活習慣病を予防するメニューを提供することで、地域住民やお客様の健康づくりに貢献したいと考えています。近年はオーダーに応じて塩分を減らすなど、減塩メニューの提供を始めました。今回のまぢ塾の目玉は、平和町の地域資源である「金沢市立病院」との協働プログラムです。医薬・栄養・料理のプロがそれぞれの専門性を融合さ

せながら、「おいしくない」という印象がある「糖尿病予防メニュー」を  
おいしく食べる提案をします。当日は糖尿病の専門医と管理栄養士のお話  
で「糖尿病予防」への基礎知識を深めていただき、その後、本格的なミニ  
コースを試食していただきます。

●参加希望者多数、地域住民のニーズにマッチ

参加募集と同時に多くの方にお申込みいただき、スペースの都合でお断り  
するほど、地域住民からの関心が集めています。これまで生活習慣病のため  
に外食（特にお洒落なお店）をあきらめていた方や、食事制限がある家  
族をもつ方、これから家族と自分の健康を守ろうという方のニーズにマッ  
チした結果だと考えています。

地域の病院と商店街が協働することで、地域住民の健康づくりに寄与する  
連携事業のスタートだといえます。



#### 4. 今後、まち塾に取り組む商店

第3回まち塾 焼肉ホルモン酒場 へいちゃん 2月上旬予定  
〔テーマ〕お肉を食べて「健康寿命」を延ばしましょう（仮題）

幅広い年齢層に人気の焼肉店。金沢市立病院とタイアップすることで、お肉を栄養学の分野から勉強し、地域住民の健康づくりに役立つ方法はないかと考えています。部位や調理方法などでよりヘルシーに。また中高年から高齢者層の健康づくりに効果的なお肉の食べ方を提案したいと願っています。まち塾当日は、参加者とともにお肉の栄養効果について学びます。



焼肉ホルモン酒場 へいちゃん