

挑む!

発酵を追究し続ける

関 恵さん(39)

健康と元気食で醸し出したい



東日本大震災後、健康は予防にあるとの信念の下に京都・嵐山で発酵専門店を営む関恵さん。京都府

京都府生まれ。大学院で医療マネジメントの修士号を取得。「発酵食堂カモシカ」(075・862・0106)の営業時間は午前11時半～午後5時。

発酵食のおいしさをたくさんの人たちに伝えようと、京都・嵐山で飲食店「発酵食堂カモシカ」を営んでいる。みそや梅干し、サバのへしこ(ぬか漬け)、魚醬いわしじょうなど8品の発酵食からなる定食がメイン。お茶やケーキ、おは

「醸し家」が由来。「醸す人、醸す場所でありたい」

ぎから、藍染めのエプロンやのれんまで発酵にこだわる。店名のカモシカも「醸し家」が由来。「醸す人、醸す場

終末期医療に疑問を持った。病気を予防するのが健康の原点だと気づいた。

29歳で結婚。長女(9)を出産し、みそや梅干し、野菜など食材を自分でつくるようになった。「目には見えない微生物が、自分との共同作業で食材をおいしく変化させる。何よりも、気持ちも満たされる」。長男(6)を出産後、東日本大震災が起きた。千葉県から西へ自主避難した。「もっと面白いことをしたい」。自然豊かな土地で食堂を出すことを決めた。

「命は命で元気になる」。そう信じて、食堂を続けて2年半がたった。9月には発酵に関するワークショップも開いた。「まだスタートライン。忙しい現代だからこそ、つくる喜びを広めたい。それがいい仕事、いい人間関係につながるはず」

文・写真 神元敦司

記者から

家族と育児、そして仕事。「大事なものは削らずに生きたい」。笑顔の奥に気概を感じた。