

つるつる

CONTENTS



この人と食トークシリーズ〈4〉……………2

「一日一日を大切に生き、自分を楽しませよう」
アナウンサー 山本文郎さん

古都・鎌倉は寺の町……………4

ハイキング&そばを楽しむ一日／「天園ハイキングコース」ほか

四季の麺接便……………6

年末年始のおすすめギフト&新製品ピックアップ



乾麺の げの



かわいがっていただいたんですね。アナウンサーは、高座に上がる落語家さんを紹介するのが主な仕事ですが、私は文楽師匠を紹介した後、その落語を聞いて楽屋でのけぞって笑っていたんです。それがきっかけでした。

——そのときは怒られましたか？

山本 と思ったんですが、師匠の反応は実に意外でした。「私を紹介した後、のけぞって笑ってくれたアナウンサーさんは、あーただけだ。そのままの姿勢で、落語番組に取り組みなさい。通はいけませんよ。落語好きでいなさいよ」と。それで、通にはならなかったんですね。

「ピンチヒッターの文」

——担当番組には、長寿番組が多いですね。**山本** でも、ほとんどはピンチヒッターで引き継いだ番組なんです。ローカルニュース番組「レポートTBS6」も、朝のワイドショー「モーニングEye」も二代目。「二代目の文（ぶん）」「ピンチヒッターの文」なんて言われていましたね。幸せなことに、そうした番組が長寿番組に育って

った。

——「レポートTBS6」は、夕方のニュース番組の草分けです。

山本 あの番組は、子供向けのアニメーションの時間帯に放送していました。その時間帯に報道番組をスタートさせたのは、TBSにとっても一つの挑戦でした。しかし1年目は視聴率も2%とか3%。2年目から私が引き継ぎました。でも「なぜ落語番組のアナウンサーが、ニュース番組をやるの？」というのが正直な気持ち。プロデューサーに尋ねると、「視聴者と同じ立場で物事を考えられる人だから」と言うんですね。「隣りの家で子猫が生まれたとか、そんな小さなニュースを伝えるローカルニュース番組にしたい。ついては文さん、背広を脱いでください」と。

——それで引き受けた？

山本 いいこと言う人だな、と思って。とはいえ、私は政治も経済もまったく勉強していない。よくニュースキャスターといいますが、私の場合は椅子に付いているキャスター。つまり、つなぎ手です。橋渡しはできるが、解説はできない。そこで、記者や専門家を隣に座らせてほしいと要求したんです。私が聞き手になって質問するからと。そのスタイルで10年間、番組を続けました。

——当時のエピソードはありますか。

山本 フジテレビに逸見政孝さんというアナウンサーがいました。一面識もなかったのですが、突然、電話がかかってきましたね。驚きましたよ、局の垣根を越えて直接電話してきたんですから。「夕方のニュース番組をやることになったので、レポート6のやり方を教えてほしい」と。普通、そんなことをしたらクビですよ。でも、この人は本物だと思いました。それで教えて

あげたんです。その後の彼の活躍は、衆目の知るところです。

元氣よく仕事をしていきたい

——アナウンサー人生では、

さまざまなことがあったと思います。

山本 非常に不規則な生活をしてきました。食事時間も時間通りに摂れないし、ポリプを手術したり、アキレス腱を切ったこともある、それに酒も毎日飲んでる。だから、自分は70歳まで生きられないだろうと思っています。しかし、それでもまだ生きています。

——何か健康法はあるのですか。

山本 酒ですね。（笑）酒がまずいなと感じたら、身体も調子が悪いんじゃないかと自分に言い聞かせます。あとは、あまりクヨクヨ考えないことです。

——趣味もたくさんおもちだとか。

山本 57歳のときに車の免許を取ったんです。今では1日に1回は運転しないと気がすまない。1日1錠（乗）のビタミン剤みたいなものですね。ほかにも、釣り、ゴルフ、熱帯魚などが趣味で、時間が足りないくらい。熱帯魚では、ディスカスという魚を育てています。品評会で入賞したこともあるんですよ。

——今後の人生について。

山本 これからの人生はお釣りだと思っています。家内にも6年前に先立たれましたね。人様に迷惑をかけず、一日一日を大切に生きて、自分を楽しませようと思うんです。仕事をしていると楽しいんですよ。とても充実して、あつという間に一日が終わってしまう。このサイクルを続け、元氣よく仕事をしていきたいですね。



▲品評会で入賞したことのある熱帯魚ディスカス





▲ご自慢のお孫さんと熱帯魚ディスカス



アナウンサー

山本文郎さん

Fumio Yamamoto

PROFILE ● 山本文郎

1934年、東京都文京区生まれ。57年、早稲田大学文学部国文学科卒業、ラジオ東京（現TBS）入社。演芸番組「お好み寄席」がアナウンサー人生のスタート。76～87年、「レポートTBS 6」を担当。夕方のニュース番組の原型をつくる。94年、TBSを退社し、「オフィスぶん」を設立。96年、フリーに。現在、日本テレビ「素顔が一番（土曜午前10時放送）」、「おもいっきりテレビ（月～金曜昼）」、TBSテレビ「特選名品館（月～金曜午前10時20分放送）」に出演するほか、イベント司会などで活躍。

一日一日を大切に生き、 自分を楽しませよう

ほがらかで、アットホームなキャラクターで知られるアナウンサーの山本文郎さん。演芸・音楽番組をはじめ、情報番組の司会者として、数々の長寿番組を育ててきました。しかし初回から担当した番組は意外と少なく、二代目としてバトンタッチした番組がほとんどで、「私はつなぎ手」といいます。アナウンサー人生のエピソードなどをうかがいました。

デビューは落語番組

——落語番組の司会が印象的です。

山本 TBSの前身であるラジオ東京に入社した当時は、ラジオが全盛。テレビは「ラジオのお荷物」と言われていました。私もラジオ志望でしたが、「顔が落語家み

たいだからテレビにいけ」と言われて、先輩が担当していた落語番組「お好み寄席」を引き継ぐことに。（笑）それが最初の担当番組ですね。

でも、落語は好きでしたが、通（つう）ではなく、寄席にも行ったこともなかったんです。ただ私は、八代目の桂文楽師匠に

● 山本さんが贈り物にお薦めの 手折りめん（3種詰め合わせ） （そば、うどん、東京ラーメン〈しょうゆ〉）

山本文郎さんは、実は18年前、鎌ヶ谷に住む親友が主催したゴルフコンペで賞品としていただいたのが、茂野の乾麺との出会い。「ひと口食べて、なぜ乾麺なのに、こんなにみずみずしい麺ができるのかと、インスタント麺の概念がぶっ飛んでしまった」といいます。「とくに東京ラーメンは、お気に入りです。何とも郷愁をそそる味なんですよ。どうやって作っているのか聞きたいぐらい」とも。以来、東京ラーメンをはじめ、そばやうどんなども、日頃からお世話になっている友人やタレントさんへのお歳暮にご利用いただいています。



▲建長寺／鎌倉市山ノ内8 TEL.0467-22-0891 JR北鎌倉駅より徒歩15分

日本初の禅師道場「建長寺」

5代執権の北条時頼は、仏教に深く帰依し禅宗に傾倒。中国から蘭溪道隆（らんけいりゅうどう）を招き、建長5年（1253年）に建長寺を創建した。日本初の禅師道場で、京都の仏教から独立した鎌倉仏教の始まりとなった寺院だ。総門（巨福門）、山門（三門）、仏殿、法堂が一直線に並び伽藍配置は宋の禅宗様式。15世紀前半に二度の火災に遭い、江戸期に沢庵禅師によって再建された。



⑤ 大平山（標高最高点）



① JR鎌倉駅



⑥ 百八やぐら



② 天國コース入口



⑦ 勝上巖展望台



③ 貝吹地蔵



⑧ 建長寺・半僧坊

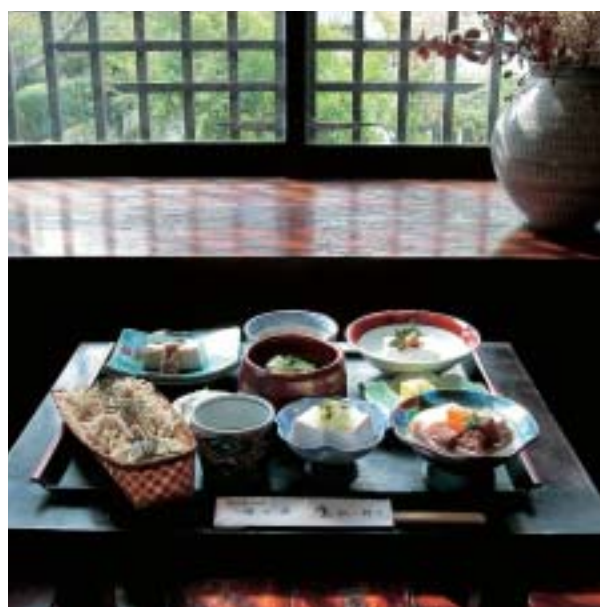


④ 天國（六国峠）



● 鎌倉市観光課／☎046622・3000

には石仏が祀られています。再びコースに戻り、十王岩を眺めつつ、勝上巖展望台へ。建長寺の境内や鎌倉の中心街、さらに由比ヶ浜を眺望できます。5分程で半僧坊、建長寺の入口です。拝観料（300円）を払って境内に入ります。ここまで約3・5キロ、所用時間は1時間半から2時間。何やらお腹のほうも……。



▲そばと豆腐三昧の萩御膳

⑤ そばと豆腐料理に舌鼓「庄 北の鎌倉」

■ 鎌倉市山ノ内403-2 TEL.0467-23-7055

北鎌倉駅から徒歩3分、営業時間11:30～17:00、火曜定休。

寺町の“粋”を感じさせる、そばと豆腐料理が味わえる店。バラエティー豊かなメニューも、この店の自慢の一つ。北海道産のそば粉を使ったそばは、コシが強く、のど越しもほどよい。胡麻豆腐や味噌田楽などもついたお得なセットメニューもあります。天ざる1950円、あじさい膳1500円、もみじ膳2000円、萩御膳2500円ほか。

そばのチカラ

比叡山
「千日回峰行」
とそば

比叡山では「千日回峰行」という荒行が行われます。千日間にわたる修行を、7年間かけて行います。1年間につき255～300カ所を巡拝しなければなりません。とくに、700日を終えた段階では9日間の「断食・断水・不眠の行」もあり、まさに荒行といえます。

この荒行に入る前には「前行」があり、100日間、五穀（比叡山では米、大麦、小麦、大豆、小豆）も塩も摂ることが禁じられます。唯一、許されるのが「そば」。健康を保つパワーが、そばには秘められているからでしょうか。寺院とそばは、こうした修行の場でも密接に関係しているのですね。



■寺前蕎麦・門前蕎麦
(「絵本江戸みやげ」西村重長画。国立国会図書館所蔵)
左上、瓦塀が浅草寺。蕎麦屋(尾張屋)

寺方

蕎麦

江戸の食文化といえば、初鰹、鰯、鰻、天ぷら、そしてそば。とくに寺院では、生食を摂らないため、そばの文化が発展しました。「寺方蕎麦」という言い方があるぐらい、そばは寺院と関係が深く、寺領で栽培され、食され、檀家にも振る舞われました。とはいえ、寺院では殺生戒から鰹節が使えないため、そば汁も美味とはいえない。相性がいいとされる酒も飲めない。そのため寺院ではそば切りが発展し、これが江戸のそばの普及とレベルアップに貢献したといわれます。ちなみに、寺院内での蕎麦は「寺方蕎麦」で、寺院のすぐ近くの蕎麦は「寺前蕎麦」「門前蕎麦」。この絵は浅草「浅草寺」の門前町で、左上の瓦塀が浅草寺。蕎麦屋は尾張屋

古都・鎌倉は寺の町。 ハイキング&そばを楽しむ一日。

数々の古寺・名刹が、人々の心にやすらぎをもたらす鎌倉。三方を山で囲まれ、気軽に楽しめる魅力的な低山ハイキングコースでもあります。緑に包まれた山道、音もなく流れる小川、季節の花が咲く古寺の境内……。

鎌倉幕府が誕生して800余年、その歴史のドラマは、ひび割れた石段や土塀にも刻まれています。また、寺院あるところ、おいしいそば屋もあり。手打ちそばや、職人が手をかけた豆腐料理は、小さな旅にまた一つ楽しさを添えてくれます。



▲鶴岡八幡宮

古都・鎌倉は、豊かな自然と歴史のドラマに彩られた町。数奇な運命をたどった鎌倉武士たちに思いをはせ、ひとつそりと咲く花々を愛でながら、のんびりと古寺・名刹を散策するのも、時にはよいものです。なだらかな山道のハイキングコースを備えた鎌倉は、そんなスローで豊かな時間を楽しむにはうってつけのスポットといえます。

世に「鎌倉五山」と言われます。これは、鎌倉幕府の執権、北条氏が定めた禅宗寺院の格付け制度。この五山制度は京都にも適用されています。鎌倉では、建長寺が第一位とされ、円覚寺

寿福寺、浄智寺、浄妙寺と続きます。なかでも建長寺は、瑞泉寺協から六国峠を経てこの寺へと至る天園ハイキングコースを備えています。所用時間は1時間半〜2時間のコースなので、年配の方でもほどこい運動に適しています。

寺院の多い鎌倉は、『つるつる』読者であれば、「寺前蕎麦」も気になるところ。ここ鎌倉では、職人技が生きた本格派のそばや豆腐料理を堪能することができます。ハイキングの前や後に、ちよつと奮発して「和」を味わう。スローフードなひとときをお楽しみあれ。

四季の麺接便 おすすめギフト

お客さまの声とともにつくる、
このページ。今号では、茂野の
新作麺を中心に、皆様にご好評
をいただいている手折りめん、
乾麺などをご紹介します。

手折りめん、乾麺の定番をお得な詰め合わせで！

新作麺を加えた新しい 詰め合わせです！

韃靼そば・ざる茶そば・発芽玄米入りうどん (3種詰め合わせ)



生活習慣病を防ぐ効果
も注目される「韃靼そば」、
「発芽玄米入りうどん」、そしてヘルシーで
彩りも豊かな「ざる茶そば」。茂野のニューフェ
イス麺を加えた、新しい
お得なセットです。

200g×12袋入り 1,920円

200g×20袋入り 3,200円

そば粉



(300g×3袋入り) 1,800円

国産の良質なそば粉
のみを厳選

石森製粉製造、北
海道斜里産・福岡県
丸岡産の良質なそば
粉をブレンドしまし
た。おいしいそばを、
ぜひご家庭で！



手折りめん(3種詰め合わせ) (うどん、そば、東京ラーメン〈しょうゆ〉)

会社で手折りめんをお披露目

雑誌の編集をしています。ただでさえ食
事は不規則、昼時はどの店もいっぱい……。
そこで思いついたのが、手折りめん。即席
麺とはひと味違う味を、手早くアツアツで
いただけます。同僚も最近、真似をし始めて……。
(東京都・編集者・32歳)

6個入り	640円	24個入り	2,400円
12個入り	1,200円	30個入り	2,700円
18個入り	1,800円	48個入り	4,320円



北信濃手折りそばと八割そば (2種詰め合わせ)

(北信濃手折りそば、八割そば)

手軽で、美味！年越しそばの定番

大忙しの年末。大晦日ぐらい、ゆっくりと
紅白でも見たいな。そんな私にとって、手軽
に作れておいしい手折りめんは、とても重宝
しています。わが家の年越しそばの定番で
す！
(群馬県・主婦・43歳)

8個入り	1,075円	24個入り	2,860円
12個入り	1,450円	30個入り	3,425円
18個入り	2,170円		

味川柳ざるそば・ざるうどん(2種詰め合わせ) (ざるそば、ざるうどん)



毎年、楽しみな“味なお歳暮”

仲人をした部下から、この詰め合
わせがくるようになって3年。麺好
きの私にとっては、うれしい限りで
す。麺とつゆの相性も良く、毎年、
楽しみにしている“味なお歳暮”で
すね。
(兵庫県・会社員・56歳)

(ざるそば 360g×8袋)
(ざるうどん300g×8袋) 2,800円

◎しげの「四季の麺接便」は
フリーダイヤル・フリーFAXでどうぞ
(全国どこへでもおとけします。)



0120-44-1351



0120-16-3033

●受付時間／平日の午前9時～午後5時まで。
日祭日は休日ですが、留守番電話がお受けします。

おいしさ、召しませ
茂野の乾麺をお届けします。

お客さまのお好みの乾麺を詰め合わせ、製造工場
直送で、お求めやすくお届けする「四季の麺接便」。
通常、小売店では販売していない特産麺類を厳選し、
通信販売でお届けしています。

「おいしい」「ヘルシー」「調理も簡単」の新作麺

高原地帯で栽培されるダツタンそばは、 生活習慣病を防ぐ健康&栄養麺！

だつたん 麺そば

ダツタンそばとは、中国雲南省やネパールの
ベトナムなど高度1500m以上の険しい山岳地
帯で栽培されているそばのこと。高血圧症、動
脈硬化、糖尿病に効果があるルチンを、普通の
そばの約100倍も含んでいるのが特徴です。
ダツタンそばを主食としている雲南省の少数民族
は、生活習慣病の発生率が低く、とても健康
で長寿だといえます。中国では漢方薬としても
親しまれています。このダツタンそばを茂野独
自の製法で手折りタイプと乾麺タイプに仕上げ
ました。

●麺そば



(200g×12袋入り) 1,920円
(200g×20袋入り) 3,200円

●手折り麺そば



8個入り 1,150円
12個入り 1,560円
18個入り 2,340円
24個入り 3,120円
30個入り 3,600円

簡単に作れて、体にもいいなんて！

体にいい食品は、あまり美味
しくないと言われます。物の本
によると、麺そばも独特の苦
みがあると……。でも主人の健
康のためと、試しに注文しまし
た。作るのも簡単だし、味も自
然で、おいしいんです！ わが家
の定番そばになってしまうかも
……。 (神奈川県・主婦・51歳)

●手折り^{だつたん}麺そば 発芽玄米うどん (2種詰め合わせ)



栄養価が高く、肥満防止の効果も！

発芽玄米入りうどん (ファンケルの発芽玄米入り)

発芽玄米は、白米や玄米よりも栄養価
が高く、ガンマ・アミノ酪酸やフィチン
酸、食物繊維を多く含む食品として注目
されています。血圧を下げ、肥満を防止
する効果もある、この発芽玄米を使った
新タイプのうどんがデビューします。コ
シが強く、のどごしが良い、独自の風味
を手折りめんと乾麺でどうぞ。

●手折り発芽玄米うどん



8個入り 1,150円
12個入り 1,560円
18個入り 2,340円
24個入り 3,120円
30個入り 3,600円



●発芽玄米うどん

(200g×12袋入り) 1,920円
(200g×20袋入り) 3,200円

8個入り 1,150円
12個入り 1,560円
18個入り 2,340円
24個入り 3,120円
30個入り 3,600円



さむ〜い季節に、うれしいアツアツ お好みの具材で楽しむ 味噌煮込みうどん

味噌煮込みといえば、名古屋の名物。各地でも各様に楽しまれています。一人前の小さな土鍋のフタを開けると、ふわぁ〜と湯気が湧き立ちグツグツと煮立った鍋の中にお月様のように卵が顔をのぞかせている。何とも食指を動かされる光景ですね。鍋のフタにうどんをとって食べるのが、本場の食べ方だとか。これからの季節旬の野菜をお好みの具材を入れて、ご家族で楽しんでみては。

●材料(人数分)

手折りみそ煮込うどん
トリ肉、ニンジン、ダイコン、ネギ、コンニャク、サヤインゲン、この他季節の野菜

●レシピ

- 1.一人前の小さな土鍋に、七文目ほどまで水を入れ、沸騰したら煮えにくいニンジン、ダイコンを先に入れます。
- 2.うどん、トリ肉を入れ、煮込みます。
- 3.そして斜に切ったネギ、この他季節の野菜などをお好みで入れ、煮立てます。
- 4.うどんを入れてから約7分たったら「みそ煮込スープ」よくかきまぜながら入れます。
- 5.卵を割って落とし、フタをとじます。煮立ってきたら、でき上がり。



手折りみそ煮込うどん
(スープ付)

◎しげの「四季の麺接便」は フリーダイヤル・フリーFAXでどうぞ (全国どこへでもおとどけします。)



0120-44-1351



0120-16-3033

●受付時間／平日の午前9時〜午後5時まで。
日祭日は休日ですが、留守番電話がお受けします。

◎ご注文方法

電話料無料のフリーダイヤル・フリーFAXで、ご依頼主、お届け先のご住所・お電話番号・のし指定をどうぞ。

◎商品のお届けは

ご注文・お支払い確認後、宅配便でお届けします。

◎商品のお支払い方法

郵送の郵便振り替え用紙にて、お近くの郵便局で送金手数料無料でお支払い下さい。ご要望により、代引きも致します。(送料・消費税は商品価格には含まれておりません。)

◎送料

同じ箇所1回で発送の場合は、お買い上げ金額により、7,000円〜10,000円未満迄は運賃の半額を、10,000円以上は運賃全額を当社で負担致します。

◎商品の保証

ご注文と異なる商品が届いた場合、また万一商品の不良が発生した場合は、商品到着後10日以内に当社まで着払いでご返送下さい。代品をお送りさせていただきます。(但し、お客様の責任により発生した事故につきましては返品・交換は致しかねますのであらかじめご了承下さい。)

配送地域別送料

(1梱包 3kgまで)

700円

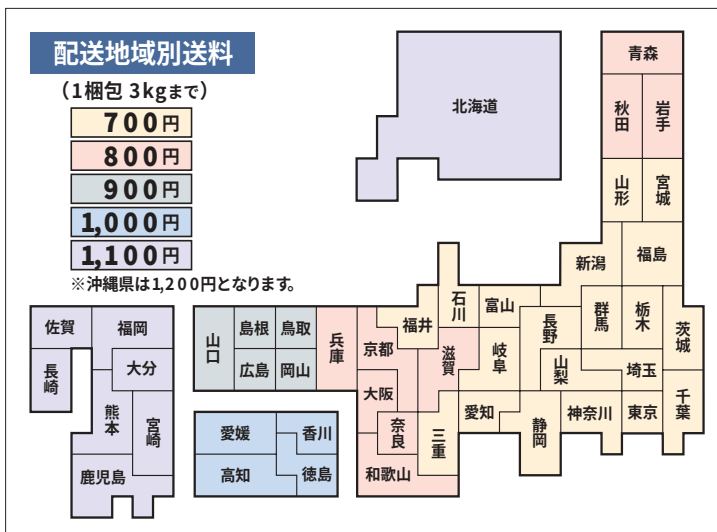
800円

900円

1,000円

1,100円

※沖縄県は1,200円となります。



▲ 茨城工場



茂野製麺株式会社

本社・工場 千葉県鎌ヶ谷市南初富6-2-12
電話 047 (444) 1351(代) FAX047 (445) 3033

白井工場 千葉県白井市根丸山235-1
茨城工場 茨城県稲敷郡河内町生板4329-1
長野工場 長野県須坂市須坂1024