



熊谷しのぶ 3

Shinobu Kumagai

INTERVIEW

食べることは、生きること。 健やかな暮らしを応援したい

ウェディングプランナーとして500組以上のカップルの結婚式をプロデュースしてきました。入籍と挙式を同じ日にすることは少ないこともあって、結婚式のときは新婦が妊娠していることがあります。その際に気づいたのは、多くの女性が、妊娠して初めて食生活を見直していること。もともと「食」に関する仕事をしたかったので、思い切って仕事を辞め、短大で栄養士の勉強をしました。そして、これから命を育む女性の体づくりを、食事を通してサポートしたいという思いからマタニティフードアドバイザーの活動を開始。子どもを連れて気軽に寄れるように、離乳食やプレイルームも完備した「Pop Spoon Cafe」で料理教室やイベントを随時開催。また、産婦人科や雑誌などで、いのちを育む食のある暮らしを提案することが、健やかでやさしい未来に繋がることを願って活動しています。



PROFILE

1980年、旭川市生まれ。フードコーディネーター、ウェディングプランナーを経て、2009年栄養士免許取得。マタニティフードアドバイザー、栄養士として活動。2013年5月、カフェ「Pop Spoon Cafe」を西区琴似にオープン。 <http://pop-spoon.com/>

現在の仕事(活動)について

「Pop Spoon Cafe」ではカフェとして営業しているほか、妊娠を望む独身女性や妊婦中の方、そして離乳期、幼児期の子どもの持つママたちに向けて料理教室、セミナーを開催しています。

プライベートの過ごし方

自宅で映画鑑賞。図書館や書店でゆっくり本を探したり、読書するのも好きですね。趣味と実益を兼ねて、デパ地下の食品店めぐり、人気飲食店の食べ歩きなども。



タイムスケジュール



契約農家から新鮮な野菜が届けられるので、お店につくのは早い。メニューの試作はひとりですっきり取り組むので店の閉店後にしている



- ①札幌市西区琴似2条5丁目4にある「Pop Spoon Cafe」。営業は11時～16時、土日祝休み
- ②ウェディングプランナー時代(左)
- ③離乳食ランチ会の様子
- ④彩り豊かで作るのも楽しい離乳食とキッズ食。ご希望の方にはレシピをお渡している

命を育む女性の体づくりを「食」を通して提案

「やりがい」だと感じられること

妊娠・出産するときは産婦人科でお世話になることができますが、女性の体は出産後も変化があり、その栄養管理はとても大切。以前、産後間もないお客さまから食事のことを通して体調の相談をうけたとき、「相談できるところがあってよかった」とよろこばれました。

忘れられないエピソード

前職のウェディングプランナーで結婚式のプロデュースを担当したカップルが、子ども連れで「Pop Spoon Cafe」に来てくれました。結婚、子育てと、その後の生活もサポートさせてもらっているように思えて、とてもうれしかったです。

仕事と家事の両立で工夫していること

自宅では時短料理ばかりになっていますが、試作メニューを食卓に出すと感想をもらえるのでとても助かっています。また、家に着いたら気持ちをオフにせず、すぐに掃除や洗濯をすませ、終わってからゆっくりするように心がけています。

女性が活動する上で不足していること

乳幼児期は子どもにとっても母親にとっても大切な時間なので、育休制度の増加、期間延長などができるといいのではないのでしょうか。また、数時間子どもを預かってくれる場所があると、育児の息抜きやリフレッシュにもなるので助かると思います。

札幌を拠点に活動することについて

北海道では札幌が交通の要所なので、どこへ行くにもアクセスがいい。メディアも多いので情報発信しやすいと思います。札幌で活動・発信することで北海道に広められるのではないのでしょうか。

社会で女性が活躍することについて

女性が元気なまちは、活気があっていいですね。子どもも明るく健やかに育つのではないのでしょうか。「女性だから」というより、「女性ならではの」感性や経験をいかすことが大切ではないのでしょうか。

今後の目標・展望など

栄養士として、マタニティフードアドバイザーとして、命を育む、楽しいおいしさを伝えていきたいですね。「人生はじめてのごはん」である離乳食のランチ会を毎月2回定期開催していますが、乳幼児のいるママさんの交流の場でもあります。情報発信と交流の場を増やしていきたいです。

活動を望む女性へのメッセージ

何度か転職を経て、いまの仕事にたどり着きました。回り道だったのかもしれませんが、これまで経験したことは今すべていかされています。やりたいことと違うことでもチャンスがあれば挑戦してみることで、それによって開ける道もありますよ。