

【一葉の魅力④夏にぴったり滋養たっぷり 学食に「薬善冷やし麺」が初登場】

2026/7/6公開



第一薬科大学の学生食堂「薬善カフェテリア」で、栄養たっぷりのオリジナル「薬善冷やし麺」が初登場しました。しょうがなど数種類の薬味がついた夏場限定メニュー。担当者は「夏場はどうしても食欲が落ちてしまいがち。さっぱりとした冷やし麺で暑い夏を乗り切ってほしい」と話していました。

本学では「身体に善い」という意味を込めて、一般的に使われている「薬膳」ではなく、「薬善」と記しております。薬科大学らしいオリジナルメニューとしては、すでに夏場限定のメニュー「又ルねば定食」があり、毎年好評。

今年は「さっぱり夏の定番！冷やしメニュー」として、「冷やし薬善うどん」「冷やし薬善そば」（各330円）と、「冷やし薬善山かけうどん」「冷やし薬善山かけそば」（各380円）の計4品が、夏場限定メニューの仲間入り。有名老舗料亭で修業した料理長の手作りという「秘伝の甘めの麺つゆ」でいただきます。

器には、ごま入り天かすのほか、次のような薬味が入っております。

- ◎ 大葉 : β -カロチンを豊富に含み、抗酸化作用があり、免疫力アップや老化防止効果などが期待できます。
- ◎ わさび : 抗菌作用や免疫力の向上に効果的。血流を良くして老廃物を輩出し、むくみ予防や冷え性、肩こりの改善も期待できます。
- ◎ しょうが : 血流を良くして体温を上げる作用があるほか、炎症を抑える作用もあり、神経痛や肩こりの痛みを和らげる効果が期待できます。
- ◎ みょうが : 独特の香り成分がリラックス効果や発汗、血行を促進。食欲増進効果も期待できるため、夏バテ予防にも効果的です。

(※みょうがではなく、スタッフによる手作りの梅干しがつく日もあります)

「冷やし薬善山かけうどん」や「冷やし薬善山かけそば」を注文すると、「山芋」がついてきます。山芋は、滋養強壮や疲労回復に効果的なうえ、血糖値の急激な上昇を抑えてくれる働きもあるそうです。

薬善冷やし麺を味わってしっかりと滋養をつけて、勉学に励みましょう。