

深大寺そばメニュー

●Types of soba (buckwheat)
Jindaiji's famous soba is offered two ways: hot or cold. Hot soba is served with the noodles in a soy sauce-based broth. Cold soba is eaten by dipping the cold noodles into a separate dipping sauce. When enjoying cold soba, a small bit of the broth used to boil the noodles is brought out at the end of the meal. Pour your dipping sauce into this to make a thin soup that combines the delicious taste of soba with its nutritional benefits.



●Mori soba
This is the classic way soba is prepared. Take a bunch of soba in your chopsticks and dip it in a flavorful sauce. Sometimes also called "seiro soba" for the wickerwork basket used to serve the noodles. Due to custom, soba served without strips of seaweed is called "mori soba," while that with is called "zaru soba."
●冷蕎麦麵
這可以說是蕎麥麵最基本的吃法。將冷蕎麥麵一口一口地沾上偏濃的醬汁一起吃下去。也有部份地區稱為「蒸籠蕎麥麵」。在蕎麥麵上沒有添加海苔絲的稱為「盛蕎麥麵」。而有加海苔絲的則稱為「竹籠蕎麥麵」。



●Sansai soba
This soba is served hot. "Sansai" refers to wild edible vegetables like bracken and fern. These are boiled and then served with broth and noodles on top.
●山菜蕎麥麵
屬於熱蕎麥麵。山菜是指自然生長在山野之中，蕨類、紫菜等多種可食用植物的總稱。而「山菜蕎麥麵」則會將這類山菜水煮熟後，放到蕎麥麵上。

※掲載写真は一例です。
それぞれのお店で、そばの盛り付けや具は異なります。



●Oroshi soba
"Oroshi soba" is cold and comes with grated daikon radish on top. Usually, the dish comes with the radish and cold broth already on top of the noodles, but some shops serve them in separate containers and let you mix it yourself at your seat.
●蘿蔔泥蕎麥麵
加上蘿蔔泥的冷蕎麥麵。一般的作法會在端出來時就將蘿蔔泥和醬汁倒到冷蕎麥麵上，但也有部份店家會以不同容器裝盛醬汁和蘿蔔泥。



●Yamakake soba
A hot soba dish. Japanese or Chinese yam is grated over the noodles and broth. The cold version of this dish is called "tororo soba." The taste of yams pairs very well with soba, stimulating the appetite.
●山藥泥熱蕎麥麵
屬於熱蕎麥麵。將磨成泥的「山藥」放到蕎麥麵上。屬於冷蕎麥麵的類型則稱為「山藥泥冷蕎麥麵」。山藥的風味和蕎麥麵本身很搭配，非常能夠促進食慾。

※The accompanying photo is one example. Soba serving styles and ingredients are different for each restaurant.
※掲載の照片僅為範例。不同的店家，蕎麥麵裡所放的食材也會有所不同。

●蕎麥麵の種類
深大寺名物の「蕎麥麵」有熱蕎麥麵和冷蕎麥麵之分。熱蕎麥麵裡會有以醬油為底調製而成的熱湯汁。而冷蕎麥麵則分為把較濃的湯汁裝在另一個容器裡拿蕎麥麵沾湯汁吃，和把冷湯汁倒到蕎麥麵上這兩種吃法。沾湯汁的蕎麥麵還會在吃完麵之後，拿煮蕎麥麵時所用稱為「蕎麥湯」的熱湯來稀釋剩下的沾麵汁，變成具有蕎麥風味和豐富營養的美味湯品後享用。



●Tanuki soba
Tanuki soba comes in both hot and cold varieties (pictured is a hot dish). "Agedama," the small breaded clusters that make up the coating on tempura dishes, are served on top for an extra crunch. This is an always-popular dish.
●狸麵蕎麥麵
有熱蕎麥麵與冷蕎麥麵的不同吃法。照片上的範例屬於熱蕎麥麵。在蕎麥麵上加上屬於天婦羅麵衣部份的「天婦羅渣」。是非常受到日本人歡迎的吃法。



●Tempura soba
A hot soba dish. Most shops in the Jindaiji area serve shrimp tempura, but some offer a varied selection of different fried foods, so please give them a try, too. When cold soba is served with an accompanying plate of tempura, it is called "ten-zaru."
●天婦羅蕎麥麵
屬於熱蕎麥麵。在深大寺周圍絕大多數的店家都是放上鮮蝦天婦羅，不過也有些店面準備各式各樣的天婦羅，請您親自走走嘗試不同的口味。如果是在冷蕎麥麵上放上天婦羅的類型，則稱為「天婦羅冷蕎麥麵」。

深大寺

奈良時代天平5年(733)、水神である「深沙大王」を祀り創建される。寺を開いた満功上人の両親が「深沙大王」のご利益により結ばれたことから、古来縁結びのお寺として信仰を集めている。釈迦堂には都内寺院唯一にして、東日本最古の国宝仏で知られる飛鳥時代後期(白鳳期)の傑作「銅造釈迦如来像」を安置している。また、国の重要文化財である「梵鐘」など寺宝、文化財を数多く有する。毎年3月3日、4日に開かれる厄除元三大師大祭では、境内にだるま店を中心とした露店が約300店並び日本三大だるま市として有名である。

●Jindaiji Temple
The temple was founded in 733 to enshrine "Jinja Daioh" ("Great King of Jinja"). The parents of the temple's founder, Mankoh Shonin, married thanks to the intervention of Jinja Daioh, and the temple has been well-known for its matchmaking powers ever since. The Shaka Hall (Hall of the Buddha) is the only one of its kind in Tokyo and enshrines the oldest National Treasure in Eastern Japan, a bronze statue of Shaka Nyorai (Guatama Buddha), a masterpiece of Hakuho (late Asuka period) sculpture. The temple grounds also feature numerous Important Cultural Assets including the temple bell. Every year at the Yakuyoke Ganzan Daishi Festival (March 3rd-4th), the temple is filled with around 300 stalls selling Daruma dolls and other items, earning it fame as one of the three largest Daruma markets in Japan.

●深大寺
深大寺於奈良時代天平5年(公元733年)，為供奉水神「深沙大王」而創建。由於傳說寺院開山始祖滿功上人（の父）的雙親受到了「深沙大王」的恩惠而結為夫婦，也因此深大寺成為了古往今來祈求姻緣的聖地。釋迦堂內安放著飛鳥時代後期(白鳳期)的傑作「銅造釋迦如來像」，此佛像作為都内寺院獨一無二的、東日本地區最古老的國寶級佛像而聞名。此外，寺內還存有為數眾多的其他寺寶及文化財產，如日本國家重要文化財產的「梵鐘」等等。在每年的3月3日、4日舉辦的厄除元三大師大祭上，以達摩不倒翁店為主，在寺院的園區內會有多達300多家的露天店鋪鱗次橫比，作為日本三大達摩不倒翁集市之一而知名。

深大寺の年中行事

- 初詣・修正会大護摩供(1月1日～7日)
- 節分会豆まき式(2月3日)
- 厄除元三大師大祭・だるま市(3月3日・4日)
- 手作り市(3月～11月)
- なんじゃもんじゃコンサート(4月下旬～5月上旬)
- 新能(5月下旬)
- ほおずき祭(7月下旬)
- 夕涼みの会(8月上旬)
- 十三夜の会(10月～11月頃)
- 深沙大王大祭・大般若転読会(10月中旬)
- そば守観音供養祭・そば感謝祭(11月下旬)



だるま市
Daruma-ichi market
不倒翁市場

釈迦如來像
bronze statue of Shaka Nyorai
銅造釋迦如來像

深大寺恋物語

「深大寺恋物語」は、縁結びの寺、深大寺と、その周辺地域を舞台に繰り上げられる「恋愛短編小説」を全国から公募し、その受賞作をまとめたものです。深大寺の授与所(お守り売り場)でお買い求めいただけます。



The Jindaiji Love Story
深大寺戀物語

「深大寺戀物語」是以結緣寺廟深大寺及其週邊地區為舞台向全日本公開招募「戀愛短篇小說」後，將得獎作品集結成冊而出版的小說。您可以在深大寺的御守販賣處購買。

深大寺そば400年余の歴史

「武蔵国の内いずれの地にも蕎麦を植えざることなけれどもその品、当所の産に及ぶものなしゆえに、世に深大寺蕎麦と称して、そのあじわい極めて絶品と称せり」
江戸時代に編纂された「新編武蔵風土記稿」において、すでに「極めて絶品」と紹介されている深大寺そば。その、歴史については諸説あります。
江戸時代に、近隣農家から深大寺に納められたそば粉を使い、深大寺寺坊で打ったそば切りが、来山者に評判となったことが始まりといわれ、その後、三代将軍徳川家光が鷹狩の途中立ち寄った際、そのそばの味を激賞し推奨されてからという説。
あるいは、上野寛永寺大明院法親王に献上したところ、賞賛を得て以来といわれる説……。もともと深大寺周辺の土地は黒ぼく土という土壤でそば栽培に適し、更に周辺からの湧水をそばのさらし水として用いるなど、そば作りに最も適していたようです。
ただ、当時の深大寺そばは、「献上そば」とも称され、ごく一部の上層階級のみに食されていたらしく、一般庶民が口にすることはなかったといわれます。
しかし江戸時代後期の文化文政年間(1804年～30年)、江戸文化人の一人太田蜀山人が、幕府の役人として多摩川を巡視した折、深大寺そばを食し、広く世に宣伝してからは、武蔵野を散策する文化人に愛され、それが深大寺そばの名を高めたことになったといわれています。そして、昭和36年神代植物園が開園。
深大寺そばにもさらなる注目が集まり、今では、20軒以上のおそば屋さん軒を連ね、いわゆるそば処として脚光を浴び、「そば」だけではなく、そばまんじゅうなどそば粉を使った各店のオリジナルメニューも充実。大変な賑わいを見せております。

●400 Years of Jindaiji Soba History
The Shinpen-Musashi-Fudo-Kikou, an Edo period document describing the historical Musashi region, states as follows: "There is scarcely any domain in all of Musashi where the stalks of buckwheat grow fertile, and such is the reason why that which is known as Jindaiji soba is held as a rare and succulent dish." Even in those days, Jindaiji soba was considered a delicacy. There are several theories to the origin of Jindaiji soba. In the Edo period, buckwheat flour tithed by farmers to Jindaiji Temple was used by the monks, who made it into dough and cut it into noodles. Their noodle-cutting technique was held in high regard by visitors to the temple; when third-generation shogun Tokugawa Ieyasu stopped by on his way from a falcon hunt, he gave the soba enthusiastic praise. So goes one story. Another says that when the soba was presented to the Imperial prince at Ueno Kanei-ji Daimyo-in, he gave it his seal of approval, and the rest is history...
The soil around Jindaiji Temple is a crumbly black topsoil, which is ideal for cultivating buckwheat. Natural wellspring water was also used to rinse the noodles after boiling. These and other natural advantages made the area ideal for the creation of the perfect soba. Also called "kenjo-soba," or "offering soba," it was apparently only served to an elite caste of society. However, in the Bunka-Bunsei period (1804-1830), an epoch in the late Edo period, the Edo renaissance man Shokusanjin Ohta, when making the rounds of the Tama River as a government official for the shogunate, stopped at Jindaiji to have some soba. He soon spread the word of this dish to the world at large, and Jindaiji soba became a favorite of gourmets strolling the Musashino area. This is held to be another trigger for Jindaiji soba's popularity. Then, in 1961, the Jindai Botanical Garden was opened; this ushered in a new wave of popularity for Jindaiji soba. Today, over twenty soba shops line the area, and it has earned the spotlight as a veritable soba district. The original menu offerings include not just noodles, but buckwheat dumplings and other delicacies made from buckwheat flour. Jindaiji today is alive with the vigor brought about by its historic soba creations.

●深大寺蕎麥麵400年の歴史
在江戸時代所編撰的『新篇武蔵風土記稿』裡曾經提到「武蔵國內有許多地區都有種植蕎麥，但本地所產的蕎麥遠勝其他地區所產之蕎麥，故被世人稱為深大寺蕎麥麵。這個蕎麥麵的美味可說是頂級絕品」。在這個記錄文件中已經以「頂級絕品」的形容詞來介紹深大寺蕎麥麵。但是關於深大寺蕎麥麵的歷史由來，目前則有許多的說法，有一說是在江戸時代深大寺の僧侶們將附近農家奉獻給深大寺の蕎麥粉拿出來使用製作蕎麥麵，並且在來寺中參訪的香客裡獲得了很好的評價，之後徳川幕府三代將軍徳川家光在舉行鷹獵時途經深大寺品嚐到這裡的蕎麥麵，並且給予了非常高的評價。另外一種說法則是有人將深大寺蕎麥麵獻給上野寛永大明院法親王，並且得到了親王極高的評價而出名。深大寺周圍土地的土質屬於黑土相當適合栽種蕎麥，而且周圍地區的湧泉也能夠用在帶殼蕎麥的泡水處理之中，可說是最適合製作蕎麥麵的環境。但是當時的深大寺蕎麥麵被稱為「進貢蕎麥」，只有很少部份的上流階級人士才品嚐得到，一般的平民老百姓是沒有機會吃到的。但是到了江戸時代後期的文化文正年間(西元1804～30年)後，江戸文化人之一的太田蜀山人擔任江戸官員在巡視多摩川時，偶然品嚐到了深大寺蕎麥麵並且向世間廣為宣傳它的美味，從此之後到武蔵野旅遊的文化人們都愛上了深大寺蕎麥麵，而深大寺蕎麥麵的名聲也越來越響亮。在西元1961年(昭和36年)時神代植物園開園。深大寺蕎麥麵也因此得到更多注目的眼光，到了現在這地區已經有20家以上的蕎麥麵店比鄰而立。雖是如此，但現在店家們也不僅僅專注在「蕎麥麵」上，還有許多店家推出了使用蕎麥粉的日式蕎麥饅頭等不同原創餐點，在餐點的豐富度上也是非常的充實。並且成為了一個相當熱鬧而受歡迎的觀光景點。

バスでの深大寺への行き方

京王線調布駅中央口、つつじヶ丘駅北口、JR吉祥寺駅南口、三鷹駅南口より発車。
■「深大寺」行きに乗車すると、深大寺の一番近くに到着。
■武蔵境通りの「深大寺入口」や、三鷹通りの「深大寺小学校前」バス停で下車の場合、深大寺まで徒歩5分。

調布市内のタクシー会社連絡先
■京王自動車(株) TEL.042-480-9966
■美善交通(株) TEL.042-483-4019
■イースタンモータース東京(株) TEL.042-486-9311

深大寺地域近隣のご案内

A guide to the Jindaiji Temple environs 深大寺週邊地區の紹介

