

## ■タイトル

体と心と環境に良い食を伝え、広める人

合同会社NOOK 友永英子

作物を育てる人、加工品を作る人、調理する人。  
食に関わる仕事は多岐に渡りますが、今回ご紹介するマイスターは、食に関する知識を伝え、広めていく人。

移り住んだ竹田市で、竹田の食の豊かさや、食にまつわる環境について伝える活動をしながら、作り手としても活躍する友永英子さんです。



友永さんは福岡県福岡市出身。

食品関係の仕事をしていた父から農薬の危険性や健康に良い食品について知ったり、料理上手な叔母や祖母の影響で、子どもの頃から自然と食の知識や大切さが身についたそうです。

「実は母はあまり料理が得意ではなかったのですが、伯母や祖母は料理上手だったので、親戚で集まった時はいつも料理を振る舞ってくれました。今振り返ると“美味しいものに人が集う”という光景が幼い頃から好きでしたね」

とはいえ「食」を仕事にしようとは考えていなかったという友永さん。大学では英文学を学び、海外への留学も考えていたそうですが、食品のコンサルやマーケティングの仕事をしていた父から、「広告代理店が食品関係に詳しい人を探しているからどうか」との誘いを受け、大手の広告代理店で働くことになったのです。

食品流通のマーケティングや企画、ディレクションなど、働く女性をターゲットにした事業に多く従事していました。

福岡と長崎を行き来しながら働くこと7年。

ある時、飲食店でご飯を食べた人が『ありがとう』と言って帰っていく姿を見た友永さんは「自分の仕事に対してすぐにお客さんからの喜びや感謝の反応を得ることができる、料理人とお客さんの関係がすごく素敵だな、私にはこういうコミュニケーションが合っているなと思ったんです」

そうして友永さんは、代理店を退職し、飲食店へ転職することになります。

直接感謝の気持ちを伝えることができる関係性に憧れを持ちつつも、結婚、出産、そして旦那さんの転勤というターニングポイントが重なり、生活の拠点は鹿児島へ。新天地で新しい挑戦を始めることになりました。



「娘は肌が弱かったので、食生活にも気を使っていました。発酵が腸に良いと聞けば、麴を作ってみたり、なるべく薬に頼らなくて良いように肌に良いと聞いたものを習っては実践して

いたのですが、こうして自分が習ったことをシェアしたいな、同じように食への関心がある仲間を増やしたいなって思ったんです」

会社を辞めてから、食と健康と暮らしと環境を考える「ホールフードスクール」を受講し、食べ物だけでなく、その周りの環境の大切さを学んだ友永さん。自宅料理教室「イトナミごはん」のスタートをきっかけに、日々のご飯だけでなく食を取り巻く環境についても、関心を高めていきました。



受講者も増え、楽しく料理教室をしていた友永さんですが、2018年にまた新たな地へ移り住むことになったのです。

それが旦那さんの故郷である竹田市。ここで夫婦ともに地域おこし協力隊として竹田をプロモーションする傍ら、「食べ物はもちろん、食べ物を作る環境としても竹田が良くなるように」と、今までの経験を生かした様々な活動を行っています。

例えば、竹田市にある農業高校の学校運営評議員を務めた際には、GAP認証などの取得や有機農業への取り組みを知り、「この取り組みをもっと多くの人に知って欲しい」と考えるようになった友永さん。偶然にも竹田市の保健健康課から食育事業推進プロジェクトの話が舞い込み、農業高校での食育事業に参画するようになりました。さらに高校に通ううちに生徒のほとんどが市外出身の子だったり、竹田のことを知らない子が多いことに気付いた友永さんは、竹田の農業や料理人を知ってもらったり、一緒に収穫体験をしたり、生徒たちの農業に対するワクワク感を高めるような食育事業のコーディネートを実施。



またある時には、SDGsの講演会や、プラスチックゴミの問題を提議する映画の上映会などを開催し、世界的な視点で見た、食や食を取り巻く環境についても伝え、広めています。

さらに2020年からは「伝える」だけでなく「作り手」としても活動の幅を広めていくようになりました。

「自分で作ってみて初めてわかることや知ることがたくさんあるので、作り手というスタンスでも人と関わりたいなという思いがあったんです。そうすることで作り手へのリスペクトがより一層増しますし、作り手として同志を応援するのも良いなと思いました。それで、“キッチンから暮らしをハッピーに”をコンセプトにしたウェブショップ『itonami kitchen』の運営を始めました」

『itonami kitchen』では友永さんが作ったラー油や塩麴といった調味料のほか、友永さんが「ずっと使い続けたい」と思った商品・食材なども仕入れて販売しています。

そんな日々多岐に渡る活動を行う友永さんですが、2021年の6月には協力隊の任期が終了。

その後は心地よい暮らしができる場づくりを行いたいと話してくれました。



「生活してみて竹田にはお肉もお米も水も、なんでもあるなと思ったんです。『今日の食卓 竹田ばっかりだね』という日も増えましたし、それはすごいことですよね。そういう豊かさをみんなに感じてもらいたい。なので、将来的には民泊のような泊まったり、ご飯を食べたり、何かを作ったり、地域にたくさんいる作り手さんの商品や食材を購入できたり。そんな場所を作りたいなと思っています」

竹田が持つ食のポテンシャルを知ること、それだけでなく、そこを取り巻く環境問題や、魅力的な作り手さんを知ること。

全体を俯瞰して捉えながら、竹田の魅力を発信し、より良い地域づくりを提案する友永さん。

今までの人生と経験の蓄積をもとに思い描く、新しいステージの誕生が今からとても楽しみです。

---

プロフィール

itonami kitchen 友永英子

福岡県福岡市出身。1児の母。大手広告代理店で、主にマーケティングやプランニング部署に所属し、行政や民間の食や女性ターゲットの業務に従事した後、飲食店へ転職。その後、結婚、出産を経て、旦那さんの転勤で訪れた鹿児島県の自宅で料理教室を始める。2018年に旦那さんの地元である竹田に移住。夫婦で地域おこし協力隊として活動する傍ら、企画・運営・プロデュースなどを行う「合同会社NOOK」を立ち上げる。「キッチンから暮らしをハッピーに」をコンセプトに掲げる加工品の製造販売のウェブショップ「itonami kitchen」も運営中。

上級麴士、50度洗いと低温スチーミング調理インストラクター、ホールフードシニアコース修了、国際薬膳食育師。



【合同会社NOOK】

<https://www.nookllc.net/>

【itonami kitchen】

<https://itonamigohan.base.shop/>