

2022年7月



## お蕎麦屋さんに行きましょう！私の「舌学へのススメ」

江戸ソバリエ（江戸蕎麦研究会） 藁科 美伸

私は、長年「旅作り」を生業として国内・海外の色々な地域を訪れ、その地域独特の伝統的な食文化を体験して来ました。同時に東京新橋周辺地区で長く勤務したサラリーマンとして、江戸前料理の魅力にハマリ、歴史好きもあり、江戸時代からの東京（江戸）の食文化を楽しみながら学び続けています。サラリーマン卒業後の現在も「江戸（東京）のお蕎麦屋さん巡り」などをして、SNS でその訪問内容等を「蕎麦学(SOBA-GAKU)」のタイトルで発信しています。

食の文化は消費する側で発達します。救荒作物として日陰の存在だった「蕎麦」が幕末の文化文政時代(1804-1830)には、江戸っ子の粹な食べ物として表舞台で主役に躍り、江戸の町の至るところに「お蕎麦屋さん」が店を構える時代となりました。当時の江戸の町では、外で知人と出会った時など、現代人が喫茶店をイメージするように、取りあえず、お蕎麦屋さんに入ったそうです。そして明治時代になって肉食解禁とともに一旦廃れます。そこから現代の隆盛を得るまでに至ります。私はそんなお蕎麦屋さんの歴史、その食(蕎麦)文化の変遷に大変興味を持っています。

## 「東京(江戸)のお蕎麦屋さんに行きましょう！」

現在、東京には沢山の特徴のあるお蕎麦屋さんが存在します。お蕎麦屋さんの好み、店の選び方も人それぞれだと思いますが、私のお薦めとしては、先ず、東京にある100年以上続く江戸蕎麦の3つの系列(更科、藪、砂場)の本店クラスにて、店の雰囲気味わいつつ蕎麦前から始めて、摘みそして蕎麦を食すことです。その後、自分の好みにあう店を探していく。そんなやり方は如何でしょう。3つの系列以外にも関東で最多の店舗数を誇る「長寿庵」、神田で人気の老舗お蕎麦屋さん「まつや」(吉祥寺に支店あり)やかつて文豪も魅了した「上野蓮玉庵」、また蕎麦居酒屋の元祖と言われる「本陣坊」にも訪れたいですね。気軽に東京のお蕎麦屋さんを楽しみましょう。それも「江戸ソバリエ」の役割の一つです。



(総本家更科堀井麻布十番本店)



(かんだやぶそば)



(虎ノ門大坂屋砂場)



(茅場町 長寿庵)



(本陣坊本店)



(蓮玉庵)

お蕎麦屋さんの支援者である「江戸ソバリエ」は、江戸時代から現代へとつないで来た日本蕎麦の文化を更に発展させる為、しっかりとした舌学行動(お蕎麦屋さんの蕎麦の食べ歩き)をとりました。

最後に私の江戸蕎麦関連の SNS を紹介させていただきます。お時間のある時にでもご覧頂ければ幸いです。



ブログ 蕎麦学 (SOBA-GAKU) <https://ameblo.jp/delicious-vivant/>

ツイッター 蕎麦学 (SOBA-GAKU) [https://twitter.com/En\\_saison](https://twitter.com/En_saison)

インスタグラム 蕎麦学 (SOBA-GAKU) [https://www.instagram.com/soba\\_gaku/](https://www.instagram.com/soba_gaku/)

YouTube 蕎麦学・江戸蕎麦めぐり <youtube.com/c/蕎麦学 sobagaku-tokyo2021>

#### 《参考》

- ・蕎麦の事典 新島繁
- ・江戸蕎麦通への道 ・蕎麦屋のしきたり 藤村和夫
- ・江戸っ子はなぜ蕎麦なのか？ ・蕎麦屋の系図 岩崎信也
- ・新・みんなの蕎麦文化入門 お江戸育ちの日本蕎麦 ほし ひかる