

# 最新切抜きトピックス



## ①オタク強し!?

秋葉原が一息ついたと思ったらもう次は『吉祥寺』だそうです。

コロコロお客さんの流れが変わる時代。大変ですよ。

でも、まだまだ注目の『オタク!』。強いですねえ...



## 目指せ第2のアキバ!

東京・吉祥寺にオタク系複合ビルの「CROSS KICHIJOJI」(☎0422・29・7550)が開業し、コスプレ好きの新たな注目スポットとなっている。



コスプレイヤー居酒屋「ファンシーキャット」を運営するフラップ(横浜市)が手がけた。1階は客席数60席のコスプレイヤー居酒屋の2号店が入り、2階がイベントスペース「Space Fan」、3階は女性が男装をしている男装カフェバー「Prince」(40席)だ。

1階はカクテルから日本酒、焼酎と多様な酒類を500—1000円で飲ませる。オムライスやおにぎりなどのフードメニューは390—1000円。3階では男装した王子が作る王子の手作りサンドイッチ(1200円)が人気だ。

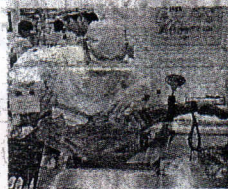
【日経MJ 06. 7. 26】

## ②個人的に...

【日経MJ 06. 7. 26】

### 生ハムの塊をカット

生ハムが欲しい量だけその場でカットしてもらえる。東京・銀座の松屋銀座本店地下1階にある「シャリュキュートリー コダマ」



(☎03・3567・1211)は欧州の販売スタイルをそのまま持ち込んだ加工肉専門店だ。

店内に併設した「ハムセラー」の温度はセ氏10度に保つ。中にはイタリアやスペインから直輸入した長期熟成の生ハムが塊で収まっている。これを客の注文に応じて、ドイツで修業を積んできたスタッフがナイフでさばく。カットする光景に思わず足を止める客が多く、週末になると20—60代の女性やグルメな40—50代の男性が列を作っている。一番人気はイベリコ豚の生ハム。

100gだと3780円。「食料品というより嗜好(しこう)品の感覚で買っているようだ」と同店。

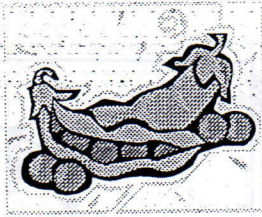


生ハムカットサービス!  
うまいですよ、私個人的に大好きです。

でも、100g3780円!

でも、うまいんだよなあ〜。

でも、100g3780円。。。。



## 覚えておこう『相似の理論』

食材選びの指針となる「相似の理論」  
弱ったところに効く食材がすぐわかる

### 根菜類は下半身、クルミは脳にいい

東洋医学には「相似の理論」という考えがあります。柔らかくてフワフワした食べ物が好きな人はそうした体型に、硬く引き締まった食べ物が好きな人は引き締まった体型になるといいます。

植物の根っこにあたる部分である人間の下半身が弱くなってしまったら、根菜類を食べれば改善する、というのも相似の理論によります。

下半身が弱くなるといっても、それは運動器官である足腰だけの問題ではありません。下半身にある泌尿器、生殖器などの機能の低下も、下半身が衰えたためのもの。根菜類は足腰の強化だけでなく、下半身にある臓器の強化にも役立つのです。

つまり、部位や形状が人間の身体に似ている（＝相似）の食物は、その部分の強化や治療に力を発揮するのです。たとえばクルミ。人間の脳にそっくりなクルミには、脳の動きをよ

くする作用があります。クルミに含まれるレシチンは、脳の神経細胞が互いにスムーズにつながるように働くのです。

### 色にもあつた相似の理論

東洋医学では「赤」は積極性、意欲、元気などを象徴する「陽」の色としています。

スペインの闘牛士は、手にもった布で牛を挑発しますが、その色はご存知のように「赤」。「赤」という色は、人間に対してもアドレナリンを分泌させて、気分を高揚・興奮させ、気力を高めると考えられます。

「赤」の「元気パワー」は食べ物も同じ。赤い食べ物と、その成分をちよつと挙げてみましょう。

赤ピーマン（カプサイシン）、トマト（リコピン）、イチゴ（アントシアニン）、カニ・エビの殻（キチンキトサン）、アズキ（アントシアニン）、ニンジン（β-カロチン）など。これらはすべて、万病の素となる活性酸素を除去し免疫力を高める作用があります。病気の予防、治癒促進に大きな力を発揮する、「元気パワー」がまつた食材なのです。

