

【八王子市】 4代目 峯尾 誠さん

最寄り駅：京王高尾線 高尾山口駅（徒歩2分）

定休日：火曜日

URL：https://www.momijiya-honten.com/

※新型コロナウイルス感染症に対する営業時間短縮要請により変更する場合がございます。



峯尾さんは、食事の際に野菜から食べるベジファーストを心掛けています。また、カロリー計算をしてご自身の健康に気をつけています。調理場に一日中立てて仕事をしているので毎日相当な運動量になるそうです。リフレッシュ法は、お店周辺の景色の移り変わりを眺めること。

うちの皿

人が日常生活を
維持するために必要な食事

国民健康保険の被保険者が健康に配慮した
献立を考え、料理を提供しているお店を訪ね、
メニューを紹介するとともに、
お店の成り立ちや日々のご苦労話等
を伺います。

取材協力：東京食品販売国民健康保険組合／文責：編集部

京王高尾線高尾山口駅から徒歩2分程の場所にある紅葉屋本店は、高尾山の麓にある美味しいそば屋として明治27年から長年愛されています。店内に入るとスタッフの方々が明るい笑顔で迎えてくれます。広々とした店内にはテーブル席と小上がりの座敷席が用意されており、ゆったりとくつろぐことができます。

今回は、4代目の峯尾誠さんにお話を伺ってきました。

高尾山の名物グルメのひとつである「とろろそば」は、その昔、高尾山薬王院を訪れる参拝者の疲れを癒すため、栄養価の高いとろろをそばと一緒に提供し、それが評判になって広まったと言われています。そのため、京王高尾線高尾山口駅から登山道入口までには、たくさんのそば処が軒を連ねます。

手間暇惜しまぬ伝承の技



高尾山のケーブルカー・リフト乗り場
素晴らしい景観と急勾配が楽しめます



紅葉屋本店入口

高尾の地で愛され続けるそばの名店

京王高尾線高尾山口駅から徒歩2分程の場所にある紅葉屋本店は、高尾山の麓にある美味しいそば屋として明治27年から長年愛されています。店内に入るとスタッフの方々が明るい笑顔で迎えてくれます。広々とした店内にはテーブル席と小上がりの座敷席が用意されており、ゆったりとくつろぐことができます。

ろろが特徴です。適度にコシのあるそばと一緒に食べると、濃厚な大和芋の味が口に広がります。また、うずらの卵をとろろに混ぜて食べるとさらに美味しいです。「とろろのつけ汁は、ミキサーを使用してクリーミーに作っています。ミキサーの使用時間やとろろと混合だしの配合は日々調整しています」と峯尾さん。

最高の味を引き出すために努力を惜しまず、確かな技術に裏打ちされた味は、現在にまで受け継がれています。

受け継がれていく味

今後の目標について伺うと、「何か新しいことを始めるよりも、今まで受け継いできたこの味を変えずに続けていきたいですね。子どもの頃に手を引かれて高尾山に登った人が成人し、またその子どもを連れてきた時に、変わらない懐かしい味だねと言ってもらえるように昔からの味をこれからもお客様にお届けしていきたいです」とこやかに話して下さいました。

ミシュラン三ツ星の獲得、『山ガール』の流行などにより高尾山周辺には若い人が集まる店が増え、昔と風景は変わりました。しかし、だからこそ紅葉屋本店は変わらない味を守っていこうと思うのです。峯尾さんのお話から、ふと、そのように思いました。

一度食べると記憶に残る美味しさ、そして、ふるさとのような場所を求めて、令和の今も店には客足が途絶えません。

思わず「ただいま」と言ってしまう温かな空気が、紅葉屋本店には流れています。



使用食材
紹介！

紅葉屋本店の「冷やしとろろそば」

大和芋 でんぷん分解酵素「アミラーゼ」と一緒に食べるお米や麦の消化を助け、粘りの元が胃の粘膜を保護する。また、豊富なビタミンを含み、食物繊維やカリウムが高血圧の予防や便秘の解消に効果がある。



手際よくそばを茹でる峯尾さん

そば 毛細血管の働きを強化するルチン、高血圧等の生活習慣病や、疲労回復にも役立つカリウム、エネルギーの源のタンパク質を含む。

うずらの卵 貧血を予防するビタミンB12、糖質の代謝を助けるビタミンB1、アンチエイジング効果のあるビタミンAを含む。



はちおうじ健康応援店について

八王子市では、「自分で、家庭で、地域で笑顔あふれる健康なまちづくり」を目指し、健康寿命の延伸に向けて生活習慣病の予防に取り組んでいます。その事業の1つとして、飲食店の協力のもと、市民の健康を応援する「はちおうじ健康応援店」を行っています。

紅葉屋本店は、約3年前から「薄味サービス」「主食少なめサービス」「健康情報の発信」を行う店として「はちおうじ健康応援店」に登録しています。

また、量の調整ができる店として、食品ロス削減に取り組む「完食応援店」にも登録しています。

こちらのステッカーが目印です！



はちおうじ健康応援店
ステッカー

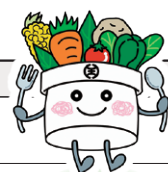


はちおうじ健康応援店・
完食応援店ステッカー

取組項目

登録店舗は下記の8項目のうち1つ以上に取り組んでいます。

事業名称	取組項目	内 容
登録要件	野菜	ベジファースト推奨（きのこ・海藻含む）
		野菜たっぷりヘルシーメニューの提供
		八王子産野菜の使用
	減塩	薄味サービス
		減塩に関する備品の設置
	量の調整	主食少なめサービス
		おかず少なめサービス
	その他	健康情報の発信



はちおうじ
食育キャラクター
「はっちくん」

出典：八王子市HP



紅葉屋本店で今、「とろろそば」と同じくらい人気を集めているのが数々のテレビ番組で紹介された実演販売の「焼栗」です。丹波篠山から直送された栗を「焼栗機関車」という専用の機械でその場で焼くと白い蒸気が立ち上がります。この実演に惹かれて多くの人が焼栗を買い求めます。

なんともいえない良い香りと大きな栗を目の前に、登山の疲れは吹き飛びます。アツアツでホクホクの焼栗、いかがでしょうか？ 高尾山にはゴミ箱がないので、食べ終わったらゴミは持ち帰るようにしてくださいね。

満腹
コラム

高尾山の新たな
人気メニュー