

神戸新聞読者クラブ

奥さま手帳

毎月、兵庫を再発見。

2024年
12月号
NO.617

五国のそば、うどん。

新しい和菓子。

SOBA

そば打ち五段の名人に習い、丹波のそば店でも修業した岸本さんが毎朝手打ち。自然薯を練り込むことで香りと風味が引き立つそば粉を厳選して使う。なめらかなノド越しも特徴。



地元特産自然薯入りのモチリ食感のそば。

ざるそばと炊き込みご飯とだし巻き卵、小鉢、自家菜園で採れた野菜の漬物、デザートが付く〈お昼の膳〉1,200円(限定12食)。多可町[足立醸造]のしょう油にスルメなどを入れ1カ月以上熟成したかえしと、北海道産昆布やけずり節とった黄金のだしを合わせた旨みたっぷりのつゆも絶品。

五国のそば、うどん

撮影／沖本 明 南平泰秀 本郷淳三 前田博史
取材・文／伊藤順子 杉田裕路子 野上知子 井鍋 禎 牧野しのぶ

豊かな自然を誇る兵庫には、風土の恵みを堪能できる自慢の麺がある。今回の麺特集は、味や食材、ロケーションに個性が光る五国のそば処、うどん処に注目。製麺工場が多く、麺文化が根ざす播磨をはじめ、但馬が誇る古刹の門

前の店や地元産素材とともに味わう丹波の新店、淡路島の元保育園舎で週末営業する店、神戸・阪神間の郊外にある隠れた人気店も。濃厚な風味の新そば、ほっこり温まるうどん、「年越し麺」を食べにかけよう。

価格は個別に注釈がない限り、税込み表記です。年末年始は休みや営業時間の変更を確認の上、お出かけください。

「せっかく訪れた神戸町の魅力を知って、たっぴりと楽しんでほしい」と、店内では町の観光名所を動画で紹介する。そばは1日限定30食なので、予約をしてからの来店が望ましい。



▷神戸郡神戸町上小田198
☎090-9098-1735
午前11時～午後2時(売り切れ次第終了) 月・火・水・木曜休(祝日の場合営業。12/30～1/3休) @6台 道案内／電車→JR播但線寺前駅から徒歩約2分(本数少) 車→播但連絡道路神戸南ICから北西へ約20分



カリッと香ばしく揚げた天ぷら500円。この日はエビ、舞茸、大葉、カボチャ、サツマイモが登場。地元や自家菜園で採れた旬の野菜を中心に使用し、春は山菜も楽しめる。

「人生一度きり。大好きなそばを通して、地域の人や観光客も憩える場をつくれたら」と、店主の岸本克己さん。神戸町の商工会や観光協会に勤めながらそば打ち修業を積み、退職後に峰山高原の山麓に佇む実家の建物でそば店をオープンした。「神戸町の特産品である自然薯を使いたくて」と、香りの良い富山県産そばに自然薯を加えることでコシのあるモチツとした食感のそばを開発。おすすめは、奥さまの千登勢さんとスタッフが一丁に仕上げる小鉢や炊き込みご飯などとともに、自慢のざるそばがいただける〈お昼の膳〉。まるで親戚の家に遊びにきたようなアットホームな空間で、縁側の窓から豊かな緑を眺めながら香り豊かなそばをほお張る幸せなひとときを。

手打ちそばきしもと

神戸町



店は谷間に広がる田園地帯に。「山間集落で生まれ育ち、住民も少なくなってきたなか、思い出の故郷でお店をしたい」と岸本さん。1階を客席とそば打ち工房に改装。

「いわゆる田舎そばですが、ノド越しよく仕上げたい」と、玄そばを殻ごと挽いてから細かいメッシュのふるいにかけて殻を除く。



個性豊かな

麺どころ

播磨へ



旨みが強く歯ごたえのよい紀州鴨を使用した鴨なんばんそば1,980円。「のどかな景色を眺めてほしい」と設えたカウンター席からは北条鉄道を望むトレインビューが楽しめ、鉄道ファンからも喜ばれている。

手打ち駅前そばあびき

—加西市

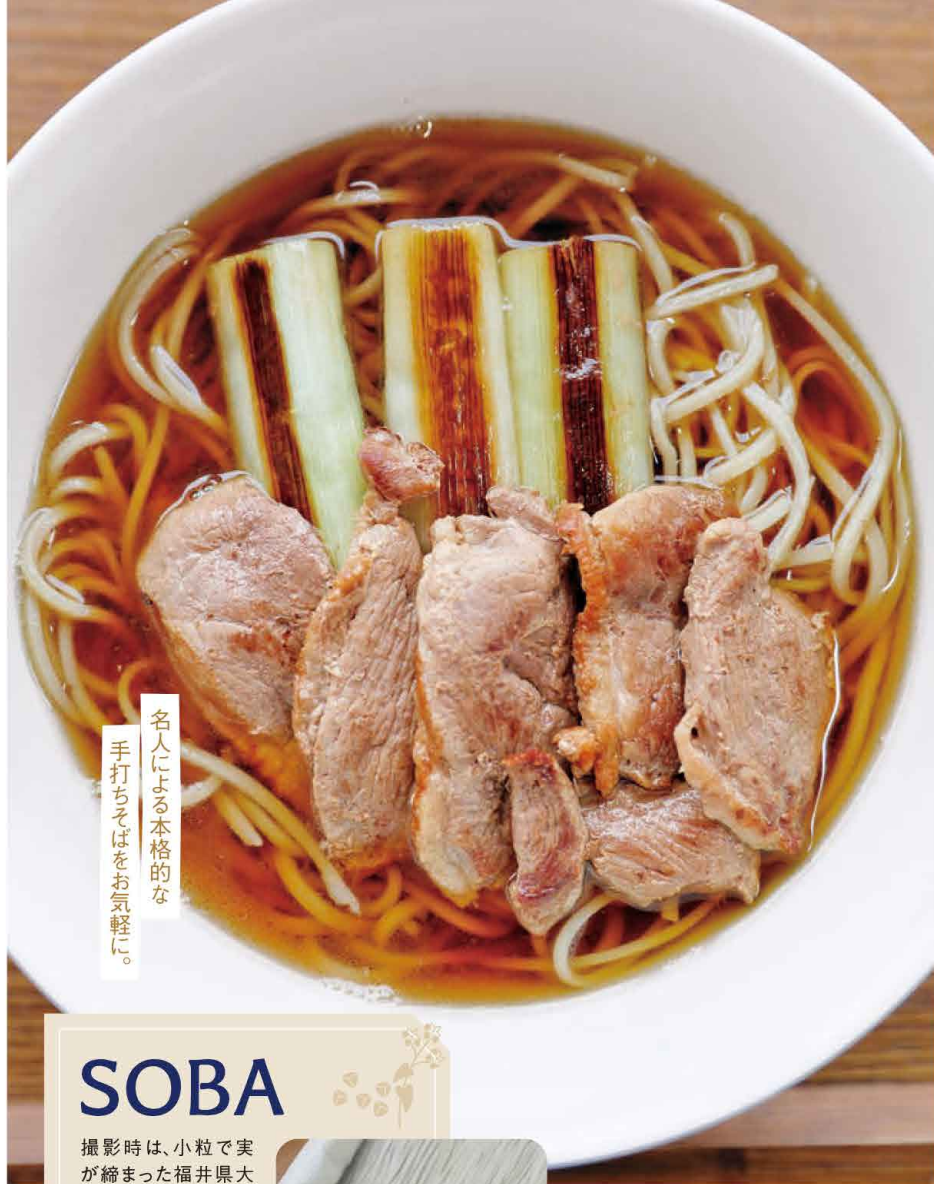
神戸市北区で手打ちそばの名店「孝庵」を立ち上げ、技術継承にも尽力し数々の弟子を育てあげてきたそば打ち名人、箱崎孝治さんの新天地は加西市。「店は弟子に譲って数年はそ

ばの製粉業に専念していました。が、またそばを打ちたいと思って始めました」。小野市の粟生駅と加西市の北条町駅を結ぶ北条鉄道の網引駅前にあった物件と出会い「駅の活性化につなげたい」と手打ちそば店を開いた。福井産をはじめ、その時々で質の良い国産の玄そばを厳選し、

自社で前日に製粉。打ちたて、ゆがきたてにこだわって、本来の風味を生かしたコシのあるノド越しのよいそばを提供する。そばの香りが引き立つよう、冷つゆ、温つゆ、とそれぞれに異なるだしや調味料を配合するなど、巧みな技が効いた本格そばを駅前で楽しめるのがうれしい。



つゆは佐用町の3年熟成しょう油を使ったかえし、北海道産昆布や厳選した本節をつかうだしをブレンド。丹波産大納言小豆を使ったそばがきぜんざい880円は食後のデザートに。



名人による本格的な

手打ちそばをお気軽に。

SOBA

撮影時は、小粒で実が締まった福井県大野市産の在来種を使用。低温貯蔵に保管し、玄そばを休眠状態にすることによって鮮度と品質を保持。1年を通してフレッシュな香りが楽しめる。



農業法人の倉庫として建てられ、かつて野菜の直売所が営まれた、地域の人々に親しまれた場所をリノベーション。線路に向かって窓を新設。



▷加西市網引町560-1
☎0790-20-4300
午前11時～午後3時(売り切れ次第終了) 火・水曜休、臨時休あり(1/1～10休) ④4台 道案内/電車→JR加古川線粟生駅から北条鉄道に乗り、網引駅下車すぐ 車→山陽自動車道加古川北ICから北東へ約10分

うどん屋 麦

—姫路市

姫路城の北東、風情ある古民家が建ち並ぶ野里商店街にある、大正時代の建物を改装したレトロな雰囲気のおうどん店。「学生時代から大のうどん好き」と話す横田圭祐さんがつくるのは、讃岐の製法をベースに熟成にこだわった手打ちうどんと、修業で訪れた長崎・上五島の製麺所で出あった五島うどんの2種類。どちらの麺も、伊吹いりこで丁寧にとった(だし)、風味



琥珀糖は、お酒や季節のフルーツなどを使って手づくりする。1粒150円〜。お土産にもおすすめだそう。

豊かな自家製の(あごしよう油)、「日本一こだわりの卵」を使う(かまたま)、日替わりの(へ4種)の天ぷらなどから選べるが、五島うどんはゆでたてアツアツの麺をアゴだしと濃厚な卵と薬味で食べる本場の食べ方(地獄炊き)で! 細くコシのある麺につゆがしっかりと絡んで、つるつるといただける。

UDON

日本三大うどんの1つとも言われる「五島の手延べうどん」発祥の地、上五島の船崎地区で代々引き継がれる本場の麺を仕入れる。細麺ながら強いコシとつるとしたノド越しが特徴。

本場、五島列島の
つるつる手延べうどん。

地獄炊き1,250円。トッピングには煮浸しにした(うわさの茄子)500円やちくわなどの天ぷら、半熟卵も。手打ちうどんは注文後につくるため20分ほどかかる。持ち帰り用のだしも販売。





2種のうどんと6種の小鉢。
心温まる、心尽くし。



上田さん、奥さまの由美子さんはラーメン店時代から二人三脚。11～3月の温うどんは由美子さんの故郷、茨城県のけんちんうどんになる。



UDON

うどんは細めながらコシがあり、もっちりとして伸びもある。キリッと冷えたタレにも、温かいだしに浸しても美味。うどんを半分ずつ温・冷にできるハーフ&ハーフがおすすめ。

但馬の名物麵とおもてなし

標高400mの春來峠のてっぺん近く。近隣の集落の協力を得て休耕田などでそばを栽培し、店内で製粉して、峠の清らかな水で手打ちし、ゆで上げる十

春來てっぺん

新温泉町

割そばがここだけの味だ。地元野菜や山菜の天ぷら、そばの実を炊き込んだご飯やそばいなりも。春來集落の人々が村おこしのために始めた店が人気を呼んで25年。3年前に株式会社化を果たし、今や地域の優良企業となった。「地元の人働き、地域

に還元できる店を目指してやってきました。そばの種をまくところから、製粉、そば打ち、接客まで、ぜんぶ自分たちでやるのがこだわり」と社長の浅見雅之さん。玄そばから製粉し、店で手打ちしたそばは、口に含むと良い香り。ノド越しもつるりと上々！



十割そばと、野菜料理。
集落の人々が心をこめて。



SOBA

11月までに刈り取ったそばの実を使う分だけ店内で製粉し、そば職人が手打ちする。風味が良く、そばがき、そば茶布林、そばぜんざい、そば団子など多彩なメニューで提供する。



昼夜の温度差と山の水がおいしい作物を育む春來峠。12月から2月に寒の水でつくるかきもちも有名。道の駅山陰海岸ジオパーク浜坂の郷にも支店がある。

芭蕉庵

ばしょうあん

香美町

香住に來たら必ず円山応挙の襖絵を訪ねたくなる「大乘寺」の門前に、こちらにも必ず食べたい、名物麵がある。香住で人気ラーメン店を営んでいた大将の上田隆良さんが突如、手打ちうどんの世界へと転身して地元ファンを驚かせてから10年。「門前の茶店として参拝の人に愛されるように」と工夫した看板メニューは、風味豊かなごまだれ付けうどん。上田さんがラーメン店の頃から活用するユズの香りと酸味を効かせた濃厚なタレに、手打ちしてから1日寝かせ、細身の麵に仕上げたうどんが良く



ごまだれ冷付けうどんセット1,540円(大盛り無料)。うどんは半量を、温かいかきたまカレーうどんに変更可。野菜たっぷりのあんが熱々! 混ぜると底のカレーが出てきて旨い。前菜のおかずも心尽くしの味。



店内は江戸時代中期の絵師、円山応挙の襖絵が有名な大乘寺の「芭蕉の間」をイメージ。テーブル席と、靴を脱ぐ掘りごたつ席がある。



▷美方郡香美町香住区森863-3 大乘寺門前
☎0796-39-1144 午前11時～午後2時(ラストオーダー) 火曜休(12/28～1/3休) ④4台 道案内／電車→JR山陰本線香住駅からタクシー約5分、または南へ徒歩約25分 車→北近畿豊岡自動車道但馬空港ICから北西へ約35分



そばセット1,430円。ざるそば、季節の天ぷら、そばの実入りご飯、小鉢付き。持ち帰りも好評で、持ち帰りの生そば(つゆ付き)1人前800円。



▷美方郡新温泉町春來1318 ☎0796-92-2770 午前10時～午後4時 水曜(祝日の場合翌日)休、10/5休(1/1・2休) ②25台 道案内／電車→JR山陰本線八鹿駅から全但バス、春來口下車徒歩約35分(本数少) 車→北近畿豊岡自動車道八鹿氷ノ山ICから北西へ約50分

丹波は

里山に

うまい麺



丹波を代表する名人の
技術と経験の集大成。

SOBA

撮影時は十割そばに
福井県丸岡市産、二
八そばに多可町産の
玄そばを使用。ゆっ
くりと殻ごと実を潰す
オリジナルの石臼製粉
機で挽くことで、そば
本来の香りと旨みを
引き出す。



挽きたて、うちたて、ゆがきたてにこだわる。
丹波特産の山の芋そば1,100円。近隣の
平飼卵をプラス100円でトッピング。十
割そばランチは、そばがき付きで1,300円。

手打ちそば 木琴 もっくん

丹波市

「そば屋を育てるそば屋がテ
ーマ」と語るのは、店主の佐藤勉
さん。丹波市市島町で「そばん
ち」を開業、県外からもファンが
訪れる名店に育てつつ、地域の
店と連携して「奥丹波そば街
道」として魅力を伝えてきた。
本店は弟子に任せ、そば打ちを
継承する場所として立ち上げた
のがこの店。「実際にお客さんに
提供する体験が大切」と、自身
もそばを打ちながら弟子の製造
も監修し、彼らが店を切り盛り
するというスタイルを確立し
た。十割、二八、それぞれに合う
産地・品種を厳選してつくる香
り豊かでコシのあるそばは、佐
藤さんが培った経験と技術を反
映させたいわば集大成だ。佐藤
さんのもとに集った弟子のうち
8名が独立。ここで未来の名人
が打つそばを味わいたい。

▷丹波市山南町南中115-6 ☎070-2300-1156
午前10時53分～午後3時33分 月・火・水曜休(12/30～1/8休) ⑩13台 道案内/電車→JR福知山
線・加古川線谷川駅からタクシー約13分 車→北近畿豊岡自動車道氷上ICから南西へ約20分



佐藤さんと木曜店
長の大垣匠吾さん。
4人の弟子が曜日
替わりで店長に。愛
犬同伴可能なテラ
ス席、誰でも利用
可能な図書館もあり、
自由な空間に。

白樺

しろうっぱき

黄金の澄んだだしに映える純
白のうどん。もっちりとした弾力
のある麺がイリコや昆布、カツオ
節など旨みたっぷりのだしと調
和したおいしさに心がなごむ。
丹波篠山の大山地区で農業の傍
ら2年前に自家製麺のうどん屋
を始めた店主の仲島麻央さん。
伊丹から共に移住した母の恵子
さんが営む「野良肴屋 白樺」が
コロナ禍で併設のカフェを閉め
て業態を変える際に、学生時代
に働いた店で讃岐うどんに魅了
されて以来食べ歩きと研究を重
ね、「いつかは自分で店を」とい
う夢を叶えた。メニューは肉う
どん、海老天うどん、カレーう
どんなど多彩で、人気の「白樺セ
ット」もお値打ち。農園の黒豆が
主役の「黒豆ざるうどん」は香
ばしく炒って粉碎し練り込んだ
自信作。黒豆の風味が絶品!



もっちり弾む自家製麺。
畑の黒豆入りうどんも。



白樺セット1,200円。量が少なめのうどんに、玉ネギ
を中心にシーフードミックスを混ぜたビッグ!なかけ揚
げ、黒豆ごはん、畑の野菜を使う季節のおかず3品
が付く。黒豆ざるうどん1,000円(1日20食限定)は
黒豆の香りが楽しめるよう冷製うどんのみ。



▷丹波篠山市大山宮293
☎079-596-0133
午前11時～午後2時30分(ラスト
オーダー) 火曜休(12/31は営業。
1/1～7休) ⑤5台 道案内/電車
→JR福知山線篠山口駅からタクシ
ー約10分 車→舞鶴若狭自動車道
丹南篠山口ICから北西へ約10分

UDON

うどんはその日の温度や湿度によ
って小麦粉と水の配合を変えて機械で
打ち、3～4日寝かせて平らにプレス
して切る。「おなかいっぱいになって
もらえたら」と量感たっぷり!



「黒豆うどんは風味を生かし切りた
てをゆでるので数量限定です」と麻
央さん。里山の風景に溶け込む空
間。小上がりで大テーブルがある。



オリジナルの服
や手縫いの洋裁
教室も評判の[野
良肴屋 白樺]の
隣に建てた木造
家屋がうどん店。
昼のみ営業。裏
の農園では特産
の大山スイカや
黒豆を栽培。

淡路島で

のんびり

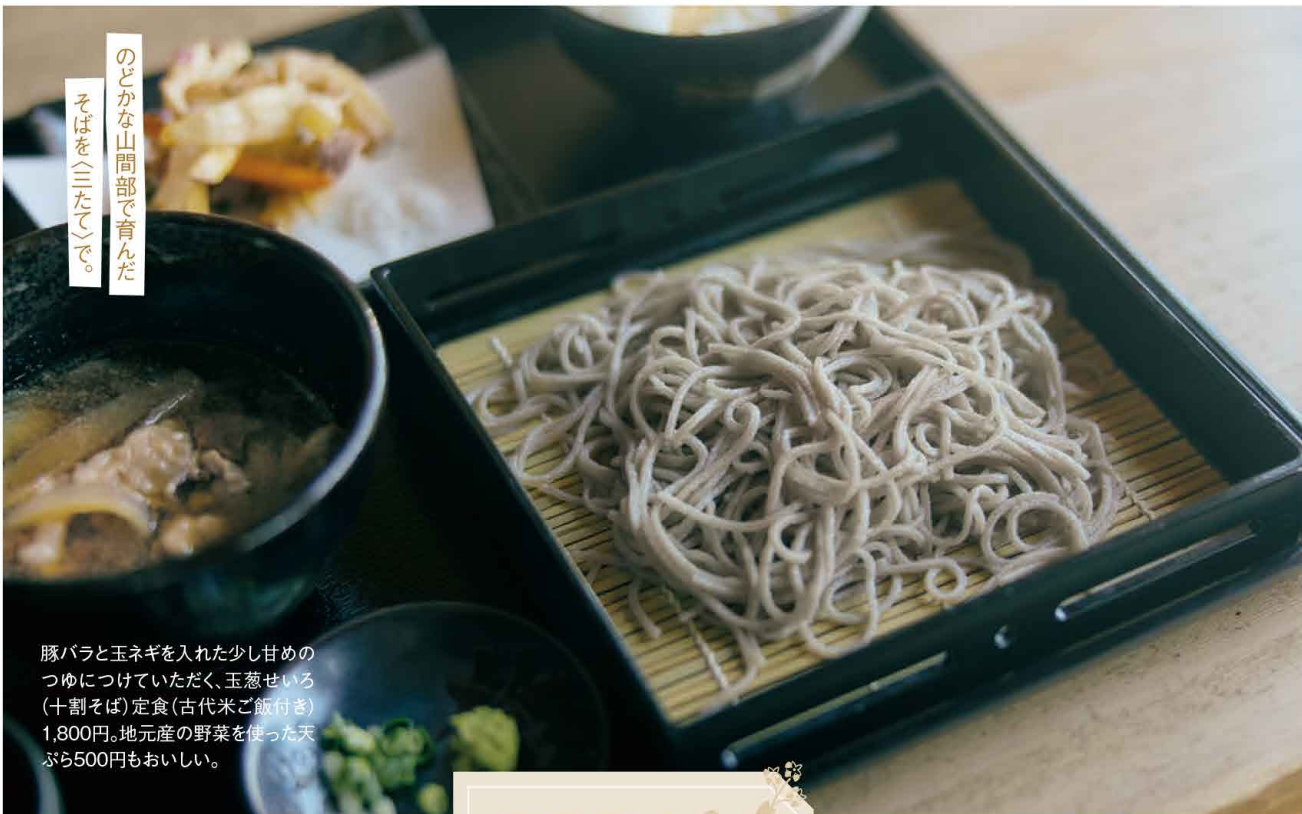
麺時間



プロからそば打ち技術を学んだ地元の有志とカフェを盛り上げる。ご飯は生田の棚田でつくられたお米を使用し、淡路市[菊水ファーム]の新鮮な有精卵の卵かけごはん400円も人気。



のどかな山間部で育んだ
そばを「三たて」で。



豚バラと玉ネギを入れた少し甘めのつゆにつけていただく、玉葱せいろ(十割そば)定食(古代米ご飯付き)1,800円。地元産の野菜を使った天ぷら500円もおいしい。

SOBA

1年を通して生田産のそばを使用。収穫したそばは保冷庫で保管し、その日に必要な量をその都度、工房で皮ごと製粉することで、常にフレッシュで香り高いそばを提供する。



今年から殻ごと挽いたそばを使用した十割そばの提供もスタートし、より深い風味が味わえるように。打ち粉にも生田産そばを使う。



そばカフェ生田村

淡路市

標高約200mの山間部に昔ながらの棚田が広がる淡路島の生田地区。「かつてこの辺りは稲作が盛んでしたが、少子高齢化が進み耕作放棄地も目立つように。農地と景観の保全、地域の活性化を目指して18年前からそばの栽培を始め、現在はそばを通じて生田の魅力を発信しています」と話すのは、生田地域活

性協議会の田村伊久男さん。廃園となった保育所の建物を利用して、地域の有志と共にそばカフェをオープンし、地元の畑で採れたそばを使った、挽きたて、打ちたて、ゆがきたての「三たて」にこだわったそばを提供している。「毎年種を採り、この土地の環境に適応しながら育った生田産のそばは、とても香り豊か。ゆつたりと時間が流れる自然を感じながら、自慢のそばを味わってください」。

洗練された和モダンな空間で特別な一杯を。

讃岐うどんと区別するため、あえてイリコは使わず、サバとウルメ、イワシ、宗田節などを用いた関西風の旨みたっぷりのだしを使用。クルマミと醤油の二種つけ汁天釜揚げうどん1,600円。



かま釜うどん

淡路市

国産小麦を使用したコシのある麺を圧力釜でゆがくことで、独特なモチリ食感に仕上げるうどんが自慢。以前は三宮に店を構えていたが「自然豊かな場所であつくり味わってもらえたら」と、故郷の淡路島へ移転した。店主の行司正芳さんは、建築デザインの仕事に長年携わった経験を活かし、実家の建物をコンクリートや瓦素材をたくみに用いてモダンな空間にリノベーション。日々木曜は完全予約制で約8種の季節がわりの料理と釜揚げうどんをコース仕立てで提供し、金・土曜は予約なしで単品メニューの注文も可能。季節ごとに変わる約4品を用意し、夏は涼しげなトマト搾りおろしうどん、冬は湯葉卵餡かけうどんなど、創意あふれるラインアップにワクワクする！

UDON

香川県産小麦「さぬきの夢」を使用したうどんは圧力釜で炊くこと約12分。表面にモチモチとした弾力が生まれつつも、歯切れがよく、一度食べたら忘れられない食感に驚く。



「ちょっと変わったことをしたくて」と行司さん。空間づくりをはじめ、うどんや一品料理など、すべてに行司さんの遊び心が生きている。



店は風や光を取り込むようデザイン。中庭を眺めながら食事ができるカウンターやテラス席のほか、コース利用限定の和モダンな個室も。



▷淡路市柳沢甲354
☎0799-86-0088 営業は金・土曜の午前11時30分～午後2時(月・火・水・木・日曜は2日前までの完全予約制・コース料理6,500円のみ) 12/29～1/5休 @10台 道案内/電車→JR神戸線舞子駅から高速バス、江井下車徒歩約30分 車→神戸淡路鳴門自動車道北淡ICから南へ約20分

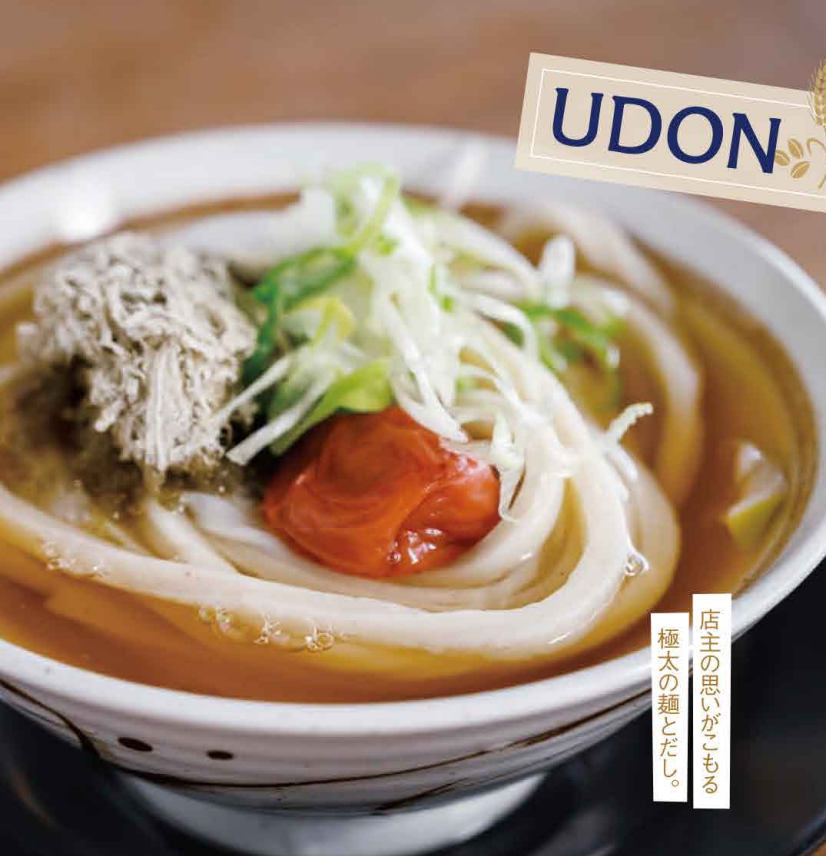


木の温もりを感じるアットホームな雰囲気店内。「冬は薪ストーブを焚いて暖かくしてお迎えします」と、田村伊久男さん・敏江さん夫妻。

▷淡路市生田畑152 ☎0799-70-1478 営業は土・日曜、祝日の午前11時～午後3時(午後2時ラストオーダー、平日は5人以上で予約可) 12/30～1/3休 @12台 道案内/電車→JR神戸線舞子駅から高速バス、北淡IC下車。タクシーに乗り換え約10分 車→神戸淡路鳴門自動車道北淡ICから南へ約10分



豆乳を使用し、コクがありながらもあっさりとした味わいに仕上げる。明太子と出汁のクリームうどん1,000円。大葉の爽やかな風味がアクセントに。



UDON

店主の思いがこもる
極太の麺とだし。

梅干しと梅とろろコンブをたっぷり、温or冷が選べる梅昆布650円。季節限定品もあり、秋冬はイペリコおろしぶっかけ1,200円。うどんは弾力があり、粉の風味、ギュギュッとしたかみごたえがクセに。



先に天ぷらを選び、うどんを注文するセルフ式。サクサク衣の天ぷらは約20種110円から。

いわしや

西宮市

西宮山手の玄関口、西宮北ICからすぐの好立地にあり、食事時以外も来客がひっきりない人気店。お目当てはイリコとコンブが濃厚なだしを絡めた、むっちりとしたうどん！店主の榎木康宏さんが会社員時代に、出張先の四国で讃岐うどんに目覚め、現地で修業を経てこの地に店を構えてもうすぐ20年に。「生地を手打ちして、足で踏み、1週間寝かせてじっくり熟成。それをして麺にして、注文を受けてからゆでたてを出す。うどんは一つ一つが手仕事。毎日やっても毎日違うからおもしろくて仕方ない」と日々、湯気をまとって厨房に立つ。山盛りの具や澄んだだしとともに、うどんへの愛もあふれそうな一杯を。

「シンプルなけど、一番人気のボリューム満点(肉ぶっかけ)もおいしいよ」と店主。

▷西宮市山口町下山口3-12-20
☎078-903-3981
午前11時～午後4時(売り切れ次第終了) 水曜(祝日の場合翌日)休(12/31～1/3休) ⑩15台 道案内/電車→神戸電鉄三田線田尾寺駅西へ徒歩約15分 車→中国自動車道西宮北ICからすぐ

毎朝挽く粉で打つ香り豊かな十割ざる蕎麦(白)と(黒)各1,200円は1日24食限定。写真は2種盛り1,800円。だしをとった昆布でつくる佃煮、ぬか漬けも滋味深い。11月より温かいつけ麺やそばも登場。



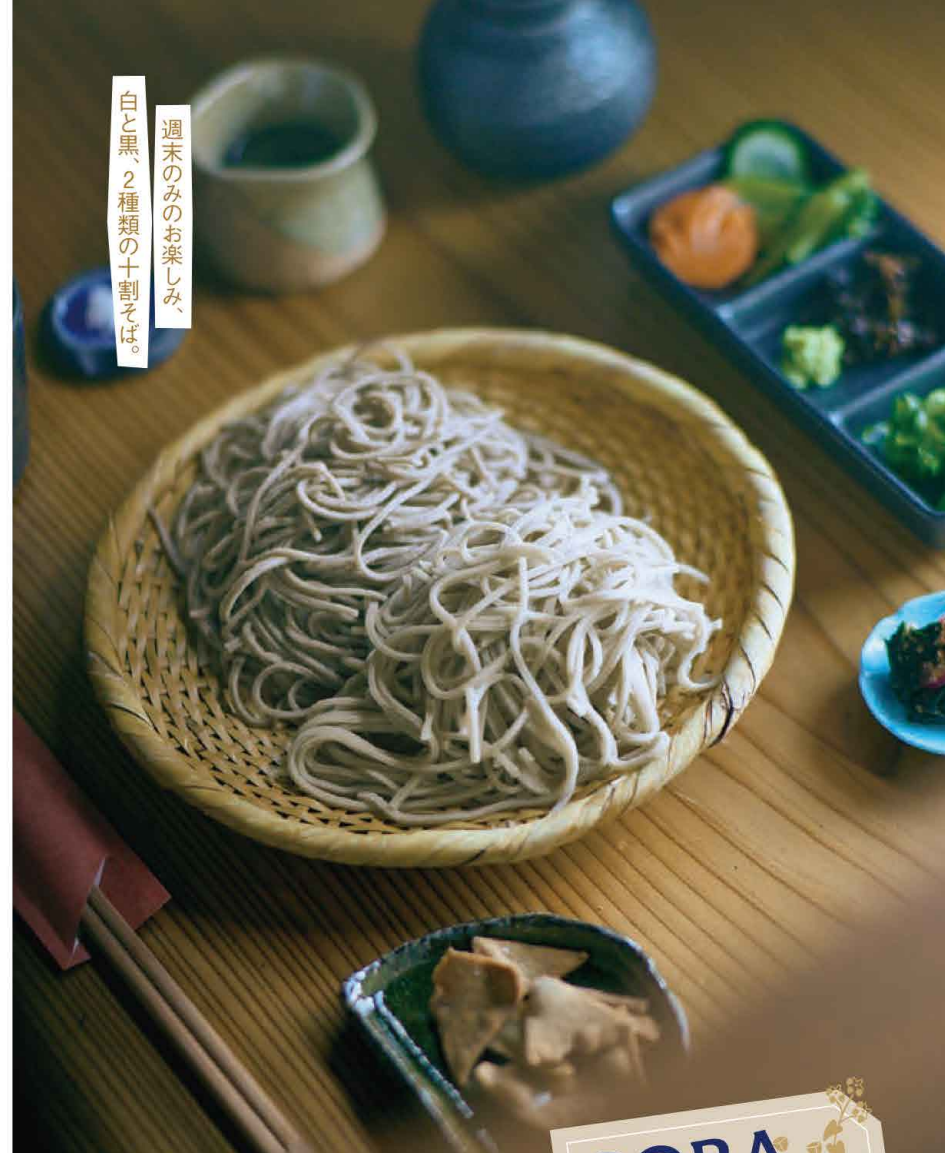
だしをたっぷり含んだ出汁巻き1,000円には西谷地区の平飼卵を使用。無農薬玄米と二十穀米に、そばの実を入れたなり寿司2個600円。

▷宝塚市長谷有常尾46
☎070-8594-6189

営業は金・土・日曜の午前11時～午後2時30分(なくなり次第終了) ⑦7台 道案内/電車→JR宝塚線武田尾駅から阪急バス、東部下車徒歩約10分 車→新名神高速道路宝塚北スマートICから北へ約14分



と、独学でそば打ちを習得。試行錯誤を繰り返して今の味にたどり着いたそう。福井から取り寄せる新鮮な石臼挽きのそば粉を使った九二そばは、香りと風味が豊かでノド越しも軽やか。ユズがほのかに香るすっきりしたつゆとも相性がい。「一味で勝負!とにかく食べてみて」と話す杉本さんの笑顔の接客も心地いい。

▷神戸市西区櫛谷町池谷485
☎090-3167-8275
午前11時30分～午後3時(売り切れ次第終了) 水曜休(1/1～8休) ⑩10台 道案内/電車→地下鉄西神・山手線西神南駅からタクシー約5分 車→第二神明道路玉津ICから北東へ約13分週末のみのお楽しみ、
白と黒、2種類の十割そば。

SOBA

杉本家 すきうち

西區

櫛谷川が流れ、豊かな緑が広がる神戸市西区の小さなそば屋のメニューは、盛りそば、きのこそば、鴨そばの3種類。「1人で調理するからメニューも絞って。その代わり、打ちたて、ゆがきたてを味わってもらえます」と店主の杉本哲章さん。さまざまな飲食業を経験した後、「自分の腕だけで勝負できるものを」



福井のそば工場から挽きたてのそば粉を少量ずつ真空パックで送ってもらうので、鮮度抜群。「そば粉は生き物。温度や湿度で変化するから、毎回真剣勝負です」と杉本さん。

独学でたどり着いた
滋味豊かな九二そば。

盛りそば880円。炊き込みごはんはプラス330円。そばの実を入れた蕎麦塩つけると甘みと風味が引き立つ。220円で販売も。

なや玄

宝塚市

店主の尾花とし子さんが「のどかな田舎が好きだから」と念願だったそば店を構えたのは、宝塚・西谷地区の里山に佇む納屋付きの古民家。大阪「植田塾」でそばづくりを学んだ尾花さんが「一番おいしかった」と話す信

神戸・阪神は
郊外の
麵処へ