

野菜・果物の魅力を伝えたい

近藤 路子 さん

(本郡出身・松山市在住)



野菜と果物のおいしさや魅力をさまざまな方法で分かりやすく伝える生産者と消費者との架け橋役となる野菜と果物のスペシャリスト「野菜ソムリエ」。そんな野菜ソムリエの資格を県内で初めて取得し、現在、上級野菜ソムリエの「シニアマイスター」として活躍しているのが近藤路子さんです。

近藤さんは、松山で青果中心のスーパーを営むご主人と結婚。2000年からインターネット上で県産果物の販売を開始したことをきっかけに、野菜ソムリエの資格を取得しました。「講座を受けるために、大阪や名古屋へ通いました。移動に時間がかかることはもちろん、仕事や子育てをしながらの勉強はとても大変でした。それでも最後までやり遂げたことが自信につながりました。」



▲テレビの情報番組で、旬の野菜情報やししぴを紹介しています。

現在は、インターネット販売を行っているながら、野菜ソムリエとして県内各地で講演活動や料理教室などを行っています。

講演の対象は幅広く、主婦や一般の消費者だけでなく、農業者や飲食店関係者、栄養士など食に関わるプロ相手に行うこともあります。また「食育」の一環として、学校や保育所などで子ども向けの教室も行います。「野菜ソムリエになってくださった方たちとの出会いがありました。その方たちとの交流を通して、自分自身も成長できるように思います。」

料理教室やテレビ番組などで、旬のオリジナルししぴを紹介している近藤さん。これからの季節におすすめの野菜と調理方法を教えていただきます。「ただのこやし菜、菜の花などの春野菜がおいしくなる季節です。春野菜の苦味やえぐみには、冬の間、体内にたまった老廃物を分解して、外に出す作用があります。女性に不足しがちなビタミンEを多く含むピーナッツを使った『菜の花のピーナッツあえ』は老化防止にも効果的です。また『ただのこのバターしよう油いため』は簡単にできてボリュームもあるのでおすすめです。」

食の安全や健康への関心が高まる昨今、野菜ソムリエへの注目も高まっています。県内でも野菜ソムリエの資格取得者は200人を超えました。「野菜ソムリエが一過性のブームとして終わらないように、先駆者として自分にしかできないことをしていかなければと思います。」

高校卒業までを伊予市で過ごした近藤さんは、野菜の育ち方などを当たり前の知識として身に付けていました。「今は、その当たり前のことを知らない人が多くなっている。私がこれまでの経験で得た知識を分かりやすく発信していきたいと思っています。そして野菜や果物の魅力をもっとたくさんの人に伝えていければ。」

愛媛の野菜ソムリエとして、全国に美しい野菜と情報、そして人々の笑顔を届けます。