

# 江戸ソバリエ倶楽部通信

発行 江戸ソバリエ倶楽部

編集者 古津 昇

発行責任者 川俣 静



## 野菜の魅力 人参

仏料理のオードブルとして出された人参のマリネが印象深く思いだされる。

ゴールドの縁取りのある真っ白い器の中央に人参のマリネが高めに盛り付けられ、まわりにフェネルの葉が添えられているだけの一品だが、フェネルのグリーンが人参の色を強調してより一層美しく演出されていたのだろうか。

日頃普段着の人参が、しゃれたレストランでドレスアップされてされると、まるでシンデレラのように全くイメージが変わり、こんなにも魅力があったのかと驚かされてしまう。

人参と云うと、独特の味と匂いが先に立ち苦手な人も多く、特に子供たちに敬遠される野菜の一つとなつて、無造作に扱われることも多い

野菜ではある。が 視点を少し変えると、綺麗な色合いに味も香りも個性的であり栄養価も高い素晴らしい極上の野菜である。

最近のお洒落な若者の集まるレストランでは、人参サラダが人気メニューとして外せないと言われ、日常の家庭料理においても、味覚や栄養面だけでなく視覚的にも欠かすことのできない存在となっている。人参の人気は急上昇中である。 かとう まさかず

### [目次]

山手線一周！蕎麦屋めぐり<第1弾・第2弾>実施報告	p. 2	蕎麦フォト・ギャラリー	p. 10
日本酒と蕎麦	p. 3	新丸の内ビル『酔重正之 楽』	p. 12
ソバリエの醍醐味～人との関わり～	p. 4	江戸ソバリエ協会便り	p. 13
今後の蕎麦屋さんに期待すること	p. 5	江戸ソバリエ倶楽部事務局からの連絡事項	p. 14
短編小説と詩	p. 6	蕎麦フォト・ギャラリー	p. 15
「そうだ！ お蕎麦を食べに行こう！」	p. 7	会員投稿	p. 15
連載絵小説 そば寺 (5)	p. 8	編集後記	p. 16

## 会員投稿コーナー

### 山手線一周！蕎麦屋めぐり<第1弾・第2弾>実施報告

2014年3月22日(土)、4月19日(土)にソバリエ10期生の方を中心に、10期生役員の鈴木さん、篠塚さんと一緒に「山の手線一周！蕎麦屋めぐり」を実施致しました。第一弾では7名、第二弾では9名の方にご参加頂きました。

山手線一周蕎麦屋めぐりは名前の如く、山手線沿線を歩いたり電車に乗ったりしながらお蕎麦屋さんを訪ねるといった企画です。山手線には東京の名所も多いので、時折各名所に立寄りながら季節を感じ、散策を楽しみました。

第一弾は神田駅からスタートし、秋葉原、御徒町(アメ横を散策)、上野駅とめぐり、山手線乗車で日暮里駅に行き、谷中銀座商店街を散策。アメ横は人の活気で満ち溢れていました。日暮里駅から再び山手線に乗り駒込駅で下車し、六義園を散策しました。六義園ではしだれ桜はまだ見頃ではなく残念でしたが、谷中銀座商店街では皆様美味しいメンチカツを味わうことができました。そこから巣鴨駅まで歩き巣鴨地藏通りを散策、最後は趣ある都営荒川線に乗って大塚駅で下車し解散致しました。第一弾では、上野駅付近の「蓮玉庵」、六義園前の「小松庵」に訪問致しました。小松庵はリニューアルされたばかりで店内は広々としており、綺麗でした。皆様はゆったりとお酒と美味しいお蕎麦を楽しむことができました。



第一弾：小松庵(駒込)前にて参加者と撮影



第二弾：早稲田大学にて参加者と撮影

恵比寿の「初代」へ伺いました。和邑は好きな方も多く、参加者の方にも喜んで頂きました。初代は若者が多く、夜はお店が混み合っておりましたが、参加者の一部は名物「白いカレーうどん(蕎麦)」を味わうことができました。

ご参加頂きました皆様からは、「参加して良かった、次回も参加したい」と多数のお声を頂いております。現在、第一弾、第二弾での反省点も活かし、今年秋10月頃に第三弾を企画予定です(ご案内メールは9月初旬を予定)。ご興味をお持ちの方はぜひ、鈴木様、篠塚様、

第二弾では若者をテーマに、大塚駅からスタートし、池袋、目白駅(学習院を散策)、早稲田大学、新大久保のコリアンタウン、新宿御苑を散策しました。コリアンタウンでは皆様と韓国名物ホットックを食べました。韓国スーパーでは、韓国の食材を購入することができました。新宿御苑では八重桜がちょうど見頃終盤を迎えておりました。新宿御苑の後は歩くグループと電車組グループ2手に分かれ、最後は恵比寿駅にて解散致しました(最後まで歩いたグループは、明治神宮、渋谷も歩いて恵比寿まで歩き切りました)。第二弾では、池袋付近の「和邑」、

小生岡本までご一報頂けます様宜しくお願い致します。皆様のご参加心よりお待ちしております。

江戸ソバリエ 10期生

鈴木 幹雄 ([mikiegg7910@gmail.com](mailto:mikiegg7910@gmail.com))

篠塚 雅美 ([masa-shino@msd.biglobe.ne.jp](mailto:masa-shino@msd.biglobe.ne.jp))

岡本 直子 ([oranges10jp@gmail.com](mailto:oranges10jp@gmail.com))

(岡本直子)

## 日本酒と蕎麦

兎に角好奇心だけは十二分に旺盛な私が、最初に手造りで夢中になったのが『濁酒』です。今から遡る事十数年前・・・師匠は闇米城の名前でも知られる川崎磯信氏の直伝です。

最初は教えられるが儘に造り、今振り返ってみると、これから美味しくなるという大切な発酵半ばの時期を迎える前に、仲間を招いての濁酒メインの食事会などを開き殆ど呑み干してしまうと云う勿体ない状態でした。この時期の味は、まだまだ甘酒風の中途半端な味だったように思います。それが何時の頃からか蕎麦の美味しさにも出会い、自らも蕎麦打ちに目覚め、蕎麦打ちと濁酒造りを続けるうちに、日本酒と蕎麦は切っても切れない深くて愛おしい関係で有る事に気付きました。こうなると、自分の口に合う濁酒造りを追求し始め・美味しい蕎麦を求めて行くうちに、気付いてみればお酒は山麴生酛生原酒を愛し、蕎麦は野趣溢れた在来種。何とも男気溢れた好みの組み合わせとなりました。

山麴(山卸し麴止酛)とは、まだ精米技術も発達していなかった時代、蒸した米と麴と水を合わせて糴を使って数日間休むことなく、蔵の職人が交代ですり潰して粥状にさせると云う、大変きつい作業工程でしたが、近年に入り精米機の発達によって、この工程が廃止された事で山麴と名付けられる様になりました。何故、昔は糴ですり潰して居たのかというと、日本酒は世界でも珍しい麴菌と酵母菌が同時に働いて出来上がるお酒で、最初に米の澱粉を麴菌の働きによって糖に変えます。精米が不十分な時代にはこの蒸した米をすり潰す事で、麴菌が働きやすい様にして糖化を助けていました。次にその糖を酵母菌が栄養にしてアルコールに変えて行きます。こうした二つの菌が同時進行で働く事で、美味しい日本酒が出来上がります。

山麴は本来の生酛造りと同じ造り方で、人工的に乳酸菌を加えて仕込む即醸仕込みとは違い、蔵に棲みついた天然の乳酸菌を取り入れてゆっくり・じっくりと時間を掛けながら発酵をさせて行きます。その為に酸味(PH 4程度)も濃くも出て、中々パンチのあるお酒に仕上がります。天然の乳酸菌が入る事で、酸度がPH 4程度まで下がり、殆どの雑菌は死滅する為に、乳酸菌も大変に重要な役割を持った欠かす事の出来ない菌の一つです。但し、納豆菌だけは流石の乳酸菌も太刀打ちが出来ない程の脅威的な菌であり日本酒造りには致命的な菌で有る為に、杜氏さんは新酒の仕込み時期が近づくと一切納豆は口にしません。ちなみに昨年の暮れになりますが、濁酒を仕込むために取り寄せた米麴を封開けしなければ大丈夫だろうと安易に考え、納豆



濁酒に自作ラベル





### お気に入りの器で手打ち蕎麦

で、『蕎麦前』と云う粋な言葉も知り、冬の間は手造りの(濁酒)無濾過生原酒の上汲みを蕎麦前で呑みながら、冬の寒い夜は手打ち蕎麦を投げ蕎麦にして頂き、普段は大好きな器で盛り蕎麦を頂きながら、至福の時を味わっています。

蕎麦と蕎麦前が運んでくれた、私の大人の贅沢な一時に乾杯！

そして美味しい蕎麦と日本酒を求めて、まだまだ私の旅も続きそうです。

(九期生・遊九の会 海岸昌子)

1パック入った冷蔵庫に保管した処、見事に失敗しました。発酵する事無く無残な結果となり、身をもつての体験をしました。

小説家の佐伯泰秀氏の時代小説を読んでいると、どの作品の中にも度々お酒を呑む場面が登場して来ます。どの描写も喉を鳴らしながらグイグイと一気に呑み干して、如何にも五臓六腑に染み渡るといった至福の時間が伺えます。このお酒が日本古来の伝統的な生酛造りのお酒だと思えば、タイムスリップしてお仲間に加えて頂きたい衝動に駆られる事もしばしばです。

そして、江戸ソバリエの仲間入りが出来た事

## ソバリエの醍醐味～人との関わり～

昨年11月、江戸ソバリエに認定して頂きました。

元々そば好きだったというわけではありません。一昨年10月、会社の先輩に連れられて「蕎麦屋 de819 (俳句の会)」(ソバリエ倶楽部事務局長の前島さん主催)に参加したのがきっかけです。会社と習い事以外の人との集まりは初めてだった私にとって、新しい仲間との出会いはとても新鮮で楽しく感じました。

それから毎月「蕎麦屋 de819」で美味しいお蕎麦屋さんに向うたびに「ああ、美味しいお蕎麦ってやっぱり違うんだな」と、普段食べていたお蕎麦との違いがだんだん分かってきました。

そして、基本的にお酒は飲めないのですが、蕎麦と一緒に日本酒を少しずつ頂いているうちにその美味しさを知ってしまいました。認定講座が近づくうちに、先輩ソバリエさん達から「ソバリエ(の資格)取るよね?!」とプレッシャーがかかり(笑)、蕎麦の美味しさに目覚め始めていたことに加え、好奇心の強いところのある私はソバリエ講座を受けることにしました。前島さんは蕎麦以外のジャンルでも活躍されていて、いろんな分野からソバリエ候補生を引っばってくるので、なかなか普段出会うことはない他業種の同期生仲間がたくさんできました。一緒に舌学レポートを書くための蕎麦の食べ歩きをしたり、脳学レポートのための情報交換をすることができました。

ソバリエになってからは、時々「石臼の会」などの蕎麦打ち会に参加させて頂き、自分の打った蕎麦の生地がやぶれてしまったり、茹でるとぶつぶつ切れてしまうのに苦笑いしながらも、



絵 川俣さん

蕎麦の奥深さを感じています。「仲間と一緒に何かをやる」のが楽しくて、10期生の会の幹事もやらせて頂いています。そこでは、ソバリエにならなければ一生出会わなかったであろう人達と、これからの目標などを熱く語っている自分がいます。正直なところ、私はこういう高尚な趣味を楽しめる余裕のある人間ではないし、いつまで積極的に関わられるかも分かりません。でも、同じ会社でずっと働いている私にとって人間関係はさほど変化がなく、いろんな環境で生きて来たいろんな世代の蕎麦仲間と触れ合うことは、とても刺激になり有り難く思っています。

『人との関わり』が、蕎麦の奥深さとともにソバリエの醍醐味かなと、今は思っています。

(10期生 篠塚雅美)

## 今後の蕎麦屋さんに期待すること



絵 川俣さん

近年のお蕎麦屋さんの状況として、新規開店よりも閉店するお店の方が上回っており、お店を先代から引き継いだ店主さんは、店名を変えたり外装や内装をリニューアルしたりと、新規の手打ち蕎麦屋さんや代々続く老舗のお蕎麦屋さんよりも苦労されています。

いまや、安い立ち食い蕎麦店だけでなく、ファミリーレストランやファーストフード店でも蕎麦を提供する店が増えた事で、蕎麦専門店として、蕎麦の味の差別化だけでは集客率が減る一方なのかもしれません。ましてや、キッチンとした考えの上でメニューを増やしたのなら良いですが、蕎麦屋に入ったはずが、蕎麦と関連した以外の食べ物、例えば、寿司や中華料理等もあり、何を食べて良いのかわからないお店が、いまだに多いことも考え物です。飲食店のセグメント分けがされていく時代背景で、蕎麦屋さんのバイキングメニューは、食材のコ

ストカットを考える上でも重要かと思えます。

もっとも、お客様が望んでいて、他店との差別化が生まれるのであれば、話は別です。また、メニューを絞れば良いとの事では無く、看板メニューを掲げる重要性です。そのお店でしか食べられないメニューは、人が人を呼びます。近年の口コミの拡散の速さは、マスコミ以上に効果が高く、ブログ等で文章としても持続性があります。その為にも、他店との差別化は、いつの時代にも有効だと言えます。

商売とは、他店との差別化を生むことも一つの課題ですが、簡単なことではありません。ましてや、考えは、自分の知識からしか出ませんので、他店の蕎麦屋さんを回ってアイデアを盗むことも悪くはありませんが、蕎麦屋さんのライバルは蕎麦屋さんでは無いのです。見るべきところは、完全にマニュアル化されたファミレスや、季節と地域を睨んだメニュー開発しているチェーン店です。ファミレスが近所にある蕎麦屋さんは、ドリンクバーが当たり前になってしまった事で、これを取り入れ、奥さま達の憩いの場を蕎麦甘味と合せて提供する事で当たりました。同じ様に近所の行列のラーメン屋さんを研究したら人気のヒントがわかるかも知れません。それを蕎麦屋のノウハウと結びつけることで新たなイノベーションが生まれると思えます。

自社の強みであるノウハウを、他業種の強みとあわせる事で、どんどんと差別化された、色々な蕎麦屋が今後も増えることを期待します。

(竹村佳昭)

## 短編小説と詩

### 1. 超短編小説 『おかめそば』

その下町の蕎麦屋はさほど大きくもない、ごく普通の店であった。それでも、年季の入った木の看板が親しみを醸し出しており、店内は質素ながら、ちょっとした調度に品の良さが漂っていた。隅に飾られている小ぶりなお酉さまの熊手も程良いアクセントになっていた。



ある日ふらりとやってきた瘦身の青年は初めての客だった。店内を考古学者のように念入りに眺めたあと、安堵したように微笑を浮かべるとおもむろに席についた。品書きもろくに見ないで〔おかめそば〕を注文し、品が出されると時々頷きながら時間をかけて味わった。

青年は帰り際に店の老主人に頭を下げ、一瞬迷った挙句、

「実は昔、母が若いころにこの近くに住んでいたんです。この店の〔おかめそば〕が大好きだったと言っていたもので、一度伺ってみました。とてもおいしかったです」と告げた。老主人はその母親の名を聞いて驚いた。

「あのアッチちゃんの息子さん？そうかい、よく来てくれましたねえ。アッチちゃんは本当にいい娘（こ）だったよ」と老主人は懐かしそうに呟いた。しかし、その「アッチちゃん」が先日亡くなったことを知らされるとうまく言葉を選ばず、辛うじて「残念だねえ」と答えた。

青年は再び一礼すると店の外へ出た。柔らかい風が向こうの路地から流れてきて、店の前で光に溶けた。青年はふと、母がこの店を好きだった理由が分かったような気がした。

### 2. 詩 『蕎麦の実のうた』

蕎麦の実ころころ三角錐  
地味なころもをまとっていても  
心はいつもさわやかに  
まっすぐ転べぬ不器用だけど  
とがった角（かど）にはわけがある  
意地は捨てたくないそうな

蕎麦の実つやつや三角錐  
山のふもとで大きくなって  
実りのときを確かめて  
立派な姿になってはみても  
昔恋しいときもある  
土の匂いを忘れぬそうな

蕎麦の実ばらばら三角錐  
大きなふるいで選り分けられて  
試練の臼へと運ばれて  
その身砕いて俠気（おとこぎ）見せて  
ほのかに気品を漂わす  
野暮にはなりたくないそうな

(唐木重典)

## 「そうだ！ お蕎麦を食べに行こう！」

最近、仕事での外出の際に、お蕎麦屋に立ち寄ることが楽しみになっています。私は仕事柄、都心や埼玉、神奈川に出かけることが多いのですが、その際にフッと思い立ち、近くのお蕎麦屋に立ち寄るのです。蕎麦屋探しに苦労しないのは、書籍「江戸蕎麦巡り」や、江戸ソバリエの皆様から美味しいお店を教えていただいたおかげです。有名な老舗あり、隠れ家的なお店ありで、どのようなお蕎麦が食べられるのか、ワクワクしての食べ歩きになっています。



先日は、「池之端藪蕎麦」に伺いました。藪蕎麦なので汁が辛めかなあとと思いながら待っていると、やはり辛め。そして暖かい汁でした。暖かいというよりも熱いくらいで、汁につけて蕎麦をすすった時の食感が予想と異なりびっくり。かけ蕎麦に近い喉越しだったのです。思わず「美味しい！」の一言。

新日本橋駅そばの「室町砂場」でも、いつもと違う蕎麦に出会いました。お勧めらしい「天もり」を注文。メニューには、「天婦羅そばとは異なる」との注意書きがあり、また「当店には、たぬき蕎麦はありません」とも。天もりは、どのようなお蕎麦なのだろう？？と思っていると、配膳されてビックリ！ 通常は別の器で出されるはずの大きなかき揚げが、つけ汁に最初から浮いていて！ もり蕎麦とかき揚げの風味が調和してクセになりそうな美味しさです。

日本橋にある「本陣房」では、山形産の辛味大根を使った「おろし蕎麦」を注文。辛いもの好きの私は、山盛りの大根おろしを期待しました。ところが一握り程度の量だったのです。少しガッカリしながら一口食べると、辛み大根がものすごく辛い！ その風味と蕎麦が絶妙なバランスで、大根おろしの量はピッタリ適量でした。昔、薬味はネギやワサビよりも大根おろしだったことを思い出し、当時の蕎麦はこのような味だったかもしれないと想像しながら食しました。

浅草橋にある「御清水庵宮川」では、初めての利き蕎麦を楽しみました。蕎麦の産地を言い当てることはとても難しいですが、食べ比べるとその香りや食感の違いがはっきりと分かります。それぞれに美味しく、比べているうちに食べ過ぎてしまいます。

ソバリエの皆様から教えていただいたお蕎麦屋さんには、まだまだたくさんあります。お店のことをあまり詳しくは調べずに出向くと意外な蕎麦との出会いがあります。このミステリーな蕎麦屋巡りは、実はとても楽しいです。

これから、どのようなお蕎麦に出会えるでしょうか、期待が膨らみます。

(10期 半田享)

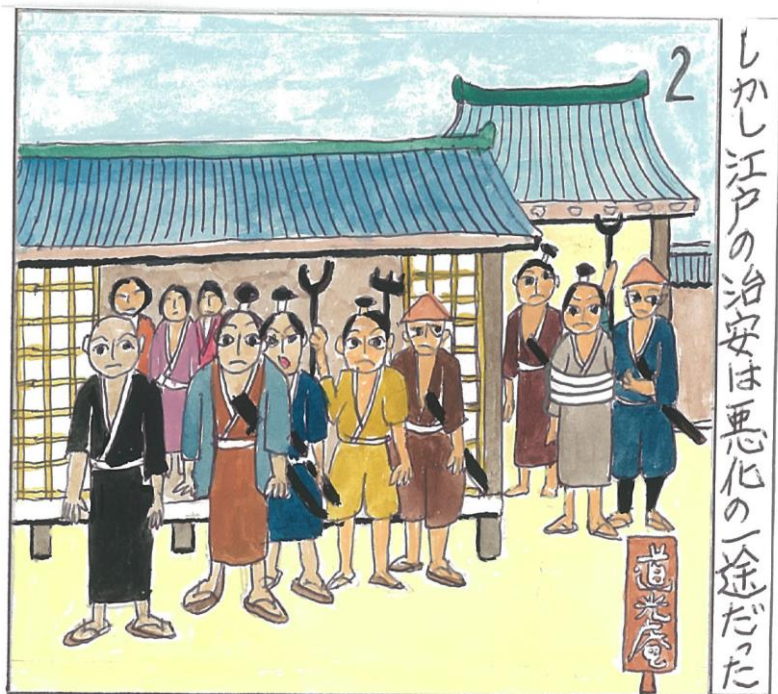




## 連載絵小説 そば寺（5）



蕎麦処道光庵は繁盛した



しかし江戸の治安は悪化の一途だった

寛円は丹後屋の二百両の寄進を受けて道光庵の造作を改修しそば店を開業することを決心した。それから数ヵ月経った或る日、本院の称往院の門前には「蕎麦処道光庵」と書かれた大きな看板が掛けられた。こうして道光庵はそば屋を開業した。そして物語は続くのだが話しは長くなるので詳しい話は又の機会に譲りたい。そこでその後の道光庵の行末を簡単に紹介しておこう。

開業して五年が経ち道光庵は江戸で評判のそば屋になった。そんな折、出前に出た外番の弥平次という男が日中数人の暴漢に襲われ死んだ。この事件を廻って江戸中の瓦版が連日挙って憶測記事を書きなぐり事件は江戸の町を席卷した。道光庵は葬儀のため三日間休業したが営業を再開すると瓦版の宣伝効果も相俟って大勢の客が押しかけてきた。江戸中の話題をさらい、この事件を堺に道光庵は世間から広く「そば寺」と呼ばれるようになった。安永元年、そば寺に二代目の蔡円が赴任した。蔡円は優れた商才があった。蔡円の在任中の十年はそば寺が最も繁栄した時期であった。

呉服商の大店丹後屋三郎衛門の支援もあり呉服商の寄り合いや、当寺に墓がある蕉門の宝井基角門下生の句会、そばの大食い競争などが盛大に行われ蔡倫の経営手腕が如何なく発揮されたのである。



天明二年、三代目の慈円という僧が京都知恩院から赴任した。慈円は七歳で知恩院に入り英才と謳われた人物で当時知恩院では大僧正の教譽が何故慈円を道光庵に送り込んだのか様々な憶測が語られた。



この頃から世の中は治安が乱れ始め、徳川幕府の權威が衰退し財政も疲弊し始めていた。江戸では商家が盗賊に襲われる事件や旗本浪人の刃傷沙汰が日常茶飯事に起こっていた。慈円は或るとき火付盗賊改方の役人の聴取を受けた。なんでも上方の盗賊一味を捕縛した際、彼等が標的とする大店の商家のリストの中に道光庵の名前も載っているという。そば寺の噂は京大

坂にまで届いているのだ。

慈円は世事の煩惱を断ち切り仏門に立ち戻らねばと毎夜阿弥陀如来と対峙した。

天明六年四月慈円は京に登った。金戒光明寺に覚円を訊ね一夜を語らった翌日知恩院に教譽大僧正を訊ねたが不在でいつ戻るか分からないという。数日後、奈良から戻った教譽は覚円の訪問を受けた。「慈円が来たか、そうか、そば屋を辞めるつもりか。覚円そなたには済まぬが、わしが慈円を赴任させた意図が報われたようだ。」

天明六年十月「蕎麦処道光庵」の看板が外された。そして以前のような静寂が戻り称往院の本堂では以前と変わらぬ僧徒信徒が念仏修行に励んでいる。

世間ではこんな歌が流行った。「道光庵、念仏修行を放り出しそば屋家業にうつつを抜かす。それで怒った知恩院、そばを食うのもご法度よ。」無論事實は違う。

皆念仏修行は一日とて欠かしたことはなく、彼等は身を粉にして無償で働いたのだ。しかし慈円は世間の批判を甘んじて受け仏門に戻った。こうして一時代を風靡したそば寺は三代で幕を閉じた。

—完—

\*この物語はフィクションです

(作 絵 川 侯 静 )

## 蕎麦フォト・ギャラリー

### ■とうじそば



松本にあるお蕎麦屋（野麦路）さんです。自動車修理工場の裏手の意外なところにあるお蕎麦屋さんで、とうじそばはお蕎麦のしゃぶしゃぶの様で面白かったです。

(2014. 5. 4. T.T.)

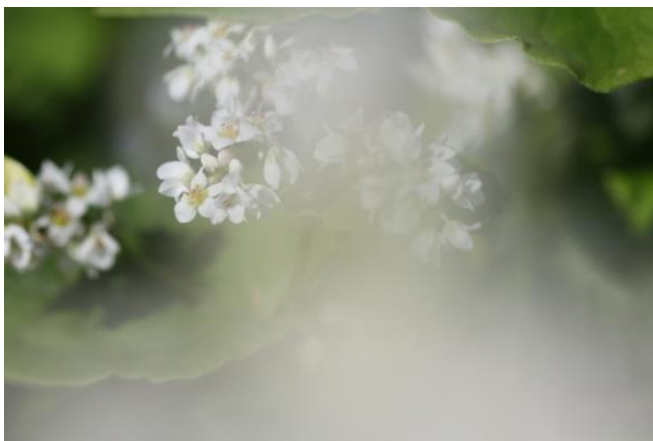
### ■夏蕎麦のみのり



4月19日に播種した蕎麦は、もう花の時期を少し過ぎて黒い実が見られるようになってきました。あと2週間ほどすると収穫できるかもしれません。

(2014. 6. 14 招福猫児)

### ■蕎麦の花



昨年の農林水産大臣賞に輝く八溝蕎麦の種子から花をさかせました蕎麦の花を印象的に撮りました。今年も川越蕎麦育成会に参加して蕎麦を育てます。

(2013. 10. 13 鈴木幹雄)



**■こだわりのサービス**

水天宮の長寿庵では各テーブルにうずらの卵がてんこ盛りに置かれていて自由に食べることが出来る。専用のハサミでカットして汁に入れてそばを食べるのが楽しい。

(2011. 4. 8 うずら翁)

**■大釜戸**

江戸後期の文化財建物の大釜戸。普段は見学のみだが、そば振舞いイベントでは火が入る。ベテラン釜前の指導で難しい薪の火力調整を行い、美味しいそばが茹であがる。(2013. 11. 23 愚蕎楽)

**■かんだやぶそば新店舗（工事中）**

火事から1年4カ月。囲いの中に、瓦葺き平屋（店舗？）と背後の鉄筋2階建とがつながった新しい建物が見えます。竣工は10月、新そばに間に合いそうです。(2014. 6. 25. 神田妙人)



New Wave Soba Restaurant 《No.1》

## 新丸の内ビル『酢重正之 楽』

伝統にとらわれずに、新しい発想でそばを料理するニューウェーブな蕎麦屋さんが増えてい  
ます。江戸っ子は新しもの好き！ ニューウェーブな食通めざして、食べ歩きを連載で紹介し  
ます。

第1回目は新丸の内ビル地下1階にある蕎麦屋さん、店名は「すじゅうまさゆき らく」と読む。軽井沢に本店がある味噌、醤油の老舗・酢重正之商店が約3年前にオープンした店で、同じビル5階にはグループの和食レストラン「酢重ダイニング」もある。

楽と書かれた白い暖簾をくぐると15席ほどのコの字型カウンターのみの小さな店舗、ダークでウッディなインテリアにジャズのBGMが流れていてレトロな落ち着いた雰囲気漂っている。

蕎麦はと言うと、これが信州発祥の店らしい黒くて太い田舎そばオンリー。お客の面前で丼に盛られたそばにたっぷりと煎り胡麻（大サジ2杯）と刻み海苔（トングで2掴み）がかけられ、それをお椀の温かい汁につけるか、冷たい汁をぶっかけるか選んで食べる。薬味のネギやワサビは無い。トッピングは、おろし、とろろ、野菜（キャベツ等）、豚肉、天麩羅（野菜2品・イカ・竹輪のセット）辛味鶏、煮卵等いろいろあり、ほとんどのお客さんはトッピングを注文する。値段は1品トッピングして800~900円台、普通盛りでも十分な量だが、ランチタイムの大盛は無料サービス



新丸ビル地下1階の店構え

となっている。

この店のそばの特徴は何と言っても食感、そばをすすむというより、腰のある太いそばをよく噛む感じで、量の多さもあり食べ終わるのに時間がかかる。細めのそばをさっと手繰るのを良しとする伝統的そば通の評価は厳しいかもしれないが、好きな人は麺の食感とトッピングの妙、豪快さにハマりそうである。

夕刻からは居酒屋タイムになる。お酒に合うシンプルなおつまみが揃っており、野沢菜や醤油豆を使った料理等ローカル色ある蕎麦前も楽



店内カウンター。冷たい蕎麦茶ポットも常備

しめる。

河邊店長に話を伺った。そばは長野の製麺所から毎日直送、汁は鰹と昆布の出汁に2種類の醤油をブレンドして薄めに仕上げているとのこと。丸の内という場所柄平日はサラリーマン風の客が中心で、意外と女性客（それも一人で）が多いようだ。丸の内や大手町の新ビルラッシュで地下もつながって店の前の人の流れも増え立地の良さを実感、昼、夜とも来店客数は多く、週に何度も通う常連客も結構いるとのこと。ランチも丼物とのセットなど出さずに、そばだけで勝負、ヘルシーさと腹持ちの良さでサラ飯としての評判もいい。太くて硬い麺の好みは分かれるようだが、新しいスタイルのそばに相応の手応えを感じているようであった。



若者を中心に濃厚な豚・鶏・魚だしスープに太麺ラーメンのつけ麺ブームが続いているが、この店のそばはつけ麺を彷彿させ、それも人気の理由ではないかと思う。

東京駅にも近い丸の内の一等地で頑張っているこの蕎麦屋さんを見ていると、ニューウェーブとはいえ、信州そばの伝統の力みたいなものを感じずにはられない。

丼のもりそば。トッピングは野菜と豚肉

● 酔重正之 楽: <http://www.suju-masayuki.com/shop/raku.php>

住所: 東京都千代田区丸の内 1-5-1 新丸の内ビルディング B1F 電話: 03-5218-5050  
(江戸家二八)

## 江戸ソバリエ協会便り

特定非営利活動法人 江戸ソバリエ協会  
Edo Sobalier Society

<http://www.edosobalier-kyokai.jp>

☆蕎麦学の講座 No. 1 — 第 11 回江戸ソバリエ認定講座受講生募集中!

皆さまのお蔭で、多くの方々から「蕎麦学講座 No. 1」の評価をいただいています。その理由として、一つは講師が専門家、二つは総合講座であるということです。

その江戸ソバリエ認定講座の第 11 回目を募集しています。今日現在(6/27)のところ満席がちかくなってまいりました。これも江戸ソバリエの皆さまのご尽力の賜物と心から感謝を申し上げます。とくに、寺西恭子先生、北東製粉様、『蕎麦春秋』誌様におかれましては、多くの方々にお声をかけていただきありがとうございます。

心より感謝申し上げます。

「蕎麦の花 手打ち 蘊蓄 食べ歩き 粋な仲間と楽しくやろう♪」《江戸ソバリエ宣言》



## ☆食の恵みを感謝！

「頂きます♪ ご馳走さま♪」を言うのは日本人の美しい慣習です。それは食の恵みに感謝する気持の表れでしょう。

江戸ソバリエ協会では「食の恵みを感謝」するために、蕎麦喰地蔵尊、神田神社、国王神社、そば守観音様への江戸蕎麦の奉納を支援しています。

- ◎ 蕎麦喰地蔵尊(練馬区九品院)  
九品院様が協会をお訪ねされたことから、平成17年より実施。
- ◎ 神田神社(千代田区)  
サンフランシスコ蕎麦打ち会にご一緒した堀田康彦先生(かんだやぶ)からのご提案がきっかけで、平成20年より実施。
- ◎ 国王神社(坂東市)  
神田神社のご縁で、平成21年より実施。
- ◎ そば守観音様・ご本尊様(調布市深大寺)  
深大寺一味会に所属されている松岡様(江戸ソバリエ石臼の会)のご縁で、平成24年より実施。

そのうちの深大寺献そば式は夏そばを味わう集いとともに、今年も7月19日(土)に行われます。関係者は皆さまを代表してそば守観音様に食の恵みを感謝したいと思います。

## ☆高い注目度 — 江戸ソバリエ協会公式サイトへご投稿を！

最近、協会へのお問い合わせが増えています。「お問い合わせベスト4」は下記のページです。

いかがでしょうか。皆さまのアイデア、仲間づくりなどを写真、イラスト、文章で表現しませんか。

「探せ、さらば見つからん」とも申します。身の回りに楽しいこと、粹なことがたくさんあるとおもいます。お待ちしております。

- ◎ 江戸ソバリエのアイデアマン
- ◎ 国境なき江戸ソバリエたち
- ◎ レポート編
- ◎ 登録:古民家蕎麦屋

[特定非営利活動法人 江戸ソバリエ協会 理事長]

## 江戸ソバリエ倶楽部事務局からの連絡事項

### 1. 江戸ソバリエサロンのご案内

毎月第四木曜日にソバリエの勉強会を開催しています。詳しい内容は、下記ホームページを参照してください。

江戸ソバリエ倶楽部ホームページ：

<http://blogs.yahoo.co.jp/fwgj3451/>

(予定テーマ)

- 7/24 高井真佐実さん 群馬赤城夏蕎麦生産について
- 8/28 コンサート 安達のり子さん
- 9/25 中林広一さん「中国におけるソバ食について」





- 10/23 大西 店主 発芽そばについて <http://www.ohnishisoba.com>  
 11/27 神足リエさん スロバニアの蕎麦料理について  
 1/22 イトウエルマさん 立ちそばガールの紹介について

(事務局長 前島敏正)

## 次号作品・原稿募集 (10月20日締切り)

### ■蕎麦フォト・ギャラリー

- ・作品は蕎麦に関連するテーマの写真1枚とその説明文(表題15字以内、本文80字以内)とします。記名が原則ですがペンネームでも構いません。テーマは蕎麦に関連すれば何でも構いませんが(料理、店舗、蕎麦打ち、栽培等)、独自性があり共感を呼ぶものを期待します。



- ・写真は自分で携帯電話カメラかデジタルカメラで撮影したもので、下記メールアドレス宛先に写真ファイルを添付して、説明文(表題15字以内、本文80字以内)、撮影日、名前(又はペンネーム)を明記のうえ送信してください(電子メールに限ります)。
- ・応募は一人1作品とし、応募作品のなかから編集部で佳作を選定の上、誌面に掲載いたします。

### ■会員投稿

- ・蕎麦に関連することならテーマは自由(エッセー、俳句・川柳、絵・イラストなど)。
- ・原稿は1000字以内(若干の字数オーバー可)で、記名が原則ですがペンネームでも構いません。編集上ワードファイルで作成して送信していただくと助かります。

### ☆送付宛先 (FAX・電子メール) ☆

広報担当: 横田元育 FAX 03-3392-4799 E-mail [mo.yokota@nifty.com](mailto:mo.yokota@nifty.com)

加藤正和 FAX 03-3643-4732 E-mail [hs3m-ktu@asahi-net.or.jp](mailto:hs3m-ktu@asahi-net.or.jp)

(\*) 郵送希望は、FAX番号にお電話いただければ送付先住所をお伝えします。

## 編集後記

「そばの本」として最も古いのが、1751年に書かれた「蕎麦全書」である。

著者は日新舎友蕎子で、本人がそば屋だったかどうかはよく分からないそうだ。そばの打ち方から、小麦粉の入れ具合、薬味、出汁の作り方、蕎麦の産地、そば屋の歴史、評判のそば屋の名前など内容は多岐に亘る。蕎麦全書は、新島繁著「蕎麦史考」の中で全文を載せ脚注をつけているが、少し分かりにくいので平成18年発行の現代語訳「蕎麦全書伝」（藤村和夫氏訳解）のほうの方が分かり易い。時代は下り昭和5年滝野川「藪忠」店主村瀬忠太郎著「蕎麦通」が発行された。

最初のほうのページに本人がそばを打つ写真が掲載されている。鉢巻をしてもみあげ深く長い顎鬚を蓄えた老人である。巻頭の自序で著者が述べているが本人は満足に字も書けず、従って後援者の高岸拓川の口述筆記で完成した本であり、親の代から継いだそば屋家業に関する話はべらべら話せるが、古い記録や難しい漢文などは自分が話したことではなく「蕎麦志」や「蕎麦考」（明治時代に発行のそばの本）などの引用ですといっている。著者の口述となる話は全文204頁の半分くらいだろう。その中で江戸の終り頃色々な変わりそばを作って武家屋敷に出前して回っていたという話などは誠に面白い。昭和32年発行の「そば」、昭和44年発行の「そばの本」は植原路郎著である。

結論を言うところした本を何度も読むと蕎麦全書がそば本のバイブルだと言うことが良く分かると思う。250年前のそば屋は普通小麦粉四分の一のつなぎを使っていて、ひどいところでは小麦粉三分の二蕎麦粉三分の一のそば屋もあるという。現在にも通ずるようだ。

(川俣 静)



絵 川俣さん