

今月の月イチHappyは、新鮮な産直野菜がインターネットで購入できる“九州のやさしい野菜OMOI”の代表であり、TNC西日本文化サークルの食育料理教室の講師でもあり、野菜ソムリエでもあるという、すてきな食の伝道師・山口智子さんをご紹介します！



●もめん豆腐のタンパク質は、絹の2倍！

私が“食育”料理教室で使用するレシピは、なるべく3行でまとめるようにしています。お料理が苦手な方でも、「これならできそう！」と思えることが大事なかなと思って。“食育”とあえてつけるのは、栄養の大切さを楽しくお喋りしながら一人でも多くの人に伝えたいから。そもそも食育って、よく考えたらおせっかいな話なんですけどね(笑)。でも食事は毎日のことだから、同じお豆腐でも、もめんは絹より約2倍のタンパク質が摂れるなど、知識があると違ってくるでしょう？私も自分なりに学んだことを、一人でも多くの方に食育料理教室で伝えたくて…。そんな矢先に、父親から持ち掛けられたのが、産直野菜のネット販売だったんです。



●娘を谷底に突き落とした父

私の父は、1,000軒以上の農家と契約して産直野菜をスーパーに納品する“小さな農園”の経営者です。だから私はてっきり、父のお手伝いで会社のホームページを立ち上げれば良いと思っていたら、「子会社じゃないぞ、お前一人で会社をおこせ」と言い放ったんです。きっと、甘えが出ると思ったんでしょうね。結果的に、そこから私の運気はガラッと変わるんです。それは結局、私が“食”に携わる目的をハッキリと自覚することにつながり、同時に食育料理教室で数人に伝えていた“食は身体の資本”という想いは、ネットを介すことで新鮮な野菜を求めのお客さまにも幅広く発信できると気付いたんです。現在、九州のやさしい野菜OMOIのホームページは、野菜のネット販売だけでなく、栄養学や3行レシピを掲載した私の想いがたくさん詰まったサイトとして、利用者の皆さまに親しまれています。



●2人の息子も、料理上手！

今年はさらに、野菜ソムリエの資格を取得したり、人と人をつなぐお手伝いをしたり、充実した日々を送っています。しかも、OMOIの野菜は、全国チェーンの某有名高級レストランで使っていただけることが決定し、うれしさと同時に責任の重さも実感しています。不思議なもので“食”で日本を元気にしたい”と言い続けていると、同じ想いの方が集まって来るんですね。有言実行できるように、とりあえず中1と小5の2人の息子には料理をしっかりと教えていますので、“お手伝い術”を学びたい方もぜひ食育料理教室に来てください(笑)。今は、すてきな方々との出会いと、家族と過ごす時間が一番Happyかな？食育のゴールは永遠に続くかもしれませんが、これからも目の前に与えられた試練とチャンスを楽しみながら、OMOIを広めていきたいです！



Profile
九州のやさしい野菜OMOI／代表 山口 智子
九州大分県生まれ。産直野菜のネット販売・九州のやさしい野菜OMOIの代表と、食育料理教室の講師を務め、多忙な日々を送る。好きな野菜は、塩トマト。2児の母でもあり、今年は野菜ソムリエの資格も取得。社名のOMOIには、子どもに小包を送る母の想い、生産者の想い、食育を広めたい想いが込められている。
<http://www.omoi33.com>

食育って、
よく考えたら
おせっかいよね。