

お野菜を食べると元気になれるって知ったのは、自宅出産を希望して助産院mamita田中みちえ先生からご指導頂いた時の事。初めての出産で、息子・みどぽんは、神様から染色体異常(ダウン症)に伴う、心臓病その他の沢山の病気を頂いてうまれてきてくれました。二度に及ぶ心臓手術の末、うまれてきてくれてありがとう、パパとママを選んでくれてありがとうと感謝の中、一才と三日でこの世を去ったみどぽんは毎日、玄米ごはんにお野菜の重ね煮、サツマイモ、カボチャ、にんじん、たくさんのお野菜を笑顔でもりもり食べていました。みどぽんは本来ならば、動けない、食事でも自分でできる事ができないと言われていたのに、お医者様がどうして?と驚くほどに、食欲に溢れ、生きている間、毎日笑顔で信じられないほどの身体的発達をみせてくれました。みどぽんに限らず、本来、子どもは、いえ、人間は、身体にいいものを美味しいと感じ、それを頂けることを喜びとして日々の食事を楽しむものだそう思うのです。

私のしごとである、ピアノを演奏したり、お教室で教えさせて頂き、たくさんの方々と(0歳児からの子どもたちと素敵なお母さま方が主ですが)ふれあわせて頂く日々の中で、健全に健やかな身体、まっすぐに誠実に物事と向き合う心の発達教育には、もしかしたら細かな教育以前に毎日の食事が、大切なのではないかと思っていました。

そうは言っても忙しい毎日、この現代では身体にいいとは知ってはいても、ついつい、手早く手軽なジャンクなものへ頼らざるを得ない状況とそうして、毎日忙しさの中家事をし子育てしお仕事しているお母様の現状を思うと、余裕ある時間を持つ事の難しさも常々感じておりました。ある日、あな吉さんの事を知り、いてもたってもいられず何もわからないまま新幹線に飛び乗り、講座に参加させて頂いた日の衝撃は忘れる事は出来ません。こんなに簡単に、手早く、楽に、お野菜料理ができるんだ!!

しかも、お酒ものめるジャンクな味(笑)あれはだめ、これはだめなんて縛りも何一つない、誰にでも出来る手早く手軽でかんたんでゆるゆるのんびり気楽なベジ料理の数々!!そして、その中から生み出された毎日を人生をご機嫌に過ごすための手帳術の考え方・効果のすごさ!!あな吉さんってすごい!プロってすごい!!!大興奮の楽しい講座受講の日々でした。

今回、ゆるベジ九州ツアーとして、あな吉さんが九州に来てくださると知り、是非福岡に寄って頂きたいとのお願いに快諾頂きまして、このような素敵なお料理講座を開催させて頂けます事、心から嬉しく感謝いたしております。

スタッフには、イラストレーターでイクメン主夫のフルヤコウセイ・BiJaHeart「パールのヨガ家」主宰のパールより・happy herbsJam製造販売「田中館保存食研究所」主宰のmanaの素敵で愉快的な三人と共に、また、会場には子ども・障がい者・高齢者、ほか利用者を限定することなく、誰もが安心して来ていただけるように誰もが安心して地域で生活できるように 日夜問わずいつでもサポートできる福祉サポート空間を目指しているエスタスカーサをお借りして、あな吉さんと参加下さる皆様とゆるベジを通じて、心と心でつながり、ご縁を喜び、生きている事、今日も健康で美味しい食事を楽しめる喜びを共有できますこと楽しみにいたしております。

ご参加下さる皆様と素敵な時間を一緒にできますこと、ご縁繋げて頂けます事に感謝しています!!



笑顔と感謝を! Music Life♪ 花崎望



浅倉 ユキ(あさくら・ゆき)さんプロフィール

ゆるベジ料理研究家。

肉、魚、卵、乳製品、砂糖、みりん、酒、だしを一切使わないベジタブル料理の教室「another~kitchen」を東京杉並区で主催。

通称“あな吉”さん。

〇コミで「野菜だけなのに甘い! お肉大好きな夫や子供も納得の味! ボリューム満点! すごく簡単!」と人気が広がり、料理教室は常に予約待ちで全国各地から生徒が通ってくるほど。

出張料理教室で全国を回り、

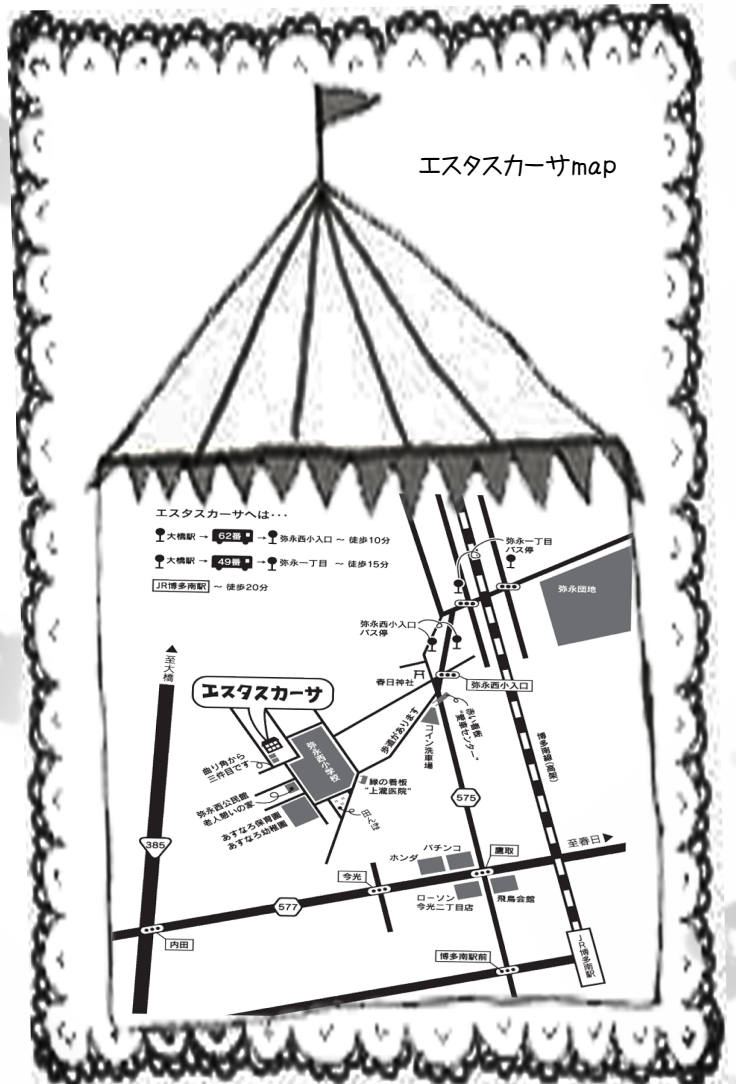
助産院や保育園での講演、

医療従事者専門のセミナー講師も務める。

2女1男の母。

年の離れたパートナーN氏と子どもたちと仲良く暮らす。

著書多数。



ゆるべじ九州ツアー <http://oita-sohkei.com/yurubeji9/index.html>

10/1~3鹿児島(鹿児島市) 10/4~6宮崎(都城市) 10/7~9大分(佐伯市) あな吉さん講座開催されます こちらもどうぞご参加下さい!