



「食で元気っしょ」

食ママ倶楽部

高地清美さん



今回紹介するのは「食ママ倶楽部」で代表として活躍されている高地さん。

日々の出会いの中で、こんなにもパワーとチャレンジ精神に溢れた方には、そうそうお目にかかれませぬ。「食の力」で、「自分を」「家族を」そして「小諸を」元気にしようという全力疾走されているのが、高地清美さんなのです。

「食」との決定的出会いは、お蕎麦屋さんのアルバイト。

そのお店のソバだしを一口飲んだとき、「え!? 何ておいしいの!!」と大感動。当時、商業科に通っていたものの、迷わず食の道を選択。栄養士となり、岡谷の保育園に勤めながら、調理師の免許も取得します。その後、結婚され、主婦として小諸の地へ。

「それでも、食からは離れられなかったんです」と、笑顔で語る高地さん。地元スーパーで、クッキングアドバイザーとして6年、JAの生活指導員として13年、様々な仕事をされてきたそうです。

信条は、「やらない後悔より、やる後悔」。それゆえに、周りと衝突してしまうことも、そんな困難も、多くの人の助けで乗り越えてきました。「家族に本物の味を知ってもらいたい」と主婦として頑張る一方で、そういった食の



地元産100%の雑穀ブレンド茶

最前線で仕事をしてきた経歴が、現在の高地さんを形作っているように感じます。いま最も力を注いでいるのが、毎月の「雑穀講座」。



「いくさのサブレ」と一緒にどうぞ!!

を通して、豊富な栄養素を含む雑穀のパワーが、「食の問題」を解決することを確信した高地さん。「こもろ雑穀プロジェクト」として、先の「雑穀講座」開催や、地元農家、企業と「雑穀製品の共同開発」など、精力的に取り組まれています。

今年度9月以降も、様々な講座が開催されるそうです。皆さんも是非、参加されてはいかがでしょうか。

公民館報編集事務局

塩川弘太郎



川柳浅間吟社

- 仮住まい万札殿は日帰りか 土屋 正示
- 海を越え輸入しないに黄砂来る 荻原 栄子
- 刺抱いて見事に咲くはバラの意地 桜井 眞紗子
- 灯がともし高齡夫婦の無事を知る 中山 紀子
- 好敵手あって自分も磨かれる 掛川 多愉
- 夢ひらく踊り舞台にする大地 小林 峰男



土笛小諸短歌会

- 屋敷神のお出ましなきを祈りつつ 小野山 玲子
- 梅雨の晴間に庭の草ひく 井出 八重子
- 此の旅が富士山見納めと十国峠 親しく仰げば涙にじみくる 井出 八重子
- 西空はゴジラ姿のでかい雲 田中 邦
- はだかり立ちて物語めき 田中 邦
- 夫好むパウンドケーキにコーヒーと 井出 宣子
- 相次ぎ届く今日は父の日 井出 宣子
- 待ちかねし雨にアジサイ咲きいるか 三浦 幸枝
- 留守のわが家の庭木々おもう 三浦 幸枝
- 紫陽花の青き玉咲く松の下 小林 りつ子
- そののみ白く梅雨空に映えて 小林 りつ子