



H20年5月20日発行

発行人・編集人：MDMチーム

発行：株式会社 松前屋

大阪市中央区心斎橋筋2-8-1

TEL(06)6213-0084 FAX(06)6213-5172

皆さまこんにちは!だんだんと暑くなってきましたが、今回の松前屋通信は夏真っ盛りにはなくなってしまうこちらのお話からです…

## 食い倒れ顛末記

綾部が行く！  
心斎橋レポート



大阪で今一番話題の人物といえば…ナンと言っても「くだおれ太郎」! 話題の中心は、専ら太郎君がくだおれ閉店後どこに“再就職”するか?ということのようですが、超人気者なのでオファーが目白押し。プロレスでセコンドを勤めないかという話まであるそうで、ここまできるともうわけが分からない…。

ところで「大阪名物・くだおれ」は、たこ焼き教室やお子様ランチから割烹・宴会まで何でもありの超有名な老舗食堂ですが、『大衆イメージ』の割には工賃取りより!といわれ、地元大阪の人で食事をしたことのある人は実はそれほど多くないようです。大衆食堂なのか、料亭なのか…。食のワンダーランドだということですが…?

「くだおれ」は、『支店を出すな、家族で経営せよ、看板人形を大事にせよ』という家訓を守って60年間営業してこられました。この7月をもって閉店を決意されました。

この家訓を守り続けたことが良かったかどうかの意見はさまざまでしょうが、『そろそろ定年をむかえ、お役目を終えるときが来た』という言葉は、中々の名台詞だったようにおもえます。

経営的には、他人様に迷惑をかけることもなく充分な余力を残しながら、さらにはお客様にも惜しまれながらの『廃業』は、見事な幕引きの決断といえましょう。折しも、同じ家族経営の

「船場 ○○」では飲食としての致命的な不祥事が発覚しました。再建半ばで再び謝罪をしながら『絶対に締めません!』と頑張るのを目の当たりにすると、「くだおれ」の引き際のスマートさに目を見張る思いがしましたね。

考えてみれば、高級料亭とファミリー向けの総合食堂、食の方向性としては対極ともいえる両店であり、いずれ劣らぬ有名店です。どちらもカリスマ性のある創業者の意図を汲んだ経営をしてきたはず…。なのにこの違いはどこからくるのでしょうか?

誤解を恐れずに言えば、それは、変化していく環境の中でお客様が自店の存在価値を何に置いてくださるかを的確につかんでいたかどうか、つまり数字を読む前に『空気が読めるかどうか』にかかっていたような気がします。

かく言う松前屋はどうか? う～ん…、実にヘビーな気持ちです…。



どこか悲しげな太郎

## 健康法師の独り言 パート21 新しい健康思考・デトックス(排出)を考える!

私たちは日ごろ健康を気遣い、色々な食品や健康食品や薬などを口にしていきます。しかし、この中からは微量な残留農薬や重金属などの身体に有害なものをどうしても身体に入れてしまっていて、長年の間に蓄積しているらしいのです。

最近ではこの事実に着目して、もっとしっかりとデトックス(排出)しようということが言われだしています。元々人間の身体は、排便・汗などによって老廃物や有害物質を体外に排出するデトックス機能が備わっているのですが、どうもこれが上手く行ってもいないのに、一生懸命に『身体に良いものを摂ろう』とはかりしているようです。

言われてみれば、けだし名言! 確かにそうですよね。

有害物質も 胃↓肝臓↓腸↓便 とたどり、一方で 血液↓腎臓↓尿・汗 として排出されています。便秘なんてのはそういう意味では深刻な状況で、4〜5日も腸の中にたまっていると、排出しようとした有害物質・毒素をさらに吸収してしまうという恐れがあるのです。だから便秘は軽々しく考えてはいけません、重要事項というわけですね。

そもそも人間は食べたものの6〜70%を老廃物として外に出すそうです。が、皆さんそんなに食べるのはいいけど、これほどの量を上手く排出しておられますか? ああ、心配!

そういう意味では、腸の健康を十分に気遣って食物繊維を多くとる(海藻・昆布はいいですね!)という事は昔から言われてきました。また、『善玉菌を増やして悪玉菌を減らす』などといってヨーグルトを多く採る(腸まで届いてない場合が多く、一日にバケツ一杯を食べる必要がある)などというの、同様の考えが根底にはありますね。

今回から数回にわたって腸の健康を気遣う尾籠なお話が続きます。あしからず…。

松村

