

### 第3回戸隠そば文化交流会開催される

NPO法人そばネットジャパン事業3本の柱の1本「地域活力向上・地域文化の継承事業」は、そばネットジャパン発足2年目の令和3年7月に戸隠そば文化交流事業として戸隠そば栽培体験と戸隠そば打ち技術交流会を、さらに、毎年11月1日に戸隠神社に新そばを奉納する「新そば献納祭」に参加するなど2回のそば文化交流会を開催してきました。

この度、3回目として、戸隠そばの老舗山口屋当主そばネットジャパン特任師範の山口輝文氏を招いて、技能検定五段位課題の戸隠そばの技術交流会を開催しました。

#### 記

1 日 時 令和7年3月8日(土) 12:30～16:00

2 会 場 埼玉県県民活動総合センター

3 内 容

- ① 戸隠そばの歴史と文化についての講演
- ② 戸隠そば打ちの実演
- ③ 2名の受講者代表が戸隠そば打ちの指導を受け、その様子を参加者が見学する。
- ④ 山口氏がデモで打ったそばを試食する。

#### 4 画像で紹介



まずは、戸隠そばの歴史と文化についての講義です。「戸隠」は天岩戸の神話にゆかり、信仰の山名峰戸隠山と気候・風土、戸隠神社への新そば献納祭のお話しなど参加者は真剣に聞き入っています。



続いて、山口氏の戸隠そばデモ打ちです。戸隠そばは、元々現在のような製粉技術はないため粗挽き粉であり、湯練りが基本であったこと、一本棒で巻き延しするためには丁寧な水回しが必要などの説明を加えながら・・・



「一本の棒で巻き延し」が戸隠そばであり、そのためにはしっかりした生地を作るために「練り」が重要であるとのこと。

延し始めれば流石にプロ中のプロ、アッという間に直径 100cmの真円となっています。



デモの後は、受講生の個別指導です。戸隠そばの特徴の一つ、巻きつけた生地を板に打ち付ける“とんくるりん”を指導しています。

やはり、打ったそばは茹でて試食してみてもおいしさが分かります。師匠自ら茹でて盛り付けをしていただきました。



この盛り付けが戸隠のポッチもりです。茹でて洗い、水切りをせずに指でかけてざるに盛り、5ポッチが戸隠のそば店の決まりです。

さて、いただいましょう。ほとんどの参加者は戸隠そばは初めてですので、水を切らずに盛り付けるそばの美味しさに感嘆の声です。※

※ 戸隠そばは、巻き延しの繰り返して圧を加え、したがって圧縮された強い生地となり、また、円形に仕上げるため厚みに微妙な差が出ますので、茹でて水を切らずに盛ることで丁度良い食感と独特の食味となります。

※ 盛り付けたざるは戸隠名産の根曲がり竹で編んだものです。

以上

山口輝文氏

株式会社戸隠そば山口屋代表取締役社長、

長野県そば商生活衛生同業組合理事長

一般社団法人戸隠観光協会会長、戸隠そば博物館とんくるりん館長

NPO法人そばネットジャパン そばリスト技能検定 特任師範