

料理を通じて見えるその先の世界、それを伝えられたら

スペシャルインタビュー

料理家・食育インストラクター

和田明日香さん

かがやき

Old and New Story

どこまでもオープンで飾らない、愛すべきキャラクターと、

「お母さん」の本音が漏れ聞こえるユニークなレシビ本が人気の

料理家・食育インストラクターの和田明日香さん。

テレビに雑誌に活躍の場を広げる和田明日香さんの魅力に迫ります。

Wada Asuka

「やれば、できる」女子校時代の経験が原点に

小中高一貫の女子校だったせいか、それこそ「のびのび」という言葉しか思い浮かばないぐらい幸せな子ども時代でした。学校も、生徒の自主性に委ねる自由な校風で、学生時代の仲間は世界中どこにいても生きていけるようなタフな人ばかり。よく「態度がデカイ」と言われるんですが、すみません、ルーツはそこにある気がします(笑)。

とにかく学校大好き、行事が大好き、お祭り騒ぎが大好きで、マイペースに見られますが、中高では生徒会長もやっていました。生徒会長といっても、みんなをまとめあげるというよりは、「先生は、なぜ分かってくれないんだ!」と訴える、直訴タイプの生徒

会長(笑)。行事を滞りなく回していればいいのに、それだけじゃ満足できなくて、高校の時には、学年の壁を取っ払って「学校について思うこと討論会」を開いたこともありました。面倒くさがられたりもしましたが、普段あまり話さない子が力になってくれたり、それまで嫌がっていた子たちから面白い意見が聞けたり。挙がった声に先生たちも真剣に耳を傾けてくれたんです。「物事はきちんと順序立ててやればできるんだ!」と、すごく達成感があったのを覚えています。

料理と無縁過ぎるぐらい無縁だった私が、料理家になれた背景には、そんな学生時代の学びも大きかった気がします。

私が料理をするなんて、思ってもみませんでした

学生時代は音楽業界を目指していた私が、なぜ料理家になったのか。これも本当に不思議な巡り合わせなんです。夫と結婚を決めて、いざ両家に挨拶をというタイミングで妊娠が発覚したんです。本格的に仕事が始まる前だったこともあり、就職せずに結婚して家庭に入りました。今思うと23歳でなかなかの重大事件。でも、子どもを産むことには迷いがありませんでした。

結婚するまで実家暮らしで、正直料理をする必要性すら感じていなかった私でしたが、いざ家庭に入ってみると妊婦で家にいる時間は長いし、なんといっても姑はあの平野レミさんです。さすがの私も「これは料理をした方がいい流れだな……」と感じました(笑)。しかも、おなかの中には2cm、4cmと毎日育っていく赤ちゃんがいる。私の食べたものが自分以外の人間の体を作っているという事実が、あまりにも衝撃的で、そこから一気に料理魂に火がつきました。

とはいえ、当時はキャベツとレタスは産地が違うだけと本気で思っていたほどの料理音痴。料理本にとらめっしなながら、丸1日かけて「この味じゃない!」と思わずぶちまけたくなるような料理を作り上げたり……文字通り失敗の連続でした。それでも嫌にならなかったのは、料理にまつわる

すべてが、ひたすら新鮮だったからだと思います。レミさんを間近に、いろいろな人のレシピを見聞きしながら、自分の中にある作りたい味のイメージに近づけていく。その作業が、純粹に楽しくもあったんです。

楽しいと感じられたのは、幼い頃から「自分の味」と思える軸を父や母が大切に育ててくれたからなんだと今になって思います。「これは日曜の夜に家族でよく食べた料理の味だ」とか、舌には食卓の記憶も刻み込まれていて、その人だけの味というのが必ずあるはずなんです。逆にいえば、絶対に正解だという味もない。私の味だって和田家の味の記憶と重なり合って、また変わっていくのかもしれない。だからこそレシピ通りの正解に囚われ過ぎて、大切な自分の味を見失わないでほしいなとも思うんです。



義母で料理愛好家の平野レミさんと。最高の料理の師であり、最高の姑です!



私の味の原点は、やっぱり母の料理。忙しくてもおいしいごはんをたくさん食べさせてもらいました。



食えることは誰かとつながって生きること



料理家としてレシピを考えたり、食育をテーマに講演会やラジオパーソナリティーなど料理を軸にした新しい世界に感謝です。

でも、世の中には料理だからこそ変えられることもあるんですよね

以前からレミさんに誘われてメディアに出る機会もありましたが、普段は至って普通のお母さんです。だから「料理家・和田明日香」としてお仕事をいただくことには、最初すごく抵抗がありました。いくら夫がおいしいと言っても、そりゃ身内だし……と(笑)。何か「お母さん」だけじゃない、「私」を語れるものがあれば自信が持てるのかもしれない。そう思って取得したのが食育インストラクターの資格でした。

ずっと感覚的に捉えていた料理を、栄養学的に学び直せたことも大きかったのですが、フードロスや「こ食※」など食にまつわる社会課題もあるのだと気づけたことは、私にとって最大の収穫でした。毎日の買い物にしても、みんなが旬の食材を、使い切れる分だけ買うようにすればフードロスの削減につながるなど、それまでは「おいしいものを作って食べればいい」と考えていた自分の料理観が見事にひっくり返されました。専業主婦だった頃は、どこか自分は社会と切り離された存在のように感じていたのが、ちゃんとながっていたんだとも思えて、それもうれしかったのを覚えています。

以来、単にレシピを考えるだけでなく、料理を通じて「私はこうしてるよ」「こう思うよ」と、何らかのアクションにつながるメッセージを発信することが、私の料理家としての役割かなと考えるようになりました。私のレシピは、あくまでもその入り口です。レシピ通りに作って食材を余らせて捨てるくらいなら「全部入れちゃえ〜」と平気で言っちゃいますし、鮭がなくても代わりにいい地魚があるんだったら「迷わず、それで!」と言っちゃう。実は、そこが私が一番伝えたいところだったりして(笑)。最終的には、私のレシピなんてぜんぶ無視して「わが家の味」にしてもらえたら、料理家としてこれ以上の幸せはないと思っています。

※現代の家庭の食卓の問題を表す言葉。「孤食」「個食」「固食」「粉食」「小食」「濃食」「子食」「戸食」「虚食」の9つがある。



Present

お江戸 de クイズ(P37)正解者の中から抽選で1名様に和田明日香さんの直筆サイン入り著書とおすすめのワインクーラーをプレゼント!



Profile

料理愛好家・平野レミの次男と結婚後、修業を重ね、食育インストラクターの資格を取得。まったく料理がでなかった自身の経験を活かし、生活に寄り添った手軽でおいしい料理が人気を集める。テレビや雑誌などメディアでのレシピ紹介、料理企画を通した企業とのコラボレーションなど、料理家としての動きを中心に、「食育」や「家族のコミュニケーション」をテーマにした全国各地での講演会やイベント出演、コラム執筆、ラジオパーソナリティーなど幅広く活動中。

料理家・食育インストラクター 和田 明日香さん



子どもたちへのメッセージ

生きてると、ものすごく独りぼっちで生きているような気持ちになることもあると思います。そんな時、一瞬でもいいから思い出してほしいのが、あなたのそのお茶碗一杯のごはんにも、お米を作った人がいて、それを運んできた人がいるということです。「食べる」ことは、誰かに生かされていることなんだと、私は思っています。だから、つらい時こそ、大切に食べて、世界のどこかにいる誰かをいっぱい感じてほしいと思います。そうやって自分を大切にしていってあげましょう。

そして、「子どもたちは、みんな無条件に幸せであってほしい!」そう願ってやまない人間が、ここにも一人いることを、心の片隅にでも覚えておいてもらえたらうれしいです!