

江戸ソバリエ倶楽部通信



[目次]

かがやき亭	p. 2	第11回倶楽部総会	p. 11
蕎麦と交流を求めて山形	p. 4	ソバリエサロンレポート	p. 12
蕎麦と石けんと私	p. 6	江戸ソバリエ協会便り	p. 13
イラストデザイナーとして	p. 7	事務局からの連絡事項	p. 15
聖一国師堂	p. 8	次号作品・原稿募集	p. 15
蕎麦フォトギャラリー	p. 10	編集後記	p. 16

会員投稿コーナー

西荻窪『かがやき亭』のそば振る舞い

NPO法人『ももの会』では主に高齢者向きに食事と喫茶と交流の場を提供する活動を行っており、もともと西荻窪のおそば屋さんであった店舗をその活動拠点としています。

その活動のひとつに『週末1dayシェフ』というのがあり、ボランティアメンバーによる食事提供を行っています。その『週末1dayシェフ』に奇数月の第2土曜日に『そば打ち研究・無の会』メンバーが中心となり、毎回ソバリエ7～8人でそば振る舞いを行っています。

この取り組みは2011年から始めており、6年間も休まず定期的に続けてきました。毎回40名様分以上のそば料理とお弁当の対応をしており、開催日には大忙しとなります。

お客様は地元の方達が中心となりますが、最近はファンも増え(?)遠方よりわざわざお越し頂くお客様も増えてきました。

メニューは二種盛りのおそばをメインに、天ぷら(大ぶりの海老と季節の野菜)、揚げそば、そば焼き味噌またはそば稲荷、さらにデザートのおそばのシフォンケーキと豪華な内容で800円という格安な価格で提供しています。

二種盛りのおそばは『二八そば』を基本に、季節に合わせて『十割そば』『桜切り』『蓬切り』『レモン切り』『柚子切り』などの変わりそばを組合せてお客様に楽しんでもらっています。そば振る舞いのある日は早朝からメンバーが集まり、各担当に分かれて手際よく準備を始めます。そばを打つ者、天ぷらの下ごしらえをする者、食器類の準備をする者、誰に指示されることなく開店の11時半を目指して作業していきます。

そして11時半。開店前よりお越しになりお待ち頂いているお客さんから一気にオーダーが入り、厨房は戦争のようになります。しかし厨房内のメンバーは慣れた手つきで、それぞれの担当業務をタイミングを合わせながら作業し、おそばや料理を効率良く並べて配膳していきます。

あっという間に時間が過ぎ、13時過ぎになるとようやく落ち着きだし、14時過ぎに最後のお客様をお送りして閉店時間となります。大まかに片付けをしてからスタッフの遅い昼食となりますが、この時のビールの美味しいこと、堪りません。

昼食後に最終的な片付けを終えて、16時近くによりやく終了となります。

このそば振舞いは、これまで6年間・通算34回も開催してきましたが、お客様の『美味しかった』の声に支えられて頑張ってきたのだと思います。

皆様も是非一度『かがやき亭』にお越しください。お待ちしております。

『かがやき亭』

〒167 - 0042 東京都杉並区西荻北 4-4-4 三益ビル1F JR西荻窪駅から徒歩8分
 ※そば振る舞いは原則・奇数月の第2土曜日 11:30~14:00です。

(江戸ソバリエ・ルシック 畑 貞則)



かがやき亭の看板



蕎麦打ちの様子



忙しい厨房の様子



お客様の食事中



おいしそうなそば懐石



おいしそうなそば懐石2

暖かなおもてなしと美味しい蕎麦を求めて山形へ

仙台に住んでいた子どもの頃に、山形から行商に来るおばあさんがいました。新鮮な野菜や果物が入った大きなかごを担いで仙山線に乗り、ひと山越えて仙台に訪れ、一軒一軒歩いて販売していました。そのおばあさんが、我が家に来ると「山形のばあちゃんが来たあ！」と言って家族が集まり、かごの中をワクワクしながら覗いたこと、ほっこりする柔らかな笑顔と暖かな眼差しを今でも鮮明に覚えています。山形は、美味しいものの宝庫と子どもながらにうらやましく思っていました。仙台に居住するにあたり、広瀬川が近く、仙山線の沿線にこだわったのは、そんな幼き頃の思い出があったからなのです。

仙台のそば屋を訪問していると、美味しい蕎麦ならやはり山形に行かなければという声をよく耳にしました。仙台のそばは、食べた気がしない。山形の太い、硬いそばでなければ、満足しないという意見も多かったのです。山形の蕎麦を何度か食したことはあるものの、もう一度きちんと味わってみようかと思っていたところに、山形の3種のそばを同時に食べ比べができるというイベントを見つけました。それが、2012年10月6日に山形県村上市で初めて開催された「最上川三難所そば街道そば食べ比べ」というイベントでした。(今年は、尾花沢で7/16(土)に行われます。)



3種食べ比べ

写真左上が、大石田「来迎寺在来」、右上が尾花沢「最上早生」、右下が、村上「でわかおり」。10月ということで、新そばかと期待したのですが、残念ながら新そばは、1か月後に各々の地域で開催される新そば祭りで振舞われるということでした。山形では、収穫時期が遅く、10月後半から11月にかけて収穫されます。よってこのイベントは、秋に行われる新そば祭りのPRを兼ねていました。



蕎麦屋まんきちのご主人

このイベントが、山形でのそばのつながりを広げてくれました。「蕎麦屋 まんきち」の店主(現在は、息子さんが跡を継いでいます)や、大石田「蕎麦道楽の会」のTさん(家具屋さんでそばの道具も販売)と縁ができ、その後交流させていただいています。大石田では、来迎寺在来の種を守るために隔離された限定された場所で栽培しているため、収穫量が少なく地域での流通のみになっているようです。去年の年越しそばは、無理をお願いして分けていただきましたが、香りの強い美味しい蕎麦でした。毎年10月末に開催される大石田新そば祭りでも、販売されます。一つのきっかけがでると、不思議なもので縁は広がっていきます。

山形の最上町東法田でそば畑の共同オーナー募集という記事を見つけました。高齢化が進む山間地での地域興しと休耕畑の有効活用という目的で近隣の人々に共同オーナーになってもらおうと始めた活動でした。一口4,000円で最上早生3kgのそば粉を受けとれるというものでした。夏に種まき、秋には農産物の収穫体験、11月には、収穫祭にて新そば粉でそば打ち会と楽しいイベントが予定されていましたが、何よりも地域の方々と地元の家庭料理を食べながら交流できることに魅力を感じて、すぐに参加することにしました。



初種まき体験



地元料理で会食



オリジナルラベル

また、尾花沢市細野村でも最上町に習い共同オーナーの募集があり、こちらもオーナーになりました。2015年からは、仙台に単身赴任中の江戸ソバリエのSさんも誘い、2人で参加しています。今年も2人で参加の予定です。



細野村で種まき



地元運営の「蔵」で会食

(6期生/ルシク 並木謙之介)

蕎麦と石けんと私 ~蕎麦石けんができるまで


 手作り石けんTè Tè
 石けんソムリエ
 江戸ソバリエ



私の蕎麦との出会いは約3年前、東北復興支援で福島産蕎麦粉のガレットを販売していた頃、蕎麦がきや蕎麦だんご、蕎麦粉を使ったメニューの研究をしているうちに、蕎麦を打ってみたいと思ったのが始まりです。まずは美味しい蕎麦を食べに行こう。そう思い蕎麦屋めぐりを始めたのですが、一人でもふらりと入れるお蕎麦屋さんの雰囲気、シンプルながら美味しい蕎麦、そして日本酒と美味しい蕎麦前！すっかり蕎麦の魅力にはまってしまいました。

それからは美味しい蕎麦を求めて食べ歩き。河口湖や長野へ蕎麦を食べに行ったり、北海道沼田町の町長さんにご縁をいただき、沼田町まで出向き蕎麦を打ったり、隣町の幌加内蕎麦祭りに行ったり。現在は茨城県で、地元の農家さん、母の友達、スリランカから来た蕎麦打ち名人、みなさんから蕎麦打ちを教えていただいています。

一方、石けんとの出会いは10年前。私は小さい頃からアトピー&アレルギー体質で肌が弱く、玄米や自然食品を食べて育ったのですが、大人になってからも肌は弱く、市販のボディソープやシャンプーが体に合わず・・・良いと言われる化粧品を試しても良くならず本当に悩んでいました。

そんな時に出会った「手作り石けん」。石けんや化粧品を自分で作るようになり、頭からつま先まで、食器も衣類も石けんで洗うようになったら、みるみるお肌が元気になったのです！！

そして、同じ悩みを持つ方々にお届けできたら...と思うように。

そんな想いから、手作り石けん教室やイベント出展、販売店舗、ホームページを通して、手作り石けん&ナチュラルライフを伝える活動をしています。

そして、私の人生を変えてくれた「石けん」、私の世界を拓けてくれた「蕎麦」の夢のコラボ「蕎麦石けん」が産まれたのです。

蕎麦打ちをすると手がすべすべになるかも・・・？それなら石けんにしてしまおう！という訳です。今年の蕎麦石けんは「北海道沼田町」の蕎麦粉を使っています。オリジナルの蕎麦キャラ「ソバミちゃん」のラベルを貼った蕎麦石けん。蕎麦好きの方にご好評いただいております。蕎麦アーティスト「ゆさそば」さんに「ゆさそば石けん」のオーダーをいただき、ワンマンライブで販売していただいたり。蕎麦を通して繋がるご縁に感謝しております。これからも、蕎麦や石けんを通して、世界を拓けていきたいです

石けんソムリエ 手作り石けんテッテ代表 江戸ソバリエ11期 稲葉 裕美

イラストデザイナーとして

江戸ソバリエ 11期 広報室の芝原(しばはら)と申します。
すでに発表済みの「蕎士会ロゴ・襟章・名刺・イメージキャラクター：じゅういち丸」を創造しました。趣味でロゴ、キャラクターデザインを世に送り出しています。

デザイン創造は、昔から好きでしたが、作品化の出発点は、忠臣蔵・赤穂浪士の赤穂藩城代家老「大石内蔵助(くらのすけ)」をゆるキャラにした「蔵ちゃん」が第一号となります。赤穂には、「じん太くん」という「華麗な？陣太鼓キャラ」がありますが、やはり「くらのすけ」でなければ・・・という思いから作ってしまいました。この作品は、Tシャツにもなって、泉岳寺山門の土産もの屋で販売されています。また、群馬県の「富岡製糸場を世界遺産にする会」に所属していたご縁から、「富岡製糸場Tシャツ」も作っております。



メインの趣味は、「旅歩き」で世界をまたに(たまに?)、鉄道・温泉・グルメ・ソバとつながっております。

ソバを「全く打たない派」として特異なソバリエとして活躍(顔を出して)います。

この度、第二キャラとして、「じゅうにひとえ もり姫」を登場させました。

ソバ処 出雲出身の巫女さまで、じゅういち丸の師匠にあたります。

(江戸ソバリエ 11期 芝原 雅人)



聖一国師堂

静岡市清水区イオン清水店の一角に、聖一国師堂があることをご存知でしょうか。もともと地元でも知っている人は少なく、店員に聞いても分からず写真を見せてようやく敷地のはずれにお堂があることがわかった。巨大なショッピングモールに集まる人は多いが聖一国師堂を訪れる人はほとんどいないようだ。駐車場への道路を横切り、石段を登ると小高い丘の上に赤い御堂が見えてくる。これが江戸ソバリエ講義でほし先生の蕎麦全書にある「水磨の図」を日本にもたらしたとされる僧円爾を奉った御堂だ。

聖一国師（円爾）は建仁二年（1202）に今の静岡市葵区柝沢で生まれ5歳の時、久能寺（現在の鉄舟寺）に入り後に三井園城寺や東大寺、長楽寺、久能山、寿福寺を巡り嘉禎元年（1235）宋に留学した。宋では明州の阿育王寺、天童寺さらには杭州の靈隠寺で修業を積み、径山の佛鑑禅師に学び仁和二年（1241）年帰国した。帰国後博多で崇福寺、承天寺を開山しその後京都の東福寺に移り、聖一和尚と呼ばれ禅の唱道者となった。弘安三年（1280）79歳で亡くなるが、正和元年（1312）花園天皇から国師号を授けられた。国師号の第1号である。

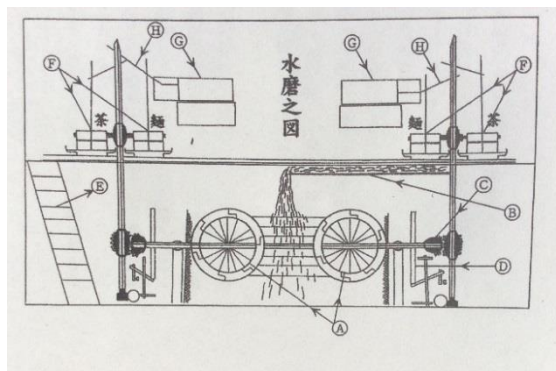
宋では仏典の修業ばかりでなく、「水磨の図」の筆写、茶の研究、陶器人形の研究も行い日本に技術を伝えたが、中国から持ち帰った茶の種子を郷里柝沢の隣部落、足久保の里に植えたことにより全国的に知られる静岡茶に貢献したとして、昭和29年旧狐ヶ崎遊園地（静岡市清水区）の御堂に国師真像を安置し開眼の儀を行いその後毎年供養、法要が営まれている。ただ案内文によると「茶の種子や麺類、人形などの技術・・・」と書いてあるだけで、そば好きとしては物足りない思いがする。御堂の裏には巨大な「石のひな人形」「人形塚」があるが、これも国師が人形作り技術を伝えたことによるものか。

御堂の後は静岡市葵区横内町の安田屋本店に向かう。目当てはルチンとカテキン2種類のポリフェノールが摂取できる「茶つきり」。温かいそばからはお茶の香りが立ちのぼる。そのほか「大御所そば」「登呂そば」など楽しいメニューが多い。コミック乱ツインズ 2016年7月号に掲載の「そばもん外伝 駿府のそば」（山本おさむさん著）の舞台でもあり歴史を感じさせる店で現在の建物は20年ほど前に建てられた。城下町の民家を再現した蔵造りで「静岡市民景観賞」を受賞したそうだ。これからも長く伝統を保ってほしい。

（11期 赤尾吉一）



聖一国師堂



水磨の図



安田屋本店



蕎麦フォト・ギャラリー



「切りべら23本」を確認します。

上手に切れたかな？
 細い江戸蕎麦になったかな？
 自己チェックして、研鑽に努めます。
 (2016.6.1 お蕎麦音頭)



昔の蕎麦屋の看板

明治大正期に流行った蕎麦屋の看板です。
 福助の絵の入った看板はほとんどがこのレイアウトです。
 手描きのようにどの看板も筆致は微妙に違います。
 「毎度ありがとうございます」のますは柵の絵です。
 (2016.6.10 soba 太郎)



そば饅頭

餡子の入ったそば饅頭です。
 蒸したばかりのものより、少し時間がたって固くなったほうが味がよいです。
 でも蕎麦はやはり蕎麦切りが最上の食べ物ですね。
 (2016.6.28 食いしん坊)

倶楽部企画イベント

第11回江戸ソバリエ倶楽部総会

平成28年5月22日(日)午後1時から神田神保町のダイニングカフェ・エスペリアで第11回江戸ソバリエ倶楽部総会が開催されました。会員の出席者は54名でした。

初めに小川会長から挨拶があり次いで議案の審議が行われました。

議案は(1)第10期活動報告及び決算報告 (2)第10期会計監査報告 (3)第11期活動方針及び予算案 (4)第11期役員 以上の議案が審議され承認されました。

質問はありませんでした。

承認された第11期の役員は以下の通りです。(あいうえお順)

赤尾吉一、大石ゆかり、一ノ瀬静男、石垣佳之、石田大三、岩井正道、穎川嘉夫、小川有三、小沢和重、岡本美穂、糟谷健司、川俣静、菊地佳重子、佐藤悦子、鈴木幹雄、高橋玄生、竹村佳昭、長山登喜子、根本利之、日高啓華、福田勝次、前島敏正、松本政憲、牧野眞木子、平林知人、平田悦男、小林照男、畑貞則、山田義基、吉田道人 (以上30名)

総会の後、関崎泰博さんのそば打ちの実演が行われました。

関崎さんは北海道にお住まいの当倶楽部の会員であり、全国(信州、大江戸、福井、福島)の素人そば打ち名人の四冠を達成された方です。実演中に質疑応答があり楽しいそば打ち会になりました。打ったそばは希望者10人に配られました。その後、懇親会が開催されました。来賓の江戸ソバリエ協会のほしひかる理事長から平成28年度の江戸ソバリエ認定講座のご案内がありました。懇親会は午後5時に散会しました。(広報)



ソバリエサロン レポート

毎月第4木曜日に開催されているソバリエの勉強会“ソバリエサロン”をレポートします。会場は、ホテルニューオータニ レストランガンシップです。

今後の開催予定は、本誌の『事務局からの連絡事項』をご覧ください。

お蕎麦の写真の撮り方の勉強

フォトグラファー 近藤宏さん
 広告写真撮影 30年の近藤宏さんに、料理の写真の撮り方のポイントを教えて頂きました。

- ① 構図(カメラのグリッド機能を活用しよう) ②露出補正(+1.5~+2位の明るさで撮ろう) ③強調したい所をアップで撮ろう ④逆光気味で撮ろう。フラッシュはたかない。等々。

美味しい写真を撮れるようになりました。

2016/3/24 開講



蕎麦写真

経帯麺を再現 江戸ソバリエ 海緑風さん

江戸ソバリエ7期生の会 七江会の研究発表です。中国と日本の麺食文化の歴史を遡り、居家必用事類の経帯麺を仮想再現し、精進汁のしいたけ汁と梅昆布汁も仮想再現し、試食致しました。経帯麺とは、小麦粉・鹹・塩・水を練り、熟成させてから薄く延ばし、巻物の紐状に切ったものです。

生まれて初めて食べた麺でした。美味しかったです。

2016/4/28 開講



経帯麺

蕎麦石けんができました

江戸ソバリエ 稲葉裕美さん
 アレルギー経験から、ココロとカラダにやさしいものを求めて手作りの石鹸を作るようになりました。3年前から始めたそば打ちに魅了され、蕎麦打ちを学んでいます。蕎麦を打った後、手がスベスベになることから『蕎麦石けん』を作り始めました。

蕎麦の効用が石けんに活かされるとは、ビックリぽんでした。

2016/5/26 開講



蕎麦石けん

(特派員 #SOBA)

江戸ソバリエ協会便り

蕎麦の花 手打ち 蘆薈 食べ歩き 粋な仲間と楽しくやろう♪

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>

.....

☆第13期江戸ソバリエ認定講座 募集中♪

江戸ソバリエは、「江戸の味」にこだわっています！
今回から、「だし」の第一人者伏木享先生と江戸東京伝統野菜の専門家大竹道茂先生が講師陣に加わりました！
もっとお仲間をつくりましょう♪
募集要項 ⇒ <http://www.edosobalier-kyokai.jp/>
申込 : toiawase@edosobalier-kyokai.jp

.....

☆第Ⅱ期江戸ソバリエ・ルシック認定 !!!

第Ⅱ期江戸ソバリエ・ルシック認定式(神田神社)を行い、次の方々が受賞されました。おめでとうございます♪ ますますのご活躍を期待いたしております。

- ・脳学論文最優秀賞＝
池田勇介様
「IT を利活用した仲間運営管理システム」
砂野信様
「蕎麦のススメ～蕎麦は人の心を繋ぐのか？～」
- ・脳学論文優秀賞＝海緑風さま・佐藤悦子さま・田口清美さま・
藤田ルツさま・谷岡真弓さま・石田大三様・箱崎匠一様
- ・手学最優秀賞＝荒井香織さま
- ・手学優秀賞＝前浜静男様・大西正洋様・砂野信様
- ・第二代食べ方名人＝谷岡真弓さま・荒井香織さま・前浜静男様
- ・準名人＝佐藤松江さま・一ノ瀬静男様・星崎輝夫様・土屋照雄様・前川明様・
砂野信様

.....

☆How to Enjoy Soba ♪

英語でお蕎麦を食べよう？ 英語判「お蕎麦の食べ方」を作りました。江戸ソバリエ認定のお店様、ぜひご利用ください。日本で美味しいお蕎麦を食べた記念に「How to Enjoy Soba ♪」をお土産にほしいというお客様もいらっしゃるそうです。

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

.....

☆第4回 武蔵の国そば打ち名人戦 募集開始♪

名人位は「埼玉県知事賞」の授与。

開催日：10月22日(土)

会場：志学会高校体育館(埼玉県杉戸町)

実行委員長：安田武司(そば塾 彩蕎庵 塾長、第2代信州そば打ち名人、第6代全日本生粉打ち名人、日本医科大学・東武医学技術専門学校非常勤講師など)

審査員：マダム節子(江戸ソバリエ講師、日本橋そばの會会長、素人そば打ち五段位)、ほしひかる(江戸ソバリエ協会 理事長)他、全国のそば打ち名人

後援：埼玉県、杉戸町、全麵協、蕎麦春秋

問合：小川事務局長 080-1057-4426

.....

[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. 年会費納付と未納の方へ

会員の皆様、会費は前納制となっています。今回の31号のソバリエ通信の中に振り込み用紙が同封されていますのでそれに従って振り込みをお願い致します。

口座名義 「江戸ソバリエ倶楽部」

郵便振替口座番号 00190-4-724749

手数料(窓口の場合 120 円、ATM の場合 80 円)は各自ご負担をお願いします。ご不明な点がありましたら下記へ連絡ください。

(連絡先)前島敏正 携帯 090-6176-8082 Email sobalier@gmail.com

2. 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。詳しくは下記ホームページを参照下さい。

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)

16 年年 6 月 23 日 池田物産 池田正さん 出汁についての講演と実演

16 年年 7 月 28 日 そば助 店主八木大助 そば助の今後の展開

16 年年 8 月 25 日 音楽会 小笠原育美さんと赤羽拓真さん ピアノとパーカッションのコラボ

16 年年 9 月 22 日 新潟県 松の井酒造 松井社長 新酒仕込みについて

(事務局長 前島敏正)

次号作品・原稿募集

(締め切りは2016年10月25日)

・蕎麦フォト・アートギャラリー

蕎麦をテーマにした自分で撮影した写真(デジタル)や、自分で描いた絵、イラスト(原画)を添付の上、表題(20字以内)、本文(120字以内)、撮影制作日時、名前(ペンネーム可)を記載してメール送信してください。尚、絵、イラストは原画を下記の広報担当まで郵送してください。原画は後日返却いたします

蕎麦をテーマにした原稿(1200字前後)をワードファイルで作成の上、名前(ペンネーム可)を記載して、メール送信してください。

・紹介、メール送信、郵送先

広報担当 鈴木幹雄 E-mail mikiegg7910@gmail.com 携帯 090-8506-0809
〒352-0012 埼玉県新座市畑中1-11-3-719

川俣 静 E-mail shzuka1492@outlook.jp 携帯 090-7848-3274
〒240-0111 神奈川県三浦郡葉山町一色1492

編集後記

通信の編集の最中に世界では大きな出来事が起きました。

6月24日英国では国民投票の結果、EU離脱が決まりました。その影響で世界中の株式市場で株が軒並み大暴落し、円が急騰しました。英国、EUの双方にとっても政治経済のマイナスは大きいと思われます。外需に依存する日本にとっても大きな痛手です。

7月1日にはバングラデシュの首都ダッカで、テロ事件が発生し、日本人7人を含め多くの外国人が殺害されました。犯行は国内のイスラム過激派とされています。入念な準備をして外国人を狙った犯行で、政府に圧力を受けている野党のイスラム協会との対立が生み出した事件とも言われています。日本人も外国人であり彼らの標的であったことは疑いのない事実です。「テロに巻き込まれないために常に目立たない行動をすること」とよく言われますが、標的となった高級レストランにJICAのプロジェクトに関わっていた日本人が8人もいたというのも驚きました。海外旅行も少しでもリスクのある国への渡航は避けたほうが良いでしょう。

地震や気象変動も予測不可能です。今年のコメの作付けは年初の予想に反して豊作のようです。蕎麦に関していえば一昨年は不作でしたが昨年は豊作でした。昨年のようなそば粉の品切れも今年はありません。しかし小麦やコメは台風シーズン到来時には収穫が既に終わっているけれども、蕎麦は生育の真っ最中です。

うまいソバを打つためにも今年も天候に恵まれ豊作であるように祈りましょう。

(川俣 静)

江戸ソバリエ倶楽部通31号

発行日 2016年7月30日

発行者 江戸ソバリエ倶楽部

編集者 川俣静 加藤正和 鈴木幹雄 竹村佳昭

大石ゆかり 岡本美穂 牧野眞木子

挿絵は全て川俣さんの作品です。