

# さくらおか みちこ

山口県光市出身・東京都小金井市在住

一番好きな野菜は「にんじん」

一番好きなスイーツは「チーズケーキ」

今はまっているのは「シュークリーム」

KAT-TUN と YOSAKOI をこよなく愛するアラフォー女子。



4人兄弟の長女として生まれ、小さい頃からお世話好き。夢を叶えて保育の道へすすむ。「保育は天職！」そう思ったタイミングで別の職業も経験しておきたいとサービス業へ転職。

体に優しい食事をとることの大切さを体感し浅倉ユキが代表を務める肉・魚・乳製品・白砂糖・だしを使わない野菜料理「ゆるベジ」の魅力にはまり二人目を出産して半年でゆるベジインストラクター養成講座へ申し込む。

## ■ P R ■

【料理を通して】…誰でもカンタン野菜中心のごはんとおやつで体力アップ、免疫力アップ

【子どもとの豊かな日々を創る】…大人も子どもも好きなことがあり没頭できる。積極的にやろうとする。イメージしたものを形にできる。

【子どもシェフ】…野菜が好き。自分の健康を維持できる食事を選ぶことができる。

★野菜が主役の食事レシピ提供を通して子どもの可能性を最大限に広げる環境サポートをナビゲートするのがわたくしの使命です★

「パン・うどん・牛乳・ヨーグルトしか食べない！」

出産した我が子の食わず嫌いに悩み食育を学ぶことで約4ヶ月で食の悩みを解消。年中風邪をひいてアレルギー持ちだった体質も改善し今では自分の好きなことに没頭できる小学生に成長する。

そんな経験から「子どもの可能性を最大限に広げることができるのは一番近くにいる大人の特権」だと思い天職だった保育士を辞めて野菜が主役の食事レシピ提供を通して子どもの可能性を最大限に広げる環境サポートをナビゲートする仕事をしている。



株式会社 声ぷろ

東京都台東区台東2-6-6 陽輪台みかみビル703号

TEL: 03-6284-2087 FAX: 03-6284-2097