

# 特集

地震から復興へ

# 食を伝え、人々をしなぐ

熊本地震直後は、混乱の中、全ての被災地へ充分な支援物資や食料等を配給することは困難な状況でした。その中で、自身も被災しながらアレルギーのある乳幼児の離乳食を作り、被災地へ届けた相藤春陽さんへお話を伺いました。

春陽食堂



管理栄養士  
フードコーディネーター  
春陽食堂プロジェクト 代表  
あいとう はるひ  
相藤 春陽 さん

管理栄養士として食育やフードコーディネーター等の資格取得会社「Wellsole」を設立。講師活動をするほか、「女性輝き支援」をコンセプトとする「シエンヌ」を立ち上げ、女性への学びの支援提供等を行う。熊本地震後は離乳食の炊き出し支援などを通して子育て期の母親たちをサポート。熊本の生産者と食に悩む人々を支援するための「春陽食堂」を立ち上げ、食を通して復興支援や地域活性に取り組んでいる。

▼ 離乳食の炊き出し支援



▲ 手作りのプラカードでの呼びかけ

## 「SOSー」子どもの離乳食がない

私は、幼い頃から母に野菜や魚等の旬を教わり、食卓に並ぶ手作りの郷土料理や季節ごとの行事食が当たり前のものと思って育ちました。しかし成長するにつれ、それは当たり前なことではなく、本当は有難く大切なものだったことに気づいた時、「食」で人を元気に出来る職業に就きたいと思いました。

管理栄養士として病院で高血圧や糖尿病の治療食、高齢者施設で介護食を提供するなど20年以上勤めた後、フードコーディネーターとして独立。5年目の節目を迎えた平成28年4月、これまでの経験を生かしてもっと人の役に立てることをしたいと思っていた矢先、熊本地震が発生しました。

経験したことのない大きな揺れでライフラインは断絶。車中泊をしながら、これからどうしていけばいいのか途方に暮れていた時、あるお母さんから「アレルギーをもつ子どもに食べさせられる離乳食がない」との切実な相談を受けました。限られた食料しかなく、水もない中でしたが、とっさに、米粉と青汁を力セットコンロで温めて離乳食を作り手渡すと、とても喜んでいただきました。

「同じように困っている方は他にもいる。その方々に

## 支援から見えた新たな道

離乳食の配布は、近くの農家の方々が自宅用に備蓄された中から米粉や野菜などを分けてくれたおかげで、2週間以上にわたり昼と夜の1日2回、多い時は1日100食以上、希望される方が最後の1人になるまで続けることができました。

震災直後、誰もが自分のことで精いっぱいの中、農家の方々が向かった先は田畑でした。被災して家に戻れなくても、田畑を守り続ける姿に私は強く心を打たれました。畑の作物は、地震があったからといって、その生長を止めてはくれません。大変な状況の中でも、私たちの命のもととなる米や野菜を作ることを使命として、この非常時にもひたすら「食」を支えてくれている農家の方々のことを、多くの人に伝えたいと思いました。

震災直前に、食を通じて季節や食材のことなどを伝える場所として開いた「春陽食堂」は、オープン後わずか数日で被災し、休業せざるを得なくなりましたが、今回の震災でたくさんの方に悩む人々と農家の方々の献身的な姿を見て、春陽食堂がこれから進む道が見えてきました。地震の倒壊を免れた町屋古民家カフェのオーナーの方から場所を受け継ぎ、「食を守る農家の方々の想いを伝える」とともに、食に悩む人々が気軽に相談できる場を作るため、地震から半年後の10月15日、新しい「春陽食堂」を立ち上げました。

## 陽だまりのような場所に

私たちの身近にある熊本の豊かで多彩な食材。春陽食堂ではその四季折々の素材を使い、店内にも並べて消費が広がるよう発信しています。提供しているメニュー

も離乳食を届けたい。」そう思い、いてもたってもいられず避難所へ行き、配布を呼びかけました。困っている誰かのために何かをすることで、不思議と落ち着いた自分がいました。しかし、避難所に行っても乳幼児の姿はありません。乳幼児を持つ多くの方は、子どもの声を気にして避難所には行かず、駐車場や車中で過ごされていました。そこで、手書きのプラカードを作り、家族や近所の方へ支援活動を行う仲間たちの協力で、必要とする方を探し回って届けました。なるべく多くの方に情報が届くようフェイスブック等でも呼びかけを行い、それを見て連絡される方や遠方から来られた方もいたため、県内各地の必要な場所へ仲間たちと協力し合い届けました。その時、子どものアレルギーや食の悩みを持ちながら、誰も話せる人がいないお母さんたちの相談もたくさんお受けしました。

また、支援をする中で、車中泊や避難所にいる子どもたちのストレスの高まりを感じ、仲間を集めて読み聞かせや手遊びをしたり、子どものための支援物資がないと聞き、フェイスブックで呼びかけて全国から届けられた物資を必要な方へ届けたりするなど、少しでも今の自分にできることをしたいと思い、賛同して集まってくれた方たちとともに、様々な支援活動を行いました。

ユーは家庭料理で、家でも作れるようにと食材や作り方を伝えています。

子どもの時に作ってもらった料理の記憶は、ふとした時に鮮明に蘇るときがあります。春陽食堂はカウンターが少しと、大きなテーブルが一つしかありませんので、家族が囲らんとするようテーブルを囲んで座ってもらいますが、隣り合った知らない人同士でも、「これはむかし食べた味」「家でこんな料理を作ってもらった」等、笑顔になつて会話が広がります。

また、管理栄養士・フードコーディネーターとして、お子さんの食の悩みなどもお聴きしています。近年のライフスタイルの変化で、毎日食事を作ることが難しい家庭もあるかと思っています。忙しくてお総菜を買ってきたとしても、そこに手作りの味噌汁を添える。その小さな工夫も十分に子どもの食育になることを伝えていきたいと考えています。

お店が、ほっと心が温まる、春の陽だまりのような場所であれたらと願い、今日も春陽食堂を開けています。



▲西唐人町の春陽食堂店内。相席制で、初めて会った人とも家族のように同じテーブルを囲みます。



◀旬を取り入れた定食は、懐かしい家庭の味。