

喜ばせる術を知り尽くした “ちゃんこの名店”

取材・文／岡田卓

ちゃんこ料理店「力士」主人

田名部保身さん



JR 中野駅北口から延びる中野サンモール商店街をまっすぐ行くと、中野ブロードウェイに辿り着く。その直前の路地を右に曲がると、小さな飲食店が軒を連ねているが、その一画に「ちゃんこ力士二子竜」の看板が目に残る。1974（昭和49）年1月、まだ22歳だった田名部保身さんが、新婚の奥様・よし子さんと二人三脚で開いた店である。

4年余で終わった相撲人生

1951（昭和26）年2月、青森県八戸市で誕生した田名部さんは、子どもの頃から野球に明け暮れる毎日で、オフシーズンとなる冬はスケートに熱中するスポーツ少年として育った。中学校に進学すると、その体格の良さを買われて相撲部に入部するが、当初は試合に出れば負けるという状況だったという。

ところが中学卒業後、地元にある鉄鋼会社（日本高周波鋼業㈱）へ就職し、相撲部に誘われると、相撲取りとしての素質が次第に開花していく。スポーツ少年として過ごした日々が知らず知らずに強固な肉体を創りあげていたのである。

「この頃になると、足腰と腕力だけは誰にも負けないくらいの自信があった」

そして、地元・八戸市相撲大会において全勝優勝を遂げたことで一気に注目を集める。大会での活躍を目にした八戸市長が二子山部屋に連絡し、二子山親方（土俵の鬼と称された元横綱・初代若乃花）が田名部さんの実家を訪れてスカウトすることになる。

「同じ青森県出身で、子どもの頃からの

後押しした。

「看板メニューの『ちゃんこ鍋』は、部屋の伝統的な出汁をベースにしたからね。ほかにも、焼き焼き風鍋、ジンギスカン（焼肉）、刺身料理と、特色のある部屋の定番メニューを作ってきたから、自分の店でアレンジすることができた」

中野という場所を選んだ理由はとくになかった。二子山部屋があった中野新橋から遠くないエリアで、手頃な物件を探していたところ、知人がいまの店舗の物件を紹介してくれたのである。「とにかく安かった」ことがいちばんの決め手だったという。開店に向けた改装工事と設備・備品等の準備に要した資金（約250万円）は、実家からの借金とよし子さんの蓄えでなんとかまった。

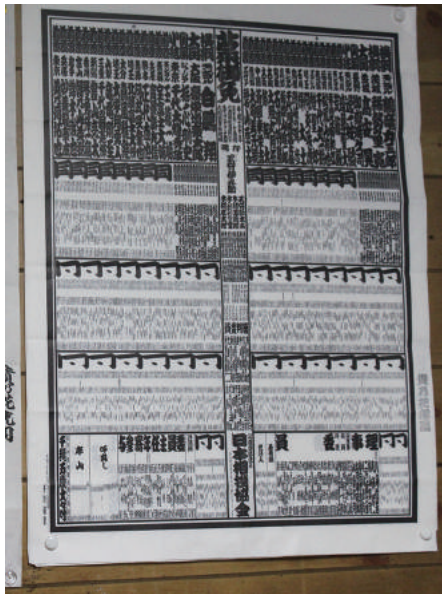
「ちゃんこ力士二子竜」は、当時の若三杉関の後援会長による命名であった。引退こそしたものの、現役同然の若い力士が、



1 第45代横綱。最高でも110kgに満たない軽量ながら、少年時代の港湾労働などで培われた強靱な足腰を猛げいでさらに鍛え、豪快な技を連発した。栃錦とともに「栃若時代」を築き、数々の名勝負を残した。幕の内優勝10回。引退後は日本相撲協会理事長としても大相撲の発展に尽力した。「土俵のけがは土俵の砂で治せ」「気力じゃ駄目だ。死力を尽くせ」など、猛げいこにまつわる至言は数多い。

2 青森県南津軽郡浪岡町（現在の青森市）出身。1983（昭和58）年7月場所後、第59代横綱に昇進。当時30歳11カ月で、遅咲きの苦勞人として知られる。

3 青森県南津軽郡大鰐町出身。1978（昭和53）年5月場所後に第56代横綱に昇進。これを機に師匠の四股名「2代」若乃花」を継承した。



憧れのヒーローだったあの有名な横綱若乃花が、まさか直々に来られるとは思ってもみなかったからね。会ったとたんに身体がぶるぶると震え出し、感動、感動で胸がいっぱいになった」

二子山部屋へ入門後、1969年1月に「八甲山」（後に「二子竜」として初土俵（前相撲）を踏み、同年3月場所に序の口二枚目でデビューする。身長こそ182cmあったものの、体重（80kg）は体質的なこともあってなかなか増えず、体力負けする相撲が少なくなかった。部屋では土俵の鬼の指導のもと、連日厳しい稽古が続いた。「可愛がり」（厳しいしこき）が日常的に行われる時代でもあった。

当時の二子山部屋には、一つ上に二子山親方の弟にあたる貴ノ花関（当初の四股名は花田。1995年5月場所デビュー）に加え、隆の里、関（当初の四股名は隆ノ里。1968年7月場所デビュー）、若三杉、関（当初の四股名は朝ノ花。1968年7月場所デビュー）など、同じ青森県出身のスター候補生が集まっていた。

『現役力士』によるちゃんこ料理店突然の挫折を前に心の支えとなつたのは、この頃に知り合ったよし子さんの存在だった。そして田名部さんは、1973（昭和48）年10月の引退と同時に、よし子さんとの結婚、「ちゃんこ料理店」の経営と、矢継ぎ早に自らの人生設計を具体化することになる。

「ちゃんこ料理店を開こうと決めたのは、それしか取り柄がなかったからね。結婚もしたし、とにかく第二の人生を、ということとで必死になつて取り組んだ」

相撲部屋には、若手力士が交代制でちゃんこ番を務める仕来りがある。二子山部屋でも、独自の伝統の出汁や味があり、先輩から後輩へと引き継がれていた。この時の経験が、田名部さんの第二の人生を大きく

二子山部屋伝統の「ちゃんこ料理」を提供する——このことをシンプルに表した。国技館に近い両国周辺には当時、元関取による「ちゃんこ料理店」が少なからずみられたが、中野周辺にはまだ1軒もなかった。しかも、両国周辺の多くの店主が断髪していたのに対し、田名部さんは丁髷（ちょんまげ）姿の「二子竜」のままで店に立つことを考えた⁴。

「相撲取りとして知られていないうえにまだ若かったこともあって、とにかく『現役力士』の店、というイメージを前面に打ち出したかった。ゼロからのスタートだから、少しでもお客様に喜んでもらえることならば、何でもやってやろうと思った」

もうひとつ、「力士」ならではの『売り物』を創りたいと考案したのが、瓶ビールの一気注ぎである。「よーっ えーっしゅあつ」という掛け声とともに、瓶をほぼ真つ逆さまにして、豪快にどばあつどばあつと一気



b

関なども、カウンターに陣取ってしょっちゅう飲み食いしてくれた。それがまた口コミで広がった。後には、『現役の横綱が来る店』としても知られるようになった」

店が評判を呼んだ背景のひとつは、「素朴な味わい」である。看板のちゃんこ鍋のほかにも、「カツオのたたき」⁸や「山芋梅たたき」といった二子山部屋伝統の味をベースにしたメニューが定番となった。冬には「ブリ大根」「生ガキ」なども人気を博した。

さらに、地元である「青森県産」を中心とした特産品が、お客様からのリクエストに応じるかたちでメニューに加わった。「上肉馬刺」「するめいか刺」「真だこ刺」「しめ鯖」「ホタテ刺」「松前漬け」などである。とりわけ、五戸町産の馬肉は『純国産馬肉特有の旨味と味の濃さが特徴で、初めて口にしたお客様は誰もが絶賛した』。

「とにかく『地元重視』を貫こうと考えた。自分の故郷である八戸で食べることができると、美味しい食材を、東京の人にもぜひ味わってもらいたかった。地元の味は素朴な味わいでもあったからね」

上記の海産物や馬肉に加え、牛蒡やんにく（田子町）、山芋などの青森県産の食材は、すべて地元から獲れたてが直送されている¹⁰。

もうひとつの「和気あいあいの団欒」も、店の大きな魅力となった。調理担当の田名部さん・接客担当のよし子さんという夫婦の息の合った笑顔に溢れた対応が、アットホームな雰囲気醸し出した¹¹。

田名部さんによるビールの一気注ぎとともに、連発される『ダジャレ（＝おやじギャ

にビールをグラスに注ぐ。『現役力士』ならではの腕力と俊敏性なくしてできない技であった。空気の入り具合が絶妙で、泡立ちが良くコクとキレのある美味いビールに仕上がる。

「我流で研究した瞬間芸のひとつ。初めの頃は何度も失敗したけれど、試行錯誤の末、ようやく自分の技にすることができた」ほとんどのお客様は、この瞬間芸を楽しみに来店する。最初のビール一杯だけで、わあーっと店中が一気に盛り上がる。本来であれば日本酒覚だけでも、最初一杯だけはこのビールを味わいたい、という常連客も少なくない。「特徴をもった店にしたかった」という田名部さんの狙いは見事に的中する。

「素朴な味わい」への挑戦

田名部さんは「力士」を開店させるにあたり、自分たちの理想的な店についてよし子さんと何度も意見を交わした。その結果、たどり着いた結論は、「素朴な味わい」と「和気あいあいの団欒」——という2つのキーワードであった。

まず「素朴な味わい」である。店の看板メニューは、「ちゃんこ鍋（醤油）」「ちゃんこ鍋（味噌）」「ちゃんこ鍋（水炊き）」という3品とした。これを相撲の番付方式に表記し、東西の正横綱と東張出横綱と位置づけた。

なかでもメインをはる「ちゃんこ鍋（醤油）」は、『ソップ炊き』と呼ばれるもので、鶏ガラでとった出汁をベースにさまざまな新鮮な食材を煮込む料理である。当然、二子山部屋時代に覚えた伝統の味が基本と



c

く」も、お客様に和やかな空気をもたらした。ガスコンロに「ちゃんこ鍋」をのせて火を点ける時の、「リユーライター!」「ガッチャマン!」などがその代表例である。

「お客様に笑顔になつてもらいたいと思うと、自然に出ちゃう。でも、最近は高度なやつはなかなか出てこない。単純なダジャレしか出なくなっちゃったよ（笑）」

ダジャレの質に変化があるかどうかは別にして、常連客からは、このお決まりの儀式（?）がないと落ち着かない、という声も聞かれる。

素朴な味わいを楽しみ、和気あいあいと団欒できる店——この理想とする姿は、開店して間もなく自然に実現されていた。

「若貴人気」で連日の大盛況

「力士」が開店した1974（昭和49）年は、高度成長期が終焉し、安定成長時代

なる。ただし、部屋のちゃんこ鍋はご飯が進み、水分を大量に摂取できるように、通常よりもかなり塩辛く作られるのが普通であり、そのまま店の一般客用に出せるものではなかった。そこで改良につぐ改良が重ねられる。

「現役時代からしょっぱいちゃんこ鍋は好きじゃなかった。鶏ガラの出汁のうまさ」を前面に出すことによって、とにかくさっぱりとした素朴な味を目指そうと考えた。作る人間も素朴でさっぱりしているからね（笑）

改良作業はよし子さんと二人三脚で取り組んだ。そして苦心の末、鶏ガラに醤油や酒、味噌、さらにニンニクや長ネギの葉、玉ねぎなどを加え、看板メニューである「ちゃんこ鍋（醤油）」のスープが完成する。具材は、鶏もも肉・合挽（鶏・豚）のつくね、鰯のつみれ、青森産の牛蒡、油揚げ、豆腐、椎茸、白菜などである。これらが混然一体となつて、あつさりとしていながらも奥行とコクがあり、飽きることのない「素朴な味わい」を堪能できる絶品のちゃんこ鍋が出来上がった⁷。

明るい笑顔が「団欒」を育む

1974（昭和49）年1月、「ちゃんこ力士二子竜」がオープンする。大相撲を引退してからわずか3カ月後のことであった。丁髷を落とさず、『現役力士』による「ちゃんこ料理店」というイメージを前面に押し出したアイデアがマスメディアにも取り上げられ、店は順調なスタートを切った。

「二子山部屋の先輩や後輩もよく遊びに来てくれた。貴ノ花関や隆の里関、若三杉

へと歩み始めた時期にあたる。そのなかで相撲界は、北の湖が当時の史上最年少で横綱となり、先輩横綱の輪島とともに「輪湖時代」へと突入する。角界一の人気を誇った貴ノ花も大関として翌1975年に2度の幕内優勝を実現する。1981年に輪島が引退すると、千代の富士が彗星のごとく登場し、一時代を築く。さらに、1990年代は「若貴人気」を背景として、相撲界には空前絶後の大ブームが到来する。

「商売としてはずっと順調にこられた。実家に借りた金はすぐに返せたしね。とくに『若貴人気』はもの凄かったよ。本当に夢のような盛り上がりを見せたからね」

「若貴人気」を背景として、大相撲の「満員御礼」は1989（平成元）年の九州場所終盤から連続66日（7年余）も続いた。1998年には史上初の兄弟横綱も誕生した。

こうしたなか、店内の至るところに飾られた相撲グッズが、「力士」の人気に拍車をかけることになる。相撲の図柄をあしらった風呂敷、歴代横綱・寛、新田の番付表、大入り袋、現役（二子竜）時代や貴ノ花関との交流を物語る写真などがところ狭しと貼られている。トイレに行けば、「金星Ⅱ美人」「とうすけⅡケチな人」など面白い大相撲用語が覚えられるようになっていく。

「当時は相撲に興味がなかった人たちもみんな若貴に注目した。この店も、開店前から行列ができる日々が当たり前になったからね。若い女性ファンも少なくなかったよ」

その名残は、現在の店内にもみられる。

4 結果として、丁髷姿は田名部さんが30歳になるまで続けられた。

5 『ソップ炊き』の「ソップ」は「スープ」の転。太って腹の出た力士を魚の鰹鮓に見立てて「あんこ型」と呼ぶのに対し、筋肉質のやせた力士を「ソップ型」と呼ぶのは、この鶏ガラからきている。

6 合挽のつくねも鰯のつみれも、生姜や長ネギ、胡麻、味噌などが練りこまれており、鍋の大きなアクセントとなっている。

7 「ちゃんこ鍋（味噌）」は、昆布でとった出汁をベースに白味噌を合わせたシンプルなスープ。八戸産の天然牡蠣が加わり、独特の味わいとなっている。ただし、冬場限定のメニューで、春は秋は休場となる。「一方の「ちゃんこ鍋（水炊き）」は、珍しさに欠けることもあり、開店後しばらくしてメニューから消えている。

8 「カツオのたたき」のたれは、二子山部屋独特のものである。にんにく、しょうが、大葉、そして自前の三杯酢などを使って作る。

9 青森県の馬肉生産量は、熊本県、福島県に次いで全国第3位。日本国内で流通している馬肉の多くはカナダ産で、生後15〜18カ月齢の馬を空輸してさらに当地で肥育する。これに対し、青森県産は国内で18カ月以上か

10 メニュー番付で「前頭」にランクされる「馬力」は、相撲用語で「酒」を意味する。銘柄は地元の桃川酒造の純米酒。青森県南部の八戸ではこの銘柄がもっとも美味しいという。純米酒のチャンピオンで、全国新酒鑑評会において11年連続して「金賞」を受賞している。

11 タレントや芸人さんの常連客が多いのも「力士」の特徴。カンニング竹山さんやヒップアップの島崎俊郎さんなどは若い時からの常連で、いまなおよく遊びに来てくれているという。「竹山君もここまで有名になるとは思ってもいなかった。当時はこの店の近所でバイトをやっていた。売れてからも顔を見せられるのは本当にうれしいね」

カウンター前にある食材ケースには、若い女性ファンや、彼女たちと田名部さんが一緒に写ったプリクラが貼られている。なかには、女優やタレント、モデルなどの卵も少なくなかったという。

一方で、田名部さんの仕事一筋に努力を重ねる姿勢が、店の経営を盤石なものとした。バブル経済時代、多くの飲食店が二号店、三号店と商売を一気に拡大していくなか、田名部さんは店を拡張することをしなかった。

「正直に言えば、もう一軒店が欲しいと思ったこともあったけど、考えに考えた末に我慢することにした。成功できるという確信が持てなかったからね。結果としてやらないでいてよかったよ。私の先輩でも、店を拡張して財をなくした人は少ない。夜逃げしたり離婚したりするケースもざらだったからね」

田名部さんは、バブル崩壊時に店舗の家主が借金で夜逃げして、入居している建物が競売にかけられたため、共同で購入している。

「いまから20年くらい前のことだね。競売になったから安く買うことができた。家賃を払う必要がなくなったし、店子からの収入も定期的に入るようになった」
こうした幸運に恵まれたこともあってか、「力士」のメニューは二十数年以上になたりずつと値段が据え置かれている。

「場所柄もあってできるだけ安くくて美味しいものを、と頑張ってきた。ただね、ちよつときついから、来年10月の消費税アップ時には改定させてもらおうと思って

「あと10年は続けたい」

田名部さん夫妻が二人で切り盛りしてきた「力士」であつたが、1990年代後半頃によし子さんが病に倒れる。突然の出来事だつた。そして長い闘病の末、2000年に亡くなる。

「闘病中は大変だつた。一人で店をやりながら看病しないといけないからね。疲れと睡眠不足で自分自身の体調も悪くなったし、精神的にもおかしくなつた」

「力士」は長いあいだ、原則定休日を設定せずに営業を続けてきた。せっかく楽しみに来てくれるお客様に申し訳ないから、という田名部さんの人柄によるものである。1年間で必ず休むのは大晦日と元旦だけ、他を含めても10日も休まない年がずつと続いていた。

毎朝9時に店に出て鶏ガラスープの出汁を取り始め、自転車で買い物して自宅（高円寺）へ帰つて少しだけ休憩した後、13時頃に再び店に入つて本格的な仕込みに取り掛かる。夜は24時閉店だが、お客様が楽しんでいるうちは店を閉めることがなかった。

「きつい毎日だつたけど、これは二人でやっていたからこそ頑張れた。だから女房が逝つた時は目の前が真っ暗になつたよ。でも、二人の息子を育て上げる意味でも、頑張りが続かずにはいけなかつた」

よし子さんが亡くなった後、一時的にアルバイトをつかつたこともあつたが、うまくいかなかつた。それにこりてからは一人で切り盛りすることに決めた。

その後も10年以上にわたつて気丈に振る



e



f



g



f

a. 田名部さんが現役時代の懐かしい写真の数々も店内で見ることができる。若い女性ファンと一緒におさまっているものも少なくない。「さぞモチたんでしょね?」と訊ねると、「荷物だけは一杯ね(笑)」と即答。

b. 冬はもちろんだけれど、夏のバテ気味の時にでもすーつと全身に染みわたり、エネルギーが補給される。ある意味では、夏のスタミナ料理としてもお薦めできる。「力士」のちゃんこ鍋が素朴でシンプルな味わいだからこそである。最初にスープだけを飲むと、牛蒡と鰯のつみれの風味がふわつと鼻に香る。素朴で安心する味わい。それでいて鶏ガラから出るコクもしっかりとあり、何とも言えない調和のある仕上がりになっている。

c. 二子山部屋の稽古場に並べてあつた四股名が入った木札。部屋を去る日、黙って記念に持ち帰つた品物。「あのまま残してきても、四股名が書かれた表面をカンナで削って次の入門者のために使われちゃうだけだからね」

d. プリクラは、若い女性ファン(ギャル)のお客様が貼っていったもの。20～30代が中心で、時代とともに新旧交代が進んできている。最近では「スー女」も少なくない。

e. 「山芋梅たたき」は、青森産の山芋を叩いたうえで、梅肉、大葉、鰹節を混ぜた逸品。

f. 馬刺にはキャベツの粗千切り、いかや真だこの刺身にはきゅうりの粗千切りがつくが、これが絶妙の相性。

g. 「ちゃんこ鍋」を完食した後は「おじや」。ご飯に卵や長ネギ、椎茸などが加わり、上に刻み海苔が散らされて登場。味が染みわたり、一見味付けが濃く感じられるが、くどさがなくシンプルに仕上がっており、いくらでも食べられる。



d

DATA

「ちゃんこ力士二子亀」
東京都中野区中野5-55-17
営業時間…17:30～22:30 日祝休
電話…03-3338711055
1974年開店の老舗ちゃんこ料理店。カウンター6席+小上がりテーブル4人席×4
大将の明るい笑顔と優しいお人柄が最高の店。もちろん、さっぱり系ながらもコクと奥行のある味わいが絶品の「ちゃんこ鍋」をはじめ、郷里の青森県産の馬刺や新鮮な魚介類、野菜を堪能できる。