

活力あるまちづくりへ

女性の力を発揮しよう

近年、地域活動や社会活動などへの女性の積極的な参画を推進することが求められています。女性が意思決定や方針決定の場に参画していくことが重要だと考えられているためです。

今号では、若くから起業し、3人のお子さんを育てながら、地域で女性の力を発揮し活躍している「ボディバランスケア amon、ガーデンキッチン垂穂」のオーナー小野美保さんにお話を伺いました。

Interview

ボディバランスケア amon (整体)
ガーデンキッチン垂穂 (食事)
小野 美保さん (44歳)



所在地 三本木字稻吉 15-221
設立 平成 15 年
整体つぼ療法 亜門
(現ボディバランスケア amon)
平成 24 年
ガーデンキッチン垂穂

「ココロとカラダが喜ぶ食と整体」をコンセプトに、県産・十和田産の食材を生かしたランチやお弁当を提供したり、整体で心身ともに癒し自然治癒力を高め、家庭や社会に笑顔で戻れるお手伝いをしている。

3人のお子さんの母親でもあり、小学校のPTA会長を務めたこともある。

Q整体師になろうと思ったきっかけは？

当時、26歳でパートタイマー勤め、3人の子どもがいたので、未来を考えました。今のままでは、子どもたちがやりたい事ができないと思い、自分が一生続けたい職業の資格を取って開業しようと決めました。

整体師は、実は夫がやってみようとした職業でした。私も、腰痛・肩凝り・頭痛がひどく、幼い頃からはり・きゅう、マッサージに通っていて、そのときの女性の治療師の先生が好きで憧れていたこともきっかけの一つとなりました。

Q子育てをしながら働くことはどうでしたか？また、PTA活動に参加してみてどうでしたか？

将来の夢は「お母さんになること」でした。しかし、資格を取得し開業して、家庭と子育てに必死で、他の家庭やお母さんがどうしているかなんて全く知る余地も興味もなかったです。集客して稼ぐことと、家庭と子育てをこなして我が道を進むしかありませんでした。

つらいと思ったことはないですが、振り返れば、時間と心に余裕がなく常にイライラした母親、保育園や学校のやるべきことをただこなし、ガミガミ言っているだけの怖い母親だったと思います。将来の夢の「お母さん」とはかけ離れていました。

ただ、家で食事や学校のお弁当はお総菜を利用せず、全部手作りすることと、学校に協力する委員会活動だけは必ずやることにしていました。

ゆっパルの由来

この地方の方言で、「結ぶ」という意味の「ゆっばる」と、英語で「仲間・友だち」という意味の「パル」からできています。『一人ひとりの思いが結びついて仲間をつくる』という願いが込められています。



十和田市男女共同参画市民情報誌「ゆっパル」編集委員によるコーナーです。



「あおもり食命人」にも登録されています

小野さんは、旬の県産食材を生かした健康的な食事を広く提供する食環境をつくることで、県民の健康的な食生活を後押しする「あおもり食命人」に登録されています。「身近な食材を日常的に取り入れ、バランス良くシンプルに楽しく食事をする」ことを目標にしているそうです。

Q仕事をする上で大切にしていることはありますか？また女性が活躍するためにどんなことが必要だと思いますか？

私はまだ成長途中ですが、感謝・努力・責任・向上心を大切にしています。女性が活躍するためには、まずは自分を大事にすること。自分を大事にしないと相手から大事にされません。自分を磨き喜ぶことは、家族も磨かれ喜ぶこと。それが社会へ出ると人を引き寄せる魅力となり、ステージ(活躍の場)に立てると思います。

Q今後新たに取り組みたいことなどはありますか？

今までがむしゃらに取り組んできましたが、技術向上してきた従業員とともにより丁寧かつ、よりお客さんに喜んでもらえるように探求して技術・調理のサービス提供をしていきたいです。

もちろん、ライフワークである整体施術は70歳まで頑張り続けたいです。そして、3人の息子たちの夢の土台づくりを陰ながら支えたいです。

■インタビューを終えて

小野さんは、大変なことがあっても「つらくはなかったです」「勉強になりました」と明るく前向きに捉えてもらっていました。目の前にあることを一つ一つ淡々とこなすことを心掛けていたそうです。

そして、誰に対しても低姿勢で、有言実行で行動力のある人だと感じました。その姿勢がお客さんからの支持、そして従業員の皆さんがついていきたくなる環境を生み出しているのだと思いました。

女性の力を発揮できるまちづくりには、多くの女性の力が必要です。仕事と家庭の両面で、相互に協力し能力を発揮できるまちづくりを目指しましょう！

ホットな一句



◆◆ 編集後記

- 私も自分を大切に、目の前にあることを一つ一つ丁寧にやっていたと思いました！(U)
夢だった仕事を継続させるためには、困難なことも多いですね。現実を乗り越えるパワーを鍛えなくては！(K)
小さな風を吹かせて、どんどん周りの人を巻き込んでいつの間にか大きな力となる人。いいですね～(S)
子育てしながら仕事をする上で、自分も大切にすることはとても大事なことだと思います。(S)
体力には自信がりましたが、関節と脳の老化を日々感じます。パワーのある方の話を聞くと元気がでますね。(N)
私も20代に生き方探しをしたことを思い出しました。満足した人生だったかなー。みんな、大人になるんだよねあ…(F)

「さんかく日和」その15

Akemi.N



編集 十和田市男女共同参画市民情報誌
ゆっパル編集委員

漆舘 優美花、木村 奈生美、笹森 栄子、
新藤 幸子、中野渡 明美、深谷 淳子

発行 総務課 広報男女参画係
☎6702