

銚田市男女共同参画推進事業 誰もが活躍できる共生社会へ

HOKOTA Woman Interview

銚田市では、男女共同参画推進事業の一環として、誰もが自分らしく活躍できる社会の実現を目指し、地域で活躍する女性を「ロールモデル」としてご紹介していきます。「ロールモデル」とは、生き方や働き方の参考になり得る存在のことです。今回は銚田市縦山でベーカリーカフェを営む石崎菜穂美さんにお話を伺いました。

ベーカリーカフェを始めたきっかけは？

以前はパン屋で働きながら、趣味でもパンづくりやお菓子づくりをしていました。次男の小学校入学に伴い家でできる仕事がしたいと思い、パン教室を始めました。パート勤務からパン教室講師となったのが、これまでで**1番の挑戦**でした。

その後、「パンを注文したい!」とお願いされる事が増えたため、週1日営業のパン屋を始めました。更なる発展を目指し、2年ほど前からパンとドリンクを楽しめるベーカリーカフェとして営業しています。



公民館講座で講師



ベーカリーカフェのパン

ロールモデルや影響を受けた人物は？

母方の**2人の叔母**です。2人は料理、お菓子、保存食を作るのが得意で、それに対する**好奇心も旺盛**。自宅に伺うと、「これ作って見たの!食べて〜」と初めて食べる美味しいものをごちそうしてくれました。明るくて気遣いができるセンスの良い叔母にとっても憧れています。

仕事と家庭のバランスをどのように取っていますか？

子育て真っ最中の時は、バランスが取れていなかったと思います。睡眠を削ることが多く、色々な人の助けがなければ出来なかったことが多いです。その中でも、作り置きなどで時短はしていました。やらなくてはならないと思っている事は、**本当に必要か**を考えました。

これまで直面した困難や壁をどのように乗り越えましたか？

困難や壁は、「自分がどう感じているのか」だと思います。どういう思考があるから壁に感じているのかを内観することが大切。人と話し、自分以外の価値観を知ることで内観出来ます。**今思う“解決策の中の小さな一つ”**を行動してみるようにしています。

女性としてキャリアを築く上で、意識していることは？

「女性」という人生を生きると子育てや家事、体調不良などの負担が男性より多い場合があると思いますが、私たち夫婦はお互いをサポートしやすいように、**コミュニケーションを取り、思いやりを持つ**ことを大事にしています。

赤色に成熟していく青りんごのように

常に目標に向かって進んでいきたい



「ベーカリーカフェ青りんご」経営 石崎菜穂美さん(43)



- 【職業等】 ・「ベーカリーカフェ青りんご」を金・土・日で営業
・銚田市公民館講座講師・出張パン教室
- 【資格等】 ・パン・ブーランジェ資格・パンシエルジュ検定1級

今後挑戦してみたいことは？

コラボの仕事をしていきたいです。先日、台湾アフタヌーンティーのカフェと料理教室をしている先生とコラボしました。**アイデアが1+1=10**くらいになるような体験が出来たので、誰かと私とで良いもの、良い空間を作り出すことに魅力を感じます。



台湾アフタヌーンティーとコラボ

メッセージ

石崎さんからキャリアアップを目指す方々へ



楽しいことだけ続けると楽しさは分からなくなり、苦しいことだけ続けると自分が健康で居られない。どんな時も中庸(※)に戻る時間を持つと楽しくがんばれると思っています。

私は、大変な時、子ども達それぞれのママ友達にすごく助けられました。時々で感謝を伝える場面はありましたが、もっと伝えても良かったかなと思っています。

なので、感謝は大きめに伝えることが大事だと思います。

※中庸(ちゅうよう)
偏らず常に変わらないこと。過不及(程度を過ぎたり、程度に達しなかったりすること)がないこと。