

多様な働き方から学ぶ男女共同参画

都留文科大学生突撃インタビュー

都留市男女共同参画推進委員会

市では、すべての人があらゆる分野でそれぞれの個性と能力を発揮できる男女共同参画社会を目指しています。

今回は、市内で障害を持つ子どもを育てながら、また、自らも病気を患いながらも食の安全を目指し、お店を立ち上げた(起業した)女性にスポットをあて、紹介させていただきます。

なお、今回の取材及び記事の作成は、都留文科大学社会学科3年生の石川瑛子さんをお願いしました。

今回は、桂町にある「ほしのさと工房」の店主山口とも子さんにお話を聞かせていただきました。

ほしのさと工房は毎週火曜日から土曜日にお店を開いています。現在は、お店のほかに都留文科大学でも出張販売をしており、大学ではすぐに売切れてしまうほどの人気のあるパン屋さんです。

このお店のモットーは“パンには砂糖を使わず、天然塩でパンを作る”です。国産の小麦粉や天然酵母を使うお店は多くありますが、砂糖を使わず天然塩を使うというお店は多くはありません。山口さんは天然酵母を使い、さらには天然塩でパンを作っているのです。天然酵母はその日の気候・気温・湿度に左右されやすく発酵にも最低8時間かかり



ます。しかし、山口さんは人の身体も気候・気温・湿度に影響されるものなので人と同じような変化をする天然酵母は体に良いのではないかと考えています。

このように、山口さんは「正しい食とは何か」を考えながらパン作りをしています。体が弱かったという山口さんは30年前に医師から食事療法として「マクロビオティック」を紹介されました。肉、魚、卵、牛乳、砂糖を摂らないというその食事に、はじめはそんなことができるのか不安に思っていました。が、和食、洋食、中華など幅広い範囲で料理ができることを知り、今ではこの食材ではどんな料理ができるのかを考える事が楽しみになったそうです。こうした経験と、障害を持った娘さんと将来一緒に働きたいという強い願いが合わさって、自宅で週2回のパン作りが始まりました。

パン作りを始めた頃は、娘さんの健康状態もあり、修行や習いに行くことができず、試行錯誤の日々だったそうです。それから2年後、自宅でのパン作りでは手狭になったというところ、娘さんに社会との関わりを持つ機会を作りたいということで、現在のお店を開くことになりました。お店では富士山の溶岩を使った石釜を使い、毎日、20種類近くのパンやクッキーなどを焼いています。ご夫婦の生活は早朝3時の水汲みや薪焚

きにはじまり、夜は翌日の仕込みなどで遅くまで起きているという生活をしているのですが、現在の食事を摂っているからこそ、このような生活ができていくのだと言います。

このように食の安全や食事による健康を第一に考えている山口さんは、マクロビオティックを少しでも多くの人に広めたいと思っています。その思いが伝わっているのか、病気を抱えている人がお店を訪れることも多くあります。実際そういった人たちの「病気が治った」という話は山口さんにとってパン作りの原動力となっているそうです。お店は1歳の子どもからお年寄りまで幅広い年齢層の人たちに利用されています。今では県外の個人のお宅や自然食を扱うお店にパンを送る「送りパン」の注文も多くあります。最後に「パンを作るということは発見する楽しさ、達成感、喜びがあること」とだと、山口さんは教えてくれました。

※「マクロビオティック」とは…

「食」を基本とする健康法で、動物性のものはあまり食べず、無農薬・自然農法の穀物や野菜を中心とした食事をとる。野菜は原則として、その土地・その季節にとれたものを食べる。