

お医者さんが  
教える

# おいしい店

第4回

今月の  
先生 さかつめ内科  
院長坂爪実先生

新潟市中央区出身。大学時代は水泳部に所属。最近は往診のため、青山の松林をウォーキングしてまわることが健康法。  
<http://sakatsume-naika.or.jp>

医院 data  
さかつめ内科  
新潟市中央区文京町27-30  
Tel.025-234-7217



**若** 鶏の半身のから揚げはともジューシーで抜群の  
おいしさです。私は「せきとり」さんの近所で生まれ育ちましたのでその味に親しんでいて、今も時々無性から揚げが食べたくなりお店にお邪魔します。

小さい頃「ごちそう」と言えば「せきとり」のから揚げで、電話で注文して指定時間に取りに行くと、必ず数十分店待たされました。その頃から「せきとり」は人気店で注文が多かったようです。待ちながら、今も現役の店主・関さんが若鶏のモモに串を刺し、味付けをして衣をつける手際の良い作業をカウンター

越しにじっと見ていたことを覚えています。ずっと以前は店の隣に鶏の飼育場もあって、自前で若鶏を調達していたのも覚えていますが、今はファンも大勢おられると思いますが、そのことを知っている方は少ないかもしれません。

仕事で食事時間が不規則になりがちですが、私は1日3食きちんと取ることで、そして特に夕食は夜8時前には何とでもすませるようにしています。夜遅く食事をしやすく寝てしまふと何か必ず病気が出てきます。ご注意ください。

## 幼い頃の思い出の味が 今もごちそう

### 新潟市中央区 せきとり本店の 「若鶏の半身から揚げ」

値段は時価だが、680円～(大きさによって異なる)。一品でおなかいっぱいになってもらいたいと若鶏の半身を切らずに売る。カレー味が食欲をいっそう駆り立てる。お土産用もあり。



1. 店主の関正吾さんは84歳。下ごしらえの手際の良さは現役です。「忙しくても、朝・昼・晩、きちんと規則正しく食べることが健康のもと」と関さん。

2. 屋台から始まって50年以上、新潟下町の情緒あふれる店内。若鶏のから揚げ、蒸し焼き、焼き鳥(肉・皮)、スープがメニューの中心。老若男女、遠方からも駆けつける「せきとり」ファンは多し!



●せきとり本店  
住○新潟市中央区窪田町3-199  
Tel.025-223-5934  
営○16:30～22:00 (21:00LO)  
休○月曜  
P○あり

