

## 沿線の元気人にインタビュー！

## MONORAIL PEOPLE モノレールピープル

車窓からの開放感あふれる景色と  
北摂へのアクセスのしやすさが気に入っています



「男の手料理研究家」**吉田清彦**さん

男も料理を楽しんで、  
生き方や暮らしを豊かに彩ってほしい。

## ■プロフィール

1944年12月5日生まれ。調理師となり、約40年。1990年に男性向けの料理教室を開き、翌1991年から男性の生き方についての講演活動にも従事。現在、料理家と講師の両方面で積極的に活動中。

暮らしの原点として、  
料理の大切さを広めたい

「男の手料理研究家」として、

どのような活動をされていますか。

男性に向けた料理教室を、尼崎や岸和田、宝塚など関西各地で開いています。現在は、料理だけではなく「男の生き方セミナー」や、「食育講座」など、講演活動も積極的に進めています。

「男性向けの料理教室やセミナーを始めた理由は？」

多くの男性が、会社人間として仕事中心の生活を送っています。ストレスがたまり、息がつかないような思いをしているのではないかと。そこで、「食」には命や健康を支える大切さと味わう楽しみや喜びがあり、人生の価値は仕事だけではないと伝えるため、料理教室を始めました。

また、受講生の多くは、50〜60歳代の戦後日本の急成長を支えた団塊の世代。いざ、定年を迎えると、その後の人生で迷う方が多くおられます。そこで、第2の人生を豊かにするために、料理を通して、家庭を支える喜びをさらに感じてもらいたいと思い、活動を続けています。

色あせることない  
料理への情熱

「得意料理や、秋におすすめの食材を教えてください。」

調理師として40年近く働いてきたので、さまざまな料理の経験があります。中でも家庭料理が一番得意ですね。季節の野菜を中心に、できるだけ日持ちするような料理をつくりたい。本当においしいと思うのは、梅雨が明けてからのトマトや、

真夏の枝豆や苦瓜など、旬の野菜。秋は、やっぱりサンマ。ほかにきのこ類やいも類もオススメです。中でも、いも類は濃いめの味付けで煮込むと、冷めてもおいしく日持ちもします。で、常備菜として重宝ですよ。

「これからの活動について教えてください。」

食育などの考えが一般に広まって、料理の基本を教わりたいたいという方が増えているように思います。今後は、その流れに沿ってさらに活動を活発にしていきたい。それによつて、誰もが基本的な料理をつくり、家事を分担できるような世の中になればいいですね。

「料理を通して、一人でも多くの方の人生を豊かにしたい。その思いは、今後、たとえ杖をついても、車椅子に乗っても変わることはないと思います。いつかは老人だけの料理教室を開きますよ(笑)。」