



野菜ソムリエという資格者の活躍が最近、マスコミでよく紹介されるようになりました。そこで、連載インタビュー「沖繩を語る」の第6回ゲストは、野菜ソムリエの岡田郁子さん。野菜ソムリエは、果たしてどんなサービスを提供するのか、岡田さんたちが立ち上げた「沖繩野菜プロジェクト協同組合」は、沖繩の食卓や農場へどんな風を送ろうとしているのか、語ってもらいました。(敬称略)

——野菜ソムリエは、日本野菜ソムリエ協会が認定する民間資格だそうですね。どんな理念があり、資格者は、どんなサービスをするのですか。
岡田 野菜ソムリエをひとりで説明するならば、生活者の視点に立ち、野菜の魅力、野菜についてのすべてを生活者と生産者に伝えていく伝道師……ということになるでしょう。野菜・果物の産地や旬、品種、栄養価、上手な選び方、保存法、食べ方のバリエーションなどを分かりやすく伝える役割を担います。この民間資格は、福井県治理事長が「食を日常的に楽しめる社会を

つくりたい」(日本の農業を次世代に継承できるようにしたい)という理念を掲げて、10年ほど前につくりました。その後、ちょうど健康ブームと重なり、そのなかで、冷凍ギョーザ毒物混入事件なども起きて、無農薬野菜や有機野菜に関心を持つ人たちが増え、資格受検者がウナギ上りに増えていきました。
——岡田さんはなぜ、野菜ソムリエをめざしたのですか？
岡田 アナウンサー時代に、ある大きな病気をし、野菜中心の健康的な食事を心掛けなければならなくなりました。しかし、おいしく、賢く

食べたい。そういう思いが高じて、現在のレストラン「略歴参照」をオープンするに至りました。野菜ソムリエの存在を知ったのは、ちょうどそのころです。自分の思いと重なると思った瞬間、「これだ！」(笑)。以後は、午前3時に起きて、資格取得のために猛勉強の日々を送りました。資格には、ジュニア・野菜ソムリエ・シニア：の3段階があります。昨年、ジュニアを取得し、今年5月に念願が適いました。ひとつ上のシニアはかなりの難関で、現在(10月末現在)、県内に取得者はいませんが、仲間の一人が今年、挑戦中

沖繩の生活者と生産者のために おいしく賢い野菜の情報を伝道します

～野菜ソムリエ・岡田郁子さんに聞く

です。

「もっと健康に！」 やる気まんまんのプロたち

——県内の野菜ソムリエの資格者は11人だそうですね。大半が女性で、さまざまな分野のプロが多いとか。
岡田 女性が大半なのは、三度三度の家庭の食を担っているからだと思います。資格者は、自分の家族を守りたい、もっと健康になりたい……という意識に目覚めた人ばかりですね。そして、おっしゃる通り、さまざまな職種のプロたちでもあります。今回、『野菜の日』(8月31日)に創立を目指して協同組合「沖繩野菜プロジェクト」を立ち上げました。メンバー(野菜ソムリエ)や同志たち(ジュニアならびに野菜ソムリエ)は、予防医学・アンチエイジング・食育・アスリートフードなどのアドバイザー、フードコーディネーター、管理栄養士、料理教室やパン教室の講師、アナウンサー、司会者、ライター、通訳・翻訳業など、実に多彩な顔ぶれです。有益な資格をいろいろ持っている人が多いのも特徴です。つまり、沖繩の野菜ソムリエの大半は、「もっと健康に！」という意識がとても高く、さまざまな業界で奮闘しながら資格をコツコツ取得していく、やる

気まんまんのオバサンたち(笑)……ということになるでしょう。
——その「沖繩野菜プロジェクト」は、どんな事業を展開するのですか。
岡田 年内にホームページができてきますので、ぜひ、ご覧になっていただきたいのですが、食育・アンチエイジング・ガンや生活習慣病対策・アスリートフードなどをテーマにした一連の講演やセミナーにまず、力を注いでいきます。そのうえで、野菜ソムリエが選んだ新鮮な農産物や農産物加工製品のネット販売。企業向けには、オリジナル・レシピの提案やPRイベント、フードスタイリングなどのお手伝いをさせていた。だいたいと考えています。

「どうして成長させちゃったの？」 「大きいほうが得さあ！」

——県産農産物のネット販売まで視野に入れているということは、沖繩の農業の振興にも一翼を担うぞ……という意気込みですね。
岡田 野菜・果物はひところ、「ナスは栄養無し」「梨は栄養無し」なんて言われたように、ビタミンが乏しければ評価されませんでした。ところが、化学が発達し、ナスにはアントシアミン、梨にはカリウムやアスパラギン酸など、人間の体にとっても有益なものが含まれていることが分かってきました。野菜ソムリエ

は、そのような最新情報も分かりやすく生活者へ伝え、日常の食に生かしてもらっています。その一方、生産者の応援隊でもあります。皆さんも、県内各地のファーマーズマーケットなどへお出かけになったとき、貴重な島野菜や珍しい外国野菜を見つけたことがあると思います。コトコトと栽培している、意欲のある農家が少なくないんですね。しかし、意欲はあっても、情報不足のケースがあるのです。例えば、ズッキーニ。沖繩で栽培された当初は、大きくなったペポカボチャの状態です。店先に並んだのです。そもそもズッキーニとは、大きくなる前の、赤ちゃんペポカボチャのこと。どうして成長させてしまったのかと質問してみたところ、

「大きいほうが得さあ！」(笑)。アドバイスをした結果、いままでは、料理人が望む状態で並ぶようになりまして。ハクサイやアスパラなどの「立ち野菜」も最近、大半のスーパーで、寝た状態ではなく、立てて並べられるようになりました。これも、口はばつたいことを言うようですが、野菜ソムリエの

存在抜きに語れないと思います。
——皆さんの活動は、農産物を通して、沖繩をより良く改善していく……という運動へ広がっていく可能性も秘めていますね。
岡田 栄養があり、安全で、おいしい野菜を食べたい……という大勢の県民の意識が、沖繩の野菜ソムリエを育てています。ですから、わたしたち沖繩の野菜ソムリエは、沖繩の生活者、沖繩の生産者のために、どんどん伝道し、応援してまいります。どうぞ、わたしたちの扉を叩いて、声を掛けてください。

(聞き手 鈴木孝史・広報委員会委員、編集室タッカーハウス代表取締役)

Profile

岡田 郁子(おかだ・いくこ)



2010年認定「野菜ソムリエ」。一日一組限定・予約型食レストラン「きまぐれキッチン」オーナーシェフ、元RBCアナウンサー、「沖繩野菜プロジェクト協同組合」代表理事。同協同組合は、予防医学・アンチエイジング・食育・アスリートフードなどのアドバイザー、フードコーディネーター、管理栄養士、料理教室やパン教室の講師、アナウンサー、司会、ライター、通訳・翻訳業などさまざまな分野出身の「野菜ソムリエ」が集結=写真参照。