## 2044年（令和26年）の楽しみ

北海道大学医師会
釧路赤十字病院
大中（おおなか）　一矢（かずや）

私は東北の出ではありますが、縁あって北大の産婦人科に入局し早数年がたちます。私は元来飲み会が好きな質ですし、学生時代に酒を覚えて、働きだしてからもなお、この十数年、忘れたころに二日酔いするという過ちを繰り返してきました。焼鳥にビール、寿司に日本酒、チーズにワインなど、定番の組み合わせの妙はよく存じております。

しかし、令和６年の11月に家族が増えてから、なんとなく飲みにくくなって、それ以来飲まずに過ごしています。別に断酒した、というのではなくて、いつでも飲める状態だが本当にただなんとなく、飲み会をノンアルコールでやり過ごしてきたわけです。アルコールを飲めるけど飲まない志向（Sobar curious）を実践してみてのメリットは

・酒を飲んでないだけなのに達成感がある
・胃もたれしない
・二日酔いなどの飲酒関連のリスクがなくなる etc…

これまで、酒好きとして飲めるなら飲もうという意識でやってきました。しかし、飲んだくれる側の気持ちとして、やはりきっと飲まないほうが清くて正しくて偉い、車を呼んで帰宅するときなどには、少し開いた車窓から吹き込む冷たい風を、酔いでほてった顔に当て、素面の運転手にどこか負目を感じるものです。酒を入れなければ自分が清くて正しくて偉く、卑下するような負目はありません。

最近はややもすると宴会の翌日には胃腸が悪くなりがちで、アラサーといえども若くないと感じておりましたが、これは年齢ではなく酒量が増えていたのでしょう。ノンアルならまだまだ暴食できるというのは新たな発見でありました。ノンアルビールも近頃はだいぶ飲みやすくなり、食事と合せるのも別段不足はないのです。煙草がこの20年で市民権を失っていったように、もしかすると、これからの20年で酒がひと昔前の飲み物となってしまうのかもしれません。

ところで私が研修医のとき、思い立って断カフェインしていた時期がありました。あるとき当直明けにどうしても眠くてコーヒーを飲みましたら、目の前の霧が一気に晴れていくような感覚がありました。またあの感覚を得たいと思ってカフェインを解禁してみたけれども、それは一度きりで二度得られなかったばかりか、元のカフェイン依存に戻ってしまうには数日もかかりませんでした。その経験からも、この１年せっかく飲まなかったのだから、あと19年は飲まないでおいて、そして「ひと昔前の飲み物」をわが子と酌み交わす日のために、とっておこうと考えておるのであります。

## 博多ラーメン

札幌市医師会
日本製鉄株式会社北日本製鉄所
川崎（かわさき）　能道（よしみち）

ラーメンには、千円の壁があるそうで、物価上昇の中でも普通の味噌ラーメンは札幌市内で、千円札でおつりがくるお店がほとんどでした。しかし最近は普通の味噌ラーメンでも千円を超えるお店が増えてきています。

2025年５月にNHKの「**ドキュメント72時間**」で「博多24時間のラーメン店で」が放送されました。福岡市にあるラーメン１杯290円で24時間営業のラーメンチェーン店「博多ラーメンはかたや堅粕店」に３日間取材した番組でした。私は学生時代に福岡県で過ごしたので博多のとんこつラーメンのお世話になることが多く、懐かしく観ました。福岡市博多区のことを「博多」というのですが、福岡県内では、福岡市全域を「博多」としばしば言います。放送の後、７月に大学の同門会で福岡に行く用事があったので、博多駅から徒歩15分ぐらいのところにある同じチェーンの別のお店「博多ラーメンはかたや川端店」に行ってきました。白いとんこつスープにチャーシューとネギが載ったシンプルなとんこつラーメンで、九州でしか味わえない味で美味しかったです。値段も放送された時と同じ290円でした。おそらく福岡市内で最安値だと思います。九州で初めてとんこつラーメンを食べたときはラーメンに紅ショウガやゴマを入れることが不思議でした。

学生の頃（ほぼ40年前です）によく通っていた博多の24時間営業の長浜ラーメン「元祖長浜屋」は、札幌ラーメンが平均400円の時代にラーメン１杯250円でした。替え玉（麺のお替り）50円、替え肉（小皿に入ったチャーシュー）も50円でした。替え玉の注文時に好みの麺の硬さを「カタ」などという仕組みでした。貧乏な学生のお腹を満たしてくれた思い出のお店でした。

その「元祖長浜屋」も、40年の間にお店の移転や「元祖長浜屋」の元従業員の方が「元祖長浜家（け）」（こちらは市内に２店舗）を開業するなど様々な出来事がありました。それぞれ食べに行きましたが、ほぼ同じ店内の内装と味でした。現在の「元祖長浜屋」はラーメン一杯550円になっていて、店員さんも外国の方がいます。福岡に訪れる際には、ぜひ本場の「博多ラーメン」を体験されて好みのお店を見つけてください。