

日本野菜ソムリエ協会が認定する資格で最上級の「シニア野菜ソムリエ」として活躍する関宏美さん(奈良市)。ホテルや百貨店のイベントで野菜の魅力を伝えるほか、食育にも力を入れる。野菜ソムリエを志したきっかけは、意外にもおざなりを化粧で目立たなくする「メデイカルメイク」だったという。野菜とメイク。直接結びつきがないように見える二つの活動には、関さんならではの思いが込められている。(聞き手・白石佳奈)

なら ヒト

Q 原点はメイクのボランティアだったそうですね。

10年前から、老人ホームや障害者施設でメイクのボランティアをしています。きっかけは母でした。E大学院生の時、母が肌治療の影響で顔に斑点のようなものができ、家に引きこもりがちになりました。その笑顔を取り戻したい。その一心でやけどやあざなどを隠すメデイカルメイクを学ぶため、2年間、毎週末に東京の学校に通いました。

シニア野菜ソムリエ 関 宏美さん

女性の健康美輝かせたい

メイクをした時に母が見せた笑顔が、活動の原動力になりました。女性にとって、美は生きる力だと確信したのはこの頃です。今は、母もメイクを習い、親子で施設を訪問しています。

Q 全国に約70人しかいないシニア野菜ソムリエになられたのは?

時、野菜ソムリエを知り、「これだ」と思って。女性が輝くためにはメイクなど外側と、身体と心が健康である内側の美しさが不可欠だからです。初仕事は公民館での講演会。地域の女性約50人に野菜ジュースを試飲してもらいながら、栄養師や食べ方を話しました。苦みの強い春野菜は体の細胞を自覚めさせ、水分の多い夏野菜は体を冷まして

くれること。旬の野菜を食べることは理にかなっていること。こんな話で大丈夫かなと不安でしたが、みんな目を輝かせて聞いてくれました。特別なことではなく、日常の中でできる健康美が求められると実感しました。

Q 歌もお上手ですね。大学に入る前、ジャズシンガーを目指したこともあり、今もステージに立つことがあります。一曲の歌が人を笑顔にします。野菜ソムリエ、メイク、歌。何をしたいのか悩んだときもありました。でも今は、女性を笑顔にする手段として、どれも必要と思えるようになりました。

取材後記



せき・ひろみ シニア野菜ソムリエのほか、菜膳アドバイザー、アボカドの魅力を広める親善大使など活動は多岐にわたる。奈良市学園南で開くスタジオ「Stage」では、不定期で教室も開催。日々の活動はブログ「美の掬」(<http://ameblo.jp/s-stage/>)で紹介している。

野菜好きの関さんは、1日に約15種類、約1ポチの野菜を蒸して食べるといういます。ドレッシング代わりにかけるのは、もずく酢や納豆。なんぼくを一緒に食べることで、野菜のビタミンやミネラルを効率よく吸収できるそう、栄養師を知り尽くした関さんならではのアイデアです。いつもキラキラ輝いている関さんから教わると説得力があり、今日から試してみようと思えました。