

NO WAR 「創立25周年」記念号 そば店に行こう!

一般社団法人全麺協推奨誌
一般社団法人日本蕎麦協会推奨誌
NPO法人江戸ソバリエ協会推奨誌
NPO法人そばネットジャパン推奨誌

蕎麦春秋

Vol. 75
2025年
秋号

定価 880円

リベラルタイム
11月号増刊

老舗で味わう本場の信州そば

百年そば屋

[長野編]



NHK『激突メシあがれ』に 江戸ソバリエ・武石眞澄氏が登場！

六月十一日に放送されたNHK番組『激突メシあがれ』自作グルメ頂上決戦で、江戸ソバリエの武石眞澄氏が登場した。同番組はアマチュアが趣味でこだわりを詰め込んでつくる「自作料理」を披露する、新感覚の「人間グルメドキュメント」だ。

今回、大河ドラマ『べらぼう』コラボSPとして『べらぼう』でもよく登場する『そば』をテーマに三人のアマチュアが極上のオリジナルそばをつくり上げた。審査員は堀井良教氏（更科堀井）社長、小高孝之氏（神田まつや）社長。また、スペシャルゲストに『べらぼう』で扇屋の主を熱演している山路和弘氏も登場した。

「ハットリキッズ」料理コンテスト 優勝に輝いたのは加藤そらさん

七月三十日、全国の小学生を対象に服部栄養専門学校（所在地／東京・渋谷区・校長／服部吉彦）が主催する料理コンテスト「ハットリキッズ食育クッキングコンテスト」が開催された。今年で三十回目となる。優勝に輝いたのは加藤そらさん（小学五年生、写真中央）。準優勝者はそれぞれ、川瀬莉理子さん（小学六年生、写真右）、佐藤早桜さん（小学四年生、写真左）だった。優勝者には奨学金三万円の他、図書カードやコ

ンテストの協賛企業である宮崎製作所（本社／新潟・燕市、代表取締役／宮崎豊）のGEO鍋等が賞品として贈られた。

同コンテストは、新型コロナウイルスの感染拡大を受けて昨年まで父兄やメディア関係者の参観を見送っていたが、今年は解禁。コンテスト当日には、小学二年生から六年生までの参加者十名の他、参加者の父兄らも参観し、メディア関係者も合わせて五十名余が集まった。コンテストは毎回異なるテーマが設定され、それに沿ったレシピを全国から募集。選ばれた十名が腕を競い合う。今回のテーマは「朝からモリモリ！元氣な我が家の朝ごはん」。コンテスト参加者は、「リンゴの皮剥き」「キャベツの千切り」「アジの三枚おろし」といった実技競技の他、六十分以内に主食・主菜・副菜・汁物か



優勝・準優勝を受賞した参加者と審査員ら

らなるオリジナルレシピの調理に挑戦し、その模様を同校講師が審査。審査にあたっては、料理の技術だけではなく、作業を時間内に終える段取り力やレシピ、調理の手順における創造性、経済性、後片付けまでもが評価対象となる。本コンテストを振り返り、同校の服部吉彦学長は「料理はどれも甲乙つけがたく接戦だった」とコメント。また、全体の印象として、旬の食材や参加者の地元食材を活用したメニューが多く、土地ならではの味を生かした創意工夫が素晴らしいと激賞した。

四十八回目を迎えた 「手打ちそばアカデミーinさいたま」

八月三日、埼玉県県民活動総合センター（埼玉・伊奈町）にて、約五十名が参加したNPO法人そばネットジャパンが主催する「第四十八回手打ちそばアカデミーinさいたま」が開催された。

同法人は、伝統食文化としての手打ちそばの普及・啓蒙を図るとともに、手打ちそばを通じて地域社会へ貢献することを目的に二〇〇五年に設立。手打ちそばの正しい知識・技術を学び、そば食文化を継承・発展させるための人材を育てるため、〇七年から「手打ちそばアカデミー」を開講している。

第一部では、そばネットジャパン代表理事の阿部成男氏が「私のそば打ち人生」を

テーマに講演。

二十代後半からうどん打ちが趣味だったという阿部氏は、健康を考え四十代でそば打ちに転向。何事も失敗の原因を究明しないと気がすまない性格で、そば打ちに夢中に。一般社団法人全

麵協の段位認定大会にも挑戦し「五段位」を取得したが、純粹にそば好きの輪を広げたいという思いから、そばネットジャパンを設立した。

阿部氏は、「日本には各地に特徴的なそばがあり、その違いを尊重することが文化の継承に繋がります」とし、全国の地域に根ざしたそば文化の魅力の発信に力を入れていきたいと意気込んだ。

第二部では、元筑波大学准教授で、二四年パリオリンピックの女子やり投げで金メダルに輝いた北口榛花選手を解剖学の見地から指導した足立和隆氏（理学博士）による「そば打ちの身体学」の講義が行われた。足立氏は、骨と筋肉は「この原理」で身体を動かしていると解説した上で、筋肉は加齢とともに筋肉が硬くなってしまうため、ストレッチをする等して定期的に身体を動かすことが大事だと指摘。また、そば



そば打ちを熱心に見入る見学者ら

打ちは立派なエクササイズで、健康づくりになると述べ、筋肉運動は動作を繰り返すほど小脳に記憶されるため、やればやるほどそば打ちは上手になるとし、「切り」等は練習を繰り返しリズムを身体に覚え込ませる事などが重要だと話した。

第三部では、そば打ち技術交流会が行われた。そばネットジャパンが認定している「そばリスト」の技能検定デモで、六名のそばリスト師範や準師範が四段課題の「粗挽き十割」、「五段課題の「郷土そば」、六段課題の「さらしな二八」のそば打ちを披露。見学者は、質問を交えながら熟練の技に熱心に見入っていた。次回は十月十八日に開催予定となっている。詳細はそばネットジャパン(<https://www.sobanetjapan.com/>)まで。

「第二十回江戸ソバリエ認定講座」申し込み受付中!

江戸ソバリエ協会(理事長/ほしひかる)主催の「第二十回江戸ソバリエ認定講座」の詳細が公開された。同講座は耳学、手学、

「第二十回江戸ソバリエ認定講座」の案内

江戸ソバリエ協会は、そば打ちの技術の向上と普及を目的として、毎年「江戸ソバリエ認定講座」を開催しています。今年も、十月十八日(土)に、東京・文京区大塚の「文京区民会館」にて、第二十回江戸ソバリエ認定講座を開催いたします。本講座は、そば打ちの基礎から応用まで、体系的に学ぶことができます。また、認定試験を受けることができます。認定試験に合格すると、江戸ソバリエ協会の認定を受けた「江戸ソバリエ」の称号を得ることができます。認定を受けた方は、そば打ちの技術の向上と普及に貢献することができます。また、認定を受けた方は、そば打ちの技術の向上と普及に貢献することができます。また、認定を受けた方は、そば打ちの技術の向上と普及に貢献することができます。

講座名	講師	会場	時間	料金
「そば打ちの基礎から応用まで」	ほしひかる	文京区民会館	10月18日(土) 10:00~12:00	10,000円
「そば打ちの応用から実践まで」	ほしひかる	文京区民会館	10月18日(土) 13:00~15:00	10,000円
「そば打ちの応用から実践まで」	ほしひかる	文京区民会館	10月18日(土) 16:00~18:00	10,000円
「そば打ちの応用から実践まで」	ほしひかる	文京区民会館	10月18日(土) 19:00~21:00	10,000円

申し込み・詳細については、全麵協公式ブログ(<https://zenmenkyo.com/wordpress/?p=3667>)まで。

舌学、脳学の四つの養成講座を通して、そばに関する知識を養うもの。合格すると、そば文化への豊かな知識や、確かなそば打ち技能を備えた「江戸ソバリエ」の資格認定を受けられる。また、今年から酷暑が続く夏を避けて十一月・十二月に開催される運びとなった。詳細は次の通りだ。

【開催日程】

耳学講座：二〇二五年十一月二十九日、十一月三十日の二日間(会場/神田明神 祭務所地下ホール)

手学講座：二〇二六年十二月六日、七日の二日間(会場/全麵協研修センター)

舌学ノート・脳学レポート提出期限：二〇二六年一月三十日

【申込方法】

①②③の事項を記載して下記いずれかの方法でお申し込みください。

- ①名前、②同ローマ字表記、③性別、④郵便番号、⑤住所、⑥電話番号、⑦メールアドレス、⑧生年月日、⑨紹介してくれた江戸ソバリエの方、または紹介者がいればその方のお名前(紹介者がなくてももちろん申し込みます)、⑩そば打ち体験回数(初めての方も歓迎)

●江戸ソバリエ協会ホームページ

(<https://www.edosobalier-kyokai.jp/>)

【問い合わせコーナー】

●葉書(〒112-0021 文京区大塚六二五-106 江戸ソバリエ協会宛)

申し込みは十月三十一日まで(消印有効)

【受講料】

三万円(税込、材料費・認定料含む)

七夕を舞台に揺れる「朝日屋」と女料理人・ちはるの行末

うだるような暑さの七月。大川(現・隅田川)で土左衛門(水死体)が上がった。美味で評判の旅籠「朝日屋」の主人・怜治、火盗改時代の同僚である秋津が訪ねて来る。亡骸となった武士の懐から、抜け荷に関わり捕縛された唐物屋「広田屋」の屋号が入った手拭いが出てきたという。「広田屋」の主は、抜け荷の詮議中に火盗改・柿崎詩門の兄の名を口にしていた。目付の新倉も出張て来る等、一挙に「朝日屋」周辺がきな臭くなる中、女料理人・ちはるの行く末にも変化が……。

暑い時には甘酒に生薑、鰻に山椒、そうめんにも山椒! 朝日屋の美味しそうな料理の数々と、徐々に明らかに becoming いく真相。読む手が止まらない、大江戸エンターテインメントとなっている。



『まんぶく旅籠 朝日屋 びりりと山椒の七夕そうめん』高田在子著 中央公論新社刊 定価:792円

第二回「名人グランプリ」と第二回「そば道五段位大会」開催!

十月二十五日、二十六日の二日間にわたり、一般社団法人全麵協が富山県の富山産業展示館「テクノホール」東館にて、「第二回世界手打ちそば名人グランプリin富山」(二十五日)と「第二回そば道五段位全国大会in富山」(二十六日)を開催する。全麵協はそば等の麺類による地域おこしを推進しており、一般住民等が手軽に手打ちそばの技術を習得できる仕組みとして、一九九七年に第一回目の「素人そば打ち段位認定制度」を開催した。

そして、全国各地でそば祭りや名人戦等のそば打ち技術を競う大会が開催されていることを鑑み、会員がそば打ち技能研鑽を実感し、より一層輝けるよう、この度「第一回世界手打ちそば名人グランプリin富山」が開催される運びとなった。

申込み・詳細については全麵協公式ブログ(<https://zenmenkyo.com/wordpress/?p=3667>)まで。

