

『激突メシあがれ～自作グルメ頂上決戦～』に出場して

～ 孫の“世界一”の声援に支えられ ～

江戸ソバリエ17期 武石眞澄

『激突メシあがれ』という番組を知ったのは、イベントの日程を調べていた時のこと。NHK 大阪局制作の番組で、ちょうど「そば対決」の出場者を募集している案内が目にとまりました。

「そば対決」という言葉に惹かれ、どんな番組なのか調べてみると、『激突メシあがれ』はアマチュア料理人たちが自作のグルメで頂点を競い合う内容でした。

単なる料理対決ではなく、出場者の背景や人生観、価値観、そして料理への情熱にまで迫る、笑いや感動を織り交ぜたドキュメントバトルエンターテインメント。それは、自分らしさを料理で表現する、新しいスタイルの番組だったのです。

私にとって、料理は自己表現の大切な手段。その中でも「そば」はアレンジや工夫をしながら、新しいレシピを考えることに楽しさを感じています。そんな私にとって、オリジナルの一品を披露できるこの番組は、またとない機会。挑戦してみたいと思い、応募しました。

審査の上、出場が決まると、担当ディレクターが付き、約1か月間の密着取材が始まりました。

インタビューでは、これまでの人生や思い出について深く掘り下げられ、自分をさらけ出すことに……。

記憶をたどって語ることは想像以上に大変でしたが、それでも自分を料理という形で表現できるこの番組に、大きなやりがいを感じていました。

対決のテーマは、

- ・「あなたの好きな食材を生かしきるオリジナルそば」
- ・「プロにはできない自作家ならではの強み」
- ・「プロが使わない食材や、その人にしか作れない人生の一品」

最初は面白そうに思えたテーマはなかなかの難問で、日頃取り組んでいる手打ちそばのアレンジで行うことも考えましたが、そばの魅力は、その“素朴なシンプルさ”。しかし、その奥に潜む深みにこそ、人を惹きつける力があると感じているので、私は、そのシンプルさを損なうことなく、そばの奥深さを引き出す一品を作りたいと考え、ディレクターからも「そばの形を崩さず、“そばらしいそば”で勝負してほしい」とのリクエストあり、発想を転換し昨年、相模原・青根で自ら栽培・収穫したそば粉を使うことに決めました。

「好きな食材」「プロの蕎麦屋ではあまり使われない」については、その両方を兼ね備えるものとして思いついたのが、“生もの”でした。

実際、蕎麦屋で生ものを使うことはほとんどなく、反対意見もありましたが、「自分にしか作れない、記憶に残る一品で勝負したい」という強い思いから、生ものを使うことを決断。選んだ食材は「生牡蠣」でした。

仙台に生まれ、北海道・釧路に嫁いだ私にとって、牡蠣はどちらの地にも縁があり、北海道から一年に何度も取り寄せるほど大好きな味。牡蠣を食べると、不思議と力が湧いてくるのです。

蕎麦屋では温かい牡蠣そばは見かけても、生牡蠣を使った料理はほとんどありません。だからこそ、新しい可能性を感じました。

(生牡蠣)



振り返れば、私の人生も“生牡蠣”に少し似ているのかもしれませんが。外からは順調に見えても、実は繊細で、丁寧に向き合わなければならない瞬間が幾度もありました。けれど、そうした時の中にこそ、深い味わいや静かな強さが宿っていたのだと思います。

そんな想いを込め、行ったのは「生牡蠣の低温調理」。わかりやすく言えば(コンフィ)ですが、一般的な西洋料理の手法ではなく、胡麻油を使ってとろけるような食感と芳醇な香りを引き出しつつ、そばとの一体感を大切に、安全・衛生面も配慮した“絶妙な半生”を目指しました。

調理の加減は難しく、何度も試作を重ねながら、「受け入れてもらえるだろうか」と不安になることもありました。それでも「自作家だからこそできる表現がある」と信じ、リスクを恐れず挑戦しました。

牡蠣以外にも、道東の旬の食材 — 生の帆立、北寄貝、北海鰯海老、昆布などを丁寧に仕込み、そばとの相性を考えて構成。彩りには愛らしいそばの葉を添えて。この組み合わせこそ、私の家族の味であり、北海道の思い出が詰まったオマージュです。

そば汁には、鹿児島・枕崎の本枯れ節、干し椎茸、羅臼昆布を使用。一般には利尻昆布や日高昆布が使われますが、北海道道東への想いを込めて、三年熟成の「蔵囲い羅臼昆布」を選びました。これもまた、私にとって大きな挑戦でした。

(帆立)



(北寄貝)



(北海縞海老)



決勝に進んだのは、福島・猪苗代の女子高校生、埼玉の男性、そして私の3人でした。

前日の準備では、それぞれが家族やディレクターの支援を受けながら進めていましたが、私は事前にディレクターと段取りの打ち合わせをしていたこともあり、仕込みから準備まですべて一人で進めていました。

そんな中、スタッフの方々が次々と笑顔で声をかけてくださったのです。「取材映像で何度も武石さんを拝見していたので、お会いしたかった」と、親しみのこもった言葉をかけてくださり、緊張がほどけ、笑いに包まれた楽しい準備時間となりました。

そば打ちは本番の決戦の朝、自宅でディレクターの撮影を受けながら行いました。

使ったそば粉は、昨年神奈川・相模原青根で栽培された「奈川在来」。浅草の「蕎亭 大黒屋」菅野さんに12台の石臼で丁寧に挽いていただいたもので、挽きぐるみ・まる抜き・田舎の粉の三種を預かりました。菅野さんからは「勉強になるから、自分でブレンドしなさい」と言われ、自分なりにブレンドしたのですが、私はブレンドの経験が少なく、しかも本番で失敗できないというプレッシャーもあったため、このそば打ちは特に緊張しました。

出場にあたり「そば打ちの技術は問わない、技術を競う大会ではない」と言われていましたが、私は「主役はそば。そのそばを美味しく食べてもらう」と決めていたし、日々美味しいそばを目指し

てそば打ちの練習をしているので、「そばそのものが美味しければ意味がない」という強い思いがありました。そのため、うまく打てるだろうかという不安と緊張は大きかったです。

ですが、菅野さんがていねいに挽いてくださったそば粉のおかげで、加水を控えめにし、角が立った十割生粉打ちのそばを打つことができ、今までそば打ちの練習を続けて来て良かったと思いました。

いよいよ決戦。

会場には約 20 名のスタッフの熱気があふれ、私はトップバッターとして、審査員にそばを提供。茹での時にそばが切れてしまわないか不安でしたが、菅野さんが挽いてくださったそばは切れる事なく、さすがだなあと感じました。

そのそばを召し上がる審査員の所作を見て、「やはりプロだ」と感動したのを覚えています。

審査員からは予想以上の好評価をいただき、

「こんな調理法の牡蠣は初めて」

「個性的なそばによく合っている」

「明日からでも釧路の蕎麦屋で出してほしい」

との嬉しい言葉を頂戴しました。

(NHK『激突メシあがれ』2025.6.11 放映:武石眞澄作)



出番を終えると、安堵とともに脱力感が襲ってきました。制作チームは出場者家族にもイベントを楽しんでもらいたいとの意図があり、家族からの応援もお願いされていて、みんなで相談して、家族写真をAI加工した特製Tシャツを用意し、本番では全員でそのTシャツを着て、別室のモニターで応援してくれていました。

3名全員の試食が終わった後、審査員が審査の話し合いのため別室に移動。その間に、ディレクターから「家族の応援席に行ってください」と促され、応援席へ向かうと、孫が飛び出してきた、うれしそうに「バババが一番！バババが絶対優勝するよ！」と抱きついてきてくれました。

長時間おとなしくしていただけるか心配でしたが、孫たちもカメラやインタビューを受け、初めての非日常体験を楽しみ、幼いながらも、それぞれの視点で、「バァバ頑張れ」と応援し、そして身内びいきの気持ちで「バァバが優勝」と本気で信じてくれていたようです。

が、結果は残念ながら優勝には届かず……。結果に納得できずショックを受けた孫は大きな声で泣き出してしまい、なだめても泣き止まず顔を伏せて鳴咽、、、。そんな孫の様子を見ながら、長男が「これは、良い 13 回忌になったんじゃない？」と、しみじみ声をかけてくれました。

実は夫が亡くなって、今年で 13 年になるのですが、私にとって『激突メシあがれ』への挑戦は、自分自身の歩みを振り返ると同時に、家族の成長を改めて感じる貴重な時間でもありました。

昔の話ですが、嫁ぎ先が大資本と合併し、会社の将来がどうなるかわからない不安の中、夫も腎不全を患うようになり、家族の未来が全く見えなくなりました。二人の息子の学費をどうしても工面したくて思いついたのが、地元・釧路のサンマと昆布を使った「サンマの棒寿司」。この商品を一から考案し、製造・販売の会社まで立ち上げました。幸運にもすぐに百貨店で開催される北海道物産展の出店が決まり、私は朝も夜も関係なく日本全国を飛び回って働き続けました。責任という大きな重い荷を背負い、遠く離れた都会の百貨店まで必死で足を運び、くじけそうな日も何度もありました。

その努力の甲斐あって、子育てという大きな役目を果たし、息子たちを無事に社会へ送り出すことができましたが、夫が腎臓病からくる心不全で突然この世を去ったことをきっかけに、「ここでもう区切りにしよう」と、会社の製造と販売を終える決断をしたその矢先、一人暮らしの仙台の兄が突然脳梗塞で倒れ、半身が動かなくなり、言葉もままならなくなり、さらに追い打ちをかけるように、癌も見つかりました。

あまりに急なことで、あまりに過酷な現実。夫の急逝、会社の事、兄の病気、次々と起こる出来事は、まるで運命からの試練のように思えましたが、これが与えられた試練ならば乗り越えなければと思いました。

兄は、私にとって心を預けられる大切な存在で、よくこれからのことを相談していた相手でもありました。

その兄を支えるために、戸惑いと不安を抱えながら、慣れない介護に向き合う日々が始まりました。

「少しでも元気になってほしい」と祈るような思いで寄り添い続けましたが、願い叶わず、数年後、兄は旅立っていきました。

兄を見送った後、心にぽっかりと穴があいたような喪失感に包まれ、毎日がぼんやりと過ぎていきました。

そんな私を気遣って、長男が「一緒に暮らそう」と声をかけてくれたことから、東京での新しい生活が始まりました。

けれども、何をすればよいのか分からず、目的も見えないまま、ただ時間だけが流れていく日々――。

そんなある日、ふと、懐かしい記憶に背中を押されるように、父や兄が東京で食べたそばの話をしていたことを思い出し、「そば打ちでも習ってみようかな」と、“なんとなく”小さな思いつきが芽生えたのです。

計算もなく、目的もない気まぐれのような思いつきでしたが、その“なんとなく”が、私の心をそっと開き、新たな世界の扉をゆっくりと開けてくれたのです。

そばは“人と人を繋ぐ”と言われますが、その言葉通りでそばを通じて、素敵な方々と出会うことができ、それぞれの出会いが学びとなり、喜びとなり、楽しみとなり、気づけばそば打ちは、喪失感に沈んでいた私の心を支えてくれる大きな希望となっていました。

そして今回、もう一つ大きな支えとなったのがそば栽培でした。今回使用した奈川在来のそばは、神奈川・青根の畑で、皆様のご協力とサポートをいただきながら、大切に育て上げたものです。畑を耕し、種をまき、芽吹くそばを見守るうちに、そばへの愛と感謝の気持ちがどんどん大きくなっていました。

心にあいた穴が少しずつ確かに埋まっていくような、不思議で温かな感覚でした。

そば栽培の体験は、私に幸福感をもたらし、欠けて失われたと思っていた大切なものを、もう一度しっかりと繋ぎ直してくれたのです。

そばを石臼で挽いてくださった「蕎亭大黒屋」の菅野さんは、そば界の重鎮・片倉康雄先生のお弟子さんという、雲の上のような存在。

その菅野さんも、青根の畑作業で私と一緒に汗を流してくださいました。その温かなご協力に、心から感謝しています。

こうして、多くの皆様の力強く温かい支えがあったからこそ、そば栽培という新たな挑戦も、「激突メシあがれ」への挑戦も踏み出すことができたのです。

私ひとりだったら、とてもここまで来ることはできなかったと思います。

残念ながら、優勝とはなりませんでしたが、

『激突メシあがれ』の出場を通して、挑戦することの大切さ、美味しさを追求し続けることの意味を改めて実感し、自分が感じてきたこと、自分で作り上げてきたものを人に伝えることの大切さも学べ、美味しさの追求に向き合って、“自分だけの一品”を作れたことは、私にとって大きな価値のあるものとなりました。

そして大会が終わって2日後、涙のエース応援団だった孫から「バァバのそばが食べたい！」とリクエストがありました。

せっかくなので、心を込めて、孫のためだけの“スペシャルそば”を打ちました。

孫がそばをすすむ姿を見ていると、これまでの緊張が嘘のように、ふっとほどけていくのを感じました。

すると、孫がうなずきながら、「バァバのそばが、いちばん、きれいだった」と言ってくれたのです。

その一言に、私は涙をこらえるのがやっとでした。

優勝はできませんでしたが、「自分の大切な人に“いちばん”と言ってもらえる」ことは、何にも代えがたい喜びであり、これまでの歩みが報われたような気持ちになりました。

振り返れば、女ひとり、がむしゃらに走り抜けてきた日々。そんな私を、いつも静かに、心優しく見守ってくれた人たちの存在がありました。おかげさまで、息子たちも立派に成長し、それぞれの人生を懸命に歩みながら、社会の中でしっかりと役割を果たしています。

そして、『激突メシあがれ』での長男の「これは良い 13 回忌になったんじゃない？」という言葉に、胸の奥から温かいものがこみ上げて心から「ああ、やっと一区切りついた」と、実感しました。

家族や仲間、応援してくれる人々との心の繋がりは、私の人生における“私だけのレシピ”。それこそが、私の最高のご馳走であり、そばでつながった仲間、孫の“世界一”の声援は、人生を諦めずに歩んできた私への、素晴らしい贈り物であり、何よりも大きなご褒美だと感じました。これからも、私は「自分らしさ」と「ほんの少しの冒険心」を大切にしながら、そばと真摯に向き合い、皆様の美味しい笑顔のために、努力を惜しまず、愛情と感謝の気持ちを込めて、そば打ちを続けていきます。

最後になりましたが、ソバリエの仲間やそば打ちの先輩方をはじめ、私に関わって下さった全ての皆様に心から感謝申し上げます。出会えたことに、そして支えてくださったことに、心からお礼申し上げます。本当にありがとうございました。

以 上