

コーヒーブレイク

[coffee break]仕事の合間にコーヒーやクッキーなどをとりながらする休憩. 中休み.

消化器センターでは、開院以来いつでもおいしいコーヒーを飲むことができます。これは、ある先生が出勤すると必ず、まず一番に豆から挽いたコーヒーを入れてくれているからです。その先生とは外科医でありながら、コーヒーが好きすぎて勉強し、気が付けばコーヒーマイスターの資格まで取得してしまった松尾海先生です。

彼が手を洗って準備を始めてから、約 8 分。医局内にコーヒーの香りが漂い始めると、そろそろいつものおいしいアイスコーヒーのできあがりです。プロとしか思えない手早さと上手な入れ方は、医局員全員がリスペクトしています。誰かがお土産に買ってきたような、自分で選んだ豆以外でも、その特徴を理解した上で、おいしく入れてくれます。

消化器センターでは、毎年、国際内視鏡ライブを主催していますが、その際にも、2 日間で 30 リットル以上のコーヒーを淹れ続けます。ヨーロッパ内視鏡学会、アメリカ内視鏡学会などの大御所の先生方にも、“OISHII”と有名です。

医師、看護師の感想

「あまりコーヒーは詳しくないんですけど、松尾先生の淹れたコーヒーは絶対おいしいと思います。」

「癒しです。仕事の合間に、ほっとします！」

先生の淹れてくれるこのコーヒーを、先生の名前にちなんで Kai's Coffee と呼んでいます。」

Kai's Coffee インタビュー

松尾先生に Kai's Coffee について伺いました

<コーヒーを始めたきっかけ>

私はもともと、それほどコーヒーを飲む方ではありませんでした。

しかし、江東豊洲病院が開院し、院内にコーヒーチェーン店とコンビニエンスストアが併設されたことで、状況は変わりました。

どちらも私がいた旧豊洲病院には無かったもので、自然と仕事の合間にコーヒーを飲む機会が増えていったのです。

折しもコンビニコーヒーが席卷し始めた時期で、100円で飲めるコーヒーがこれだけ美味しいのかと、素直な驚きがありました。

一部の高級レストランや一流ホテルで1000円近くするようなコーヒーよりも、むしろ美味しいのです。

コーヒーが好きになるのと同時に、その味の違いに興味が湧きました。

<コーヒーの味は豆が8割>

コンビニコーヒーが美味しい理由は、何よりも「挽きたて」「淹れたて」であることです。

私も当初1杯用のドリップバックを使用して自分でコーヒーを淹れたりしましたが、挽いてある豆ではどうしても満足のいく味にはなりませんでした。

いくつか本を読んで分かったことは、「コーヒーの味を決めるのは8割が豆である」ということです。

「上質な豆であること」

「焙煎したてであること（1ヶ月以内が望ましい）」

「挽きたてであること（15分以内が望ましい）」

「淹れたてであること（ホットコーヒーなら30分以内が望ましい）」

これが満たされれば、そのコーヒーが美味しいことはほぼ確定しています（好みであるかは別です）。淹れ方はある程度でいいのです。



喫茶店でコーヒーをドリップしている時、ハンバーグの様に豆が膨らんでいるのを見たことがある人は多いと思いますが、同時に、家庭でやってもなかなか同じようにならない、と感じる人も多いでしょう。

これはコーヒー豆を焙煎した時に閉じ込められた炭酸ガスが出ているのですが、挽いてから時間が経つとどんどんガスが抜け、膨らまなくなります。

同時に酸化が進み、どんなに上質な豆を使ったコーヒーも不味くなってしまいます。

レストランやホテルのコーヒーが美味しくない理由は複合的だと思いますが、1番の理由はたくさん淹れて保温しているからだと思います。

1時間以上保温されたコーヒーは煮詰まったような酸っぱいコーヒーとなり、嫌な味が残ります。

家庭では魔法瓶のようなものに入れておくと、2~3時間は美味しく飲めるでしょう。

またアイスコーヒーは比較的長時間、味が保てます。

<Kai's coffee 開店に至るまで>

本格的に美味しいコーヒーを目指して勉強を進めながら、まずは豆を挽くためのミルを買いました。

そしてペーパードリップのセットを揃え、いくつか豆を買って仕事の合間に個人的に淹れて飲んでいました。

しかし職場でコーヒーを淹れれば、周りのスタッフも当然飲みたいということになり、少し多めに淹れる必要が出てきました。

そこで、多人数に対応できるようなドリップのセットを仕入れました。

ドリップの練習と試飲の意味もあって毎日コーヒーを淹れていると、だんだんと「松尾がいるとコーヒーが入る」ということが当然となり、それが仕事のようになってきました。

こうして自然発生的に、医局内コーヒー店が始まることになったのです。

松尾のいない休日と外勤日は定休日です笑。

<アドバンスド・コーヒーマスターの取得>

趣味ではあっても長く勉強していると、何か形が欲しくなります。

一般向けの資格はいくつかあるようでしたが、出来れば本格的なものが良いと思い調べた結果、バリスタのチャンピオンシップなどの大会も運営している「日本スペシャルティコーヒー協会（SCAJ）」に入会しました。

SCAJでは、コーヒーマスターという資格認定を行っています。

セミナーを受講し筆記試験に合格すれば「コーヒーマスター」が取得できます。

こうして2017年、無事コーヒーマスターの資格を取ることができました。

その後、更に3つの筆記試験と2つの実技試験（テイスティング、抽出）に合格し、2019年にはアドバンスド・コーヒーマスターの資格も取得しました。

なお、SCAJのホームページによれば、2019年12月現在でコーヒーマスターは全国に5485名、アドバンスド・コーヒーマスターは423名います。

今後も更に研鑽を積んでいきたいと思っています。



<東京ライブ>

世界中から超一流の内視鏡治療医が集まる東京ライブにおいても、スタッフおよびファカルティのためにコーヒーを淹れています。

Kai's Coffee にとっても一年で最も大きなイベントであり、この時は一日中コーヒーを淹れ続けています。その量は2日間でトータル30~40リットルに及びます。

2019年より、正式に東京ライブでは「コーヒー」が仕事になりました。

ファカルティの先生たちからは恐らく医局員とは認識されておらず、コーヒー屋のケータリングと思われるでしょう笑。

「東京ライブに行くと妙に美味しいコーヒーが飲める」と思っていて頂けたら嬉しい限りです。



<コーヒーの味わい>

コーヒーを構成する味覚は大きく分けると、「苦味」と「酸味」の2種類です。

これに最も関係するのが、「焙煎」です。

コーヒー豆の品種、生産国、コーヒーの実から豆を取り出して乾燥するまでの処理の方法などによって個性はあるのですが、焙煎を強くすればどれも苦くなりますし、焙煎がとても浅ければ非常に酸っぱいコーヒーになります。

日本では伝統的に、やや深煎りの苦いコーヒーを出すお店が多い傾向にありました。これは、昔は品質の低い豆も多かったため、「焙煎によって美味しくする」という考え方が強かったからのようです。

今でも昔ながらの喫茶店では、苦めのコー

ヒーを出すお店が多いです。

一方、最近では「サードウェイブコーヒー」と言って、豆の個性を出すために「単一の品種」を「非常に浅い焙煎」で出すお店が流行っているのですが、いわゆる日本人のコーヒーのイメージとはだいぶ違いますので、飲み慣れない人には受け入れられないと思います。

しかし、酸っぱいコーヒーが苦手という人には意外かも知れませんが、上質なコーヒーには、「爽やかな酸味がある」という条件が欠かせないのです。

スペシャルティコーヒーと言われる高品質のコーヒーは、どれも「良い酸味」を持っています。

これは酸化した「嫌な酸味」とは別物で、適度に焙煎された上質なコーヒーの酸味は、美味しいと感じる人が多いと思います。

焙煎以外の要素としては、豆を細かく挽いて多めに入れば「濃い」「苦めの」コーヒーになりますし、逆に粗く挽いて少なめに入れば「さっぱりした」「酸味を感じる」コーヒーになります。

また、熱いコーヒーは苦味を感じやすいのですが、少し温度が下がると酸味が出てくる、ということもあります。

そのため、アイスコーヒーでは焙煎の深い苦めの豆を使用することが多いです。

あとは苦味と酸味のバランスで、どれくらいが好みかということになりますので、「自分の好きな焙煎の深さ」を知っておくと、好きな味に出会いやすくなると思います。

<目指している味わい>

苦すぎず、酸っぱすぎない。しかしコーヒー感が強く、凝縮した果実のような爽やかさ、花のような香り、そして甘味が感じられる。

これが理想的なコーヒーです。

それぞれの好みはありますが、みんなに飲んでもらうものですから、ある程度万人受けするものでなくてはなりませんし、値段もあまり高過ぎては良くありません（現在は医局費で豆を購入してもらっています）。

最近味の持ちがいいことからアイスコーヒーを淹れることが多いですが、私の淹れているものは一般的なアイスコーヒーよりは苦味が無いと思います。

しかし、コーヒー好きな方も満足して頂けていますし、コーヒーが苦手な人でも受け入れやすい味になっていると思います。

「コーヒーは飲めなかったけど飲めるようになった」と言ってもらえることもあり、まさにそういう瞬間がコーヒーマンとしての醍醐味です。

いわゆるスペシャルティコーヒーは、100gで800円以上するものがほとんどですが、安くいい豆を探して、現在使っている豆は100gで500円程度です。

1杯あたりの豆の量は10gほどですから、原価では50円くらいとなります。

1ヶ月に大体2~3kgほどの豆を購入しています。

今後も安くて上質な豆を探し、様々なブレンドでより美味しいと感じるコーヒーを目指していきたいと考えています。