

楽しく学ぶ『そばうちカルタ』

江戸ソバリエ 5期
NPO 熊谷そば打ち会
八木 君敏

趣味のそば打ち 何回打っても手打ちそば麵づくりは楽しいですが、うまくゆかないことのほうが多いのが現実です。“好きこそものの上手なれ” とはいうものの、私の場合は、ヘタの横好きなんとやらで恥ずかしいできばえが実態です。それでも友人は“おいしい”と絶賛ですが、八割はお世辞：二割が腕前であることは紛れもない事実です。これをもって二八そばと自認していません。

このたび『そばうちカルタ』をまとめました。コロナ禍では楽しみのイベントや施設訪問も全く実施できず、暇に飽かして、そば打ち川柳もどきをたくさん作りました。どれもこれも駄作ですが、あ〜んのカルタとして選びました。コンセプトは、「先人の智恵 知ってお得、笑って納得 趣味の味」です。間違いやお門違い、こじつけもありますが、笑ってご海容お願いいたします。

あ 粗挽き粉 おまけの加水 待っている
い いつまでも いじるな丸のし 手数何回
う 打ち粉ふり 適所適量 スナップで
え 江戸打ちの 四つだし 地方の丸いのし
お おしまず一手間 匠はっさい 手抜きせず

か 加水量 匠に聞くな 粉に聞け
き 切れはしも おいしく食べる そば極道
く 工夫次第で 時間短縮 手際良し
け 稽古事 チャレンジと失敗に学ぶ
こ 粉は色々 同じものなし 農産品

さ 作業には 目的・目標・基本の動作
し しっかりとスベスベ そば生地輝く 面がでた
す すてきだね 趣味のそば打ち 心意気
せ 清潔感 やるぞそば打ち 輝けお蕎麦
そ そば打ちは、3つもいいこと 仲間・健康・ボランティア

た たたみ方 生地を痛めぬ 気のくばり
ち 違うやり方 個性輝く 蕎麦文化
つ 爪は短く おそばは長く 心は丸く
て 手前に生地置き 見下ろす 地のし
と 採れたての お蕎麦が香る 水まわし

な なせば成る 木鉢3年 のし3月
に 肉分けは 全てののしの 原点だ
ぬ ぬるま湯と いいかげんは、いかんぜよ
ね 練りの肝 体重のせて 芯までも
の のしますよ ソバへの気遣い 思いやり

は 幅だしは もてなす心 おそばの長さ
ひ ひきだすぞ お蕎麦の個性と輝きを
ふ 篩いかけ シッカリ攪拌 粉あわせ
へ へそとひじは曲げるな 体重は遠慮するな
ほ 包丁は 姿勢とリズム ひじで切る

ま 巻きのしは やさしくシッカリ 目の下で
み 水まわし 腹を立てずに 指立てろ
む ムダのない 動き手際の 名人技
め 麺線は のしの基本と あなたの人生
も もう少し おまけ攪拌 粒ぞろい

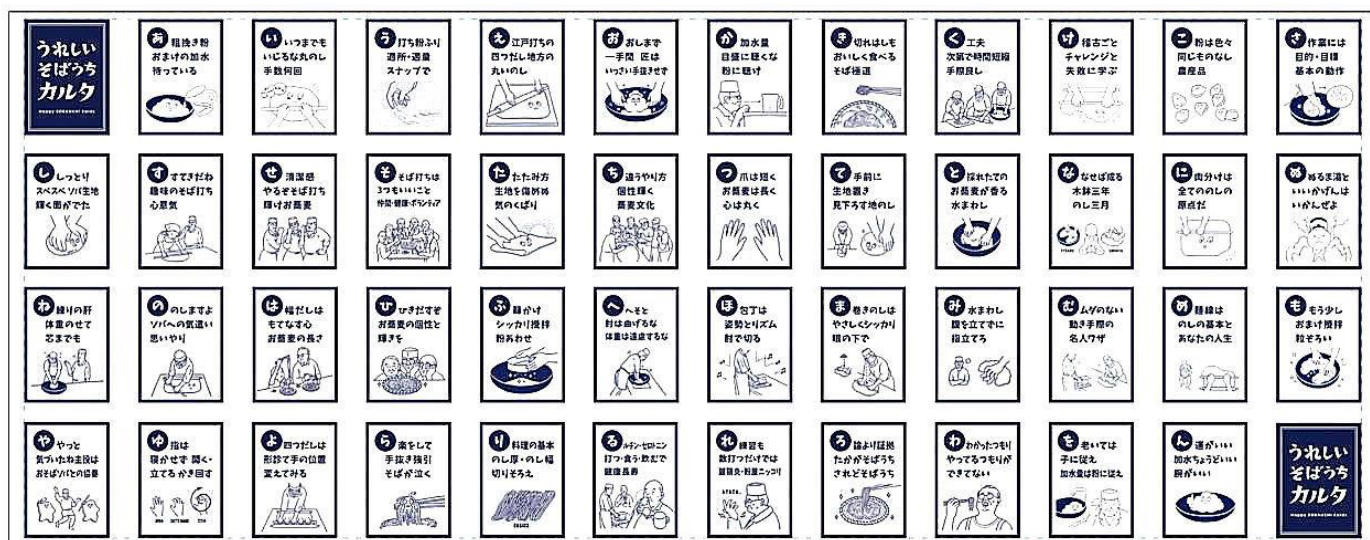
や やっと気づいた 主役はおそば ソバとの協創
ゆ 指はねかせない、開く 立てる かき回す
よ 四つだしは 形みて 手の位置変えてみる

ら 楽をして 手抜き強引 そばが泣く
り 料理の基本 のし厚 のし幅 切り揃え
る ルチン セロトニン 打つ・食う・飲むで 健康長寿
れ 練習も 数打つだけでは腱鞘炎 粉屋はニッコリ
ろ 論より証拠 たかがそば打ち されどそば打ち

わ わかったつもり やってるつもりが できてない
を 老いては子に従え、加水量は 粉に従え
ん 運がいい 加水ちょうどいい 腕がいい

このたび、一覧できる『そば打ちカルタ』の手ぬぐいを作成しました。この手ぬぐいで練習の汗を拭って、笑っていただければこんなうれしい事はありません。

【てぬぐい イメージ】



そもそもそば打ちは、簡素な道具でワザを込める“ソフトリッチ（多くのうんちく）”のようです。“知っている”と“やれる”は違う。そして“やっている”と“できている”も違います。江戸時代からのワザの数々をどうやって学び・伝えるか？ まだまだ不十分ですが木鉢三年のカン・コツの多くの「暗黙知」を伝承しやすい「形式知」にほんの少し近づけたのかも知れません。

以前に恥を覚悟で、そば打ちのやり方ガイド冊子『たのしいそばうち』を発刊したところ、はからずも多くの方々に読んでいただきました。続きまして、よせば良いのに英語版『Enjoy SOBAUCHI』、そしてワザを考える『やさしいそばうち』、入門者用にそばうちナビ『うれしいそばうち』を発刊させていただきいています。

また、そば打ちワザに興味ある方は、木鉢三年の具体策「実践知」を整理した、そば打ち匠ワザ48手・ソバ泣かせ80手『うるわしいそばうち』（近刊予定）をご覧くださいただけたら幸いです。



そばのば
SOBANOVA
<https://sobanova.official.ec/>



ご意見・お問い合わせ 八木 君敏
SNA76567@nifty.com 090-8455-7322