

Smile Woman!
インタビュー⑤!この人の仕事のカタチ
どこか輝いて見える「仕事」をしているあの人にズームアップ。

父 事成 (93歳時) から贈られた書

日本の食文化を

後世へ伝えたい

健康ブームで様々な健康食品が持てはやされる現代。人々の食べ物への関心は強いが「毎日食べる食事をもちと大切にしたい」と訴えるのは管理栄養士の秋山尚子さん。自営業の家庭に育ち、小学生の頃から自然と料理をするようになっていったという。「祖父が作る野菜や近所の漁港で上がった新鮮な魚をそのまま料理していました」。これが彼女の料理の原点だ。

食を通じて健康に関心を

幼い頃から料理に慣れ親しんできたことや母親の勧めもあり、栄養士の道志した。大学では特に臨床栄養学に興味を持ち、卒業後は病院の管理栄養士として多くの患者さんに食事を提供した。「600床をかかえる病院での仕事は想像を上回る重労働でしたが、その経験が今の仕事の基礎となっています」と話す。現在はJFC（岡山市北区東古松）が経営する岡山県内の社員食堂や学生食堂で、メニュー開発に携わっている。旬のものを取り入れ、パラスのとれた献立作りをモットーにしている。しかし「こちらが食べて欲しいものとお客様が食べたいものとの間にギャップがあるんです」と苦笑する。健康によい料理を提供するのはもちろん、さらには食を通じて健康への意識を高めてもらうのも役目と考えている。

日本食で生活にゆとりを

常務取締役を務める吉祥グループでの仕事は幅

吉祥グループ
常務取締役 管理栄養士

秋山 尚子さん



岡山大学カフェテリア(ルボア)

広く、社の発展へ寄与すべく奔走する。そんな中でも「生運の仕事として、日本の食文化を自分なりに後世へ伝えていきたい」と夢を語る。手間暇かかる料理は敬遠されがちなので、手軽な家庭料理としての和食を提案していく。「醬油、味噌、漬物などの発酵食品や麹、昆布のダシの美味しさを実感してほしいです。日本のおくろの味はほろりとした時間を与えてくれます」。日本食は我々に生活のゆとりを思い出させてくれる。

映画観賞や料理作りが癒しの時間

休日の秋山さんの楽しみは、往年の映画スター寅さん(渥美清)やオードリー・ヘプバーン、マイケル・J・フォックスらが出演するオールド映画を観てプチ笑いをすること。「人情味あふれる内容に癒されるんです」。明るく、優しい人柄がにじみ、また「仕事の延長になりますが、何と云っても料理を作っている時間が好きです」。家庭では漬物の糠床を大切に育てたり、スイーツ作りを楽しんだりと女性の魅力満載。美しいの秘訣は食にあり!?