

まちの皆様インタビュー！

宮代町には幾つもの蕎麦屋がありますが、その中でも、1974年に現在の場所に開店して今年で50周年を迎える「前野屋」は、宮代町を代表する蕎麦屋の1つです。今回は、宮代町の老舗蕎麦屋「前野屋」のご主人・須藤貴志さんにお話を伺いました。

【前野屋のルーツは、東京・砂町銀座】

須藤さんは、東京都江東区出身。北砂にある有名商店街・砂町銀座に当時あった前野屋という蕎麦屋にお母様がお勤めされていて、その縁で前野屋の2階に小学3年生までお住まいだったそうです。その頃の須藤さんはいわゆる都会っ子で、いろいろな娯楽（紙芝居や駄菓子屋など）にまみれて過ごしていたとのこと。一方で、地元のマラソン大会に飛び入り参加で優勝するなど、運動神経も良かったようです。

【宮代に移住、学生時代は部活一色】

東京の前野屋の薦めもあって宮代町に店を出すことになり、家族で移住。宮代町の前野屋が誕生します。須藤さんは東小学校に転校、毎日野球をして過ごしたそうです。そして、百間中学校へと進学。高校は群馬の高校に入学します。中学高校では陸上部に所属。長距走の選手として優秀な成績を出し、幾つもの大会に出場するなど、部活一色の日々を過ごしていたそうです。



前野屋のカレー南蛮に使われているカレーは、複数種の小麦粉とカレー粉を混ぜ合わせて作られた、前野屋の完全オリジナル。カレー南蛮のカレールーはカレーライスのものとは違い麺つゆとの相性が重要。前野屋特製の麺つゆに合うルーを追求するあたり、須藤さんのこだわりが見られますね。



須藤さんのパートナー「マルシン出前機搭載スーパーカブ」。このバイクで町内を所狭しと走り回っている姿は、誰もが一度は目にしたことがあるはず。須藤さんの迅速丁寧な出前は、かつてサーキットで磨いたドライビングテクニックがなせる技…なのかもしれないですね。

【サラリーマン時代とバイクと車】

高校卒業後は、建築関係の会社に務めた須藤さん。当時は実家の蕎麦屋を継ぐといったことは考えておらず、友人の影響もあって、バイクと車に没頭していたそうです。特にバイクに関しては、ライセンスを取得してサーキットを走るなど、趣味としてかなり力を入れていたそう。日々出前でも爆走している須藤さんですが、その走りはサラリーマン時代に培ったものなのですね。

【家業を継いで、今に至る】

サラリーマンとして建築関係の仕事をしていた須藤さんですが、27歳の時に故あって家業を継ぐことになりました。といっても当時はお父様が前野屋の店主だったので、須藤さんは手伝うような形だったとのこと。最初の頃は相変わらずバイクと車に夢中で、調理に関しては先代任せ、ご自身はただ従うだけだったそうです。その後、徐々に味付けなどにも意識が向くようになり、蕎麦屋としての自覚が芽生えたそうです。先代より店を引き継いでからは、さらに味への意識が強くなり、細かいところでいろいろと、こだわりを持つようになったようです。「誰にも気づかれないよう、密かに味を進化させているんですよ」と仰る須藤さん。自ら口に出されませんが、こちらから突っ

このコーナーでは、宮代町に在住・在勤・在学など宮代町に関わる方々にお話を伺っています。



就職の時点では前野屋を継ぐことを一切考えなかったという須藤さん。でも小学校の文集には実家を継ぐといった内容のことが書かれていたとのこと。書いた記憶は全くないそうですが、「これも何かの暗示なのかもね」と仰っていたのが印象的でした。

込んで聞いてみると、素材の厳選や味付けについては、かなり力を入れていらっしゃるごことがわかりました。蕎麦の話に限らず、いろいろなことについて突っ込んで聞けば聞くほど面白いお話が飛び出してくるので、インタビューは約2時間にもおよび、最後まで笑いが絶えず、とても楽しい時間を過ごすことができました。自分を誇示しない、もちろん誇張もしない。でも意見はハッキリ言うし、やるべきことはしっかりとやる。今回のインタビューでは、そんな須藤さんの素敵な人となりを見ることができました。

今月の 気になったコト①

◆ クリーニング コンドウ さんの 春の衣替え点数セール



先日、クリーニングコンドウさんに冬物衣料の洗濯をお願いに行きました。すると、←のようなチラシが…。何やらたくさん依頼すれば最大25%引きになるとか！冬物は高張るし数も多いので、これはサービスを活用するしかない！と思ったら、なんと期間が3～4月。がっかりしながら近藤さんに「もっと早く来ればよかったです」と伝

【クリーニング コンドウ】

住所：宮代町西条原896-2
TEL：0480-33-8234
営業時間：7:30～18:30
定休日：日曜日



このコーナーでは、宮代町内をいろいろ回っていた際に気になったモノ・コト・ヒトなどを取りあげていきます。

今月の 気になったコト②

このコーナーでは、宮代町内をいろいろ回っていた際に気になったモノ・コト・ヒトなどを取りあげていきます。

◆ ミート&デリカ のざわ さんの ツバメの巣



和戸にある「ミート&デリカのざわ」さんでは、毎年春になると軒先に傘がぶらさがります。しかも逆向きに。初めて見たときは「これ何だ?」と思いましたが、今は理由を知っているので「もうこんな時期か」と思います。これ、ツバメの巣から落ちる糞を受け止めるための傘なんです。

のざわさんの軒先にツバメが巣を作ったのは、今から2～30年前のことだそう。最初はもう少し軒先から外れたところに巣ができたそうですが、先代が「そこだと外敵（カラスとかへびとか）にやられてしまう」と判断し、お客さんが頻繁に通る店の出入り口に木の台を作ってツバメを誘導したそうです。ひと気の無いところの方が巣にとって良いのかと思いきや、外敵を遠ざける

ため、あえて人通りの多いところに巣を作る方がいいというのは驚きでした。

今はまだ巣を作っている段階で、雛も卵もないようですが、5月の下旬になるとツバメの雛が可愛い顔を見せてくれるそうです。7月の中頃までピヨピヨ騒いでいるそうなので、気になる方はお弁当やお惣菜を買いに行くついでに観察してみたいかが?あ、傘があるからと言って安心せず、頭上注意を忘れずに。極まれに、雛が糞を遠くに飛ばしたりするそうなので。笑

【ミート&デリカ のざわ】

住所：宮代町和戸4-4-27
TEL：0480-33-0613
営業時間：9:00～18:30
定休日：月曜日



季節のリズムに合わせた養生ライフ♪

このコーナーでは、季節それぞれにあった健康法を紹介していきます！

5月の養生

二十四節気では、4月20日～5月4日にかけてが穀雨（こくう）、つづいて5月5日～立夏（りっか）、5月20日～小満（しょうまん）と続きます。

立夏は暦上いよいよ夏の始まり。朝晩は若干の肌寒さを感じる日もありますが、この頃から気温は徐々に暑くなっていくといわれています。小満は、あらゆる生命が満ちていく時期のこと。太陽の光を浴び、万

※【夏の臓器は「心」】

東洋医学の基となる五行学説では「春＝肝・夏＝心・長夏＝脾・秋＝肺・冬＝腎」のように、それぞれの臓器が属する季節（五季）があり、該当する臓器にトラブルが発生しやすい傾向があるとされています。

物がすくすくと成長していく季節です。東洋医学では、夏の臓器は「心」*とされており、全身に血をめぐらせるほか精神活動のコントロール、睡眠リズムの調整などに関与します。この「心」をいたわるには、静かに過ごし、大喜び・激怒を避けることが大切だと伝えられてきました。日本の夏は高温多湿なため、蒸し暑さでイライラしたり、不眠、食欲不振などのトラブルを招き

〈養生ライフ〉

夜は多少遅くとも、他の季節よりも早起きを心掛ける。気を使うのではなく、とにかく体を動かしてストレスを汗と共に流す。冷房や胃腸に負担となる冷たい物など、身体を冷やす事はほどほどに。昼寝などを活用し、寝苦しい夜の睡眠を補う。湿度対策と夏の臓器「心」をいたわり、食事は適度に酸味と苦味を意識し、冷え性の方は少々辛い味で微調整を。

〈おすすめ食材〉

ストレスの緩和、収斂作用、消化の補助、発汗を抑える（酸味）	梅干し、柑橘類、トマト、キウイフルーツ、酢
体の余分な水分をとり、熱を冷ます（苦味）	ゴーヤ（苦瓜）、セロリ、緑茶、山菜類、アロエ
胃腸の働きを助ける、滋養作用、弛緩作用（甘味）	そば・ナス・きゅうり・冬瓜（とうがん）・豆腐・豚肉
血行を促進、発汗作用（辛味）	ネギ・しそ・しょうが・ミョウガ・胡椒

やすくもあります。また5月は、新生活で知らず知らずのためこんだストレスもありますよね。これらを自覚するのも大切かと思えます。初夏のうちに汗をかいてきちんと体温調節ができるように半身浴やぬるめのお風呂で汗トレーニングをしたりして今のうちから熱中症の予防対策をしていきましょう。

