MAINICHI 素敵にきれい vol.5

in そごう劇場 2008.6.11 COMING SOON!

「MAINICHI素敵にきれい」第5弾は、「食」×「美」～Inner Beauty Design～インナービューティーデザイン。この言葉、ご存知でしたか？外面だけでなく、内面からの輝きの大切さを強く感じ、内からの健康美、“インナービューティ”をお伝えしたいと関西唯一のシニアベジタブル＆フルーツマイスターを取得された関宏美さんに野菜やフルーツを中心とした美容・健康へのアプローチを楽しくお話して頂きます。女性必聴です！

めざすのは昨日よりもワンランク上のワタシ。「素敵にきれい」オーラをまとうオンナ。

インナービューティー

ベジフルマイスター直伝「食」×「美」の魔法

女性が元気に輝き続けられるお手伝いがしたい

ベジタブル&フルーツマイスターは通称「野菜ソムリエ」と呼ばれる野菜のスペシャリスト。野菜や果物の知識を消費者へ伝えるベジフルマイスターの頂点にあたるのが、シニアベジタブル&フルーツマイスターです。その、シニアベジフルマイスターになるきっかけは母を救いたいとの思いからでした。皮膚治療の後遺症による肌トラブルが原因で、太陽のように明るい母が家に引きこもりがちになっていたのです。当時はまだ学生で、母を救いたいと思ってもなす術がなく悩んでいた時、テレビで火傷や母斑などをメイク技術を用いて、社会復帰に繋げる活動をされている女性の姿を見て「この技術なら！」と早速東京へ通い、メイク技術を習得。母も大変喜んでくれて、自分でもメイクができるようになり、颯爽と外へでかけられるようになりました。それをきっかけに7年前から老人ホームや障害者支援センターなどへメイクのボランティア活動をするうようになったのですが、メイクのパワーは凄くて、口紅をさすだけ、頬紅をひとはけするだけでも、お婆ちゃま達の表情はすごく素敵に変わるんです！女性にとっての「美」はただ美しくなるということを越えて、その人を笑顔で輝かせ、明日も頑張ろうって生きる原動力になるんだと感じました。そこで、女性がもっと元気に輝き続けられるようなお手伝いをするためには、外側からのメイクとともに、食を通じた内側からの健康美、つまりインナービューティーが大切だと行き着いたんです。調べるうちに野菜ソムリエの資格があることを知り、野菜が大好きなこともあって6年前に資格を取ったのです。

美の基本「知って食べる」

旬の物を食べる事と人間の体には不思議と密接な関係があることも当日お話したいと思っていますが、野菜ソムリエの役目は野菜や果物の種類や成分などを伝えるだけではないと思っています。例えば、私たちが日々、口にしている食材の作り手の思いや御苦労やこだわりというのはなかなか消費者には伝わりにくいものです。それを私たち野菜ソムリエがお客様の前でお話することによって、このひと皿の食材の奥のベジストーリーを知って頂ければ、その美味しさや感謝の気持ちが変わってくると思うのです。例えば、形の悪いものでも理由があって、でも食べてみると規格外だけれどもこういうところが美味しいとか、栄養価が高いとか、その魅力を伝える者がいることは大切だと思います。

日常と切り離せない「食」だからこそ知っておきたいチョットしたノウハウ。食材の選び方、調理法、盛り付け等を知るだけで生活は豊かになりますし、家族の健康はもちろん、ご自身が輝き続けられるヒントをたくさん持って帰って頂ければと思っています。

元気でいるために自分自身を知り、それに対して改善する方法を知るということ。知らないよりも「知って食べる」ことが大切だと思っています。

わたしがアドバイスします

株式会社 S-tage 代表取締役
関　宏美 シニア・ベジタブル&フルーツマイスター

立命館大学大学院修士課程卒業。
メイクのプロ養成スクールにて習得した技術をもとに、障害者支援センター、老人ホームにて7年間にわたりメイクボランティア活動をするうち、「外面だけでなく、内面からの輝きの大切さを強く感じ、内からの健康美、“インナービューティ”をお伝えしたいと2002年ベジタブル＆フルーツマイスターを取得。『ベジフルビューティー講座』の関西講師を務める。雑誌、新聞へ執筆活動をはじめ、2008年には、ザ・リッツ・カールトン大阪 フランス料理『ラ・ベ』において、年間を通じ、シェフとのコラボレーション『インナービューティー＆スペシャルランチ』を開催。また、ベジフルコミュニティ奈良代表として小学校、幼稚園での食育講座など地域に根付いた発信も行っている。食を通じた「集い」、出会えた「感動」をお伝えしたい」と、日本パーティースタイリスト協会の総合プロデュースにも携わる。2007年8月に同協会の常任理事に就任。「女性がいつまでも輝き続けられる社会をつくりたい」という夢を胸に日々活動を続けている。

■株式会社 S-tage 代表取締役
■シニアベジタブル＆フルーツマイスター
（ベジフルコミュニティ奈良　代表）
■日本パーティースタイリスト協会
総合プロデュース、常任理事
<http://www.party-s.jp/>
■ベジフルビューティー講座／講師
<http://www.vege-fru.com/beauty/>
■ホームパーティースタイリスト講座／講師
■薬膳アドバイザー
■食・住空間プロデューサー
■メディカルメイクアップアーティスト

◇企画制作協力／株式会社ジー・エム・オー
TEL.06-4963-4888

そごう心斎橋本店ではココをcheck!

母の日のギフトにおすすめのお花を豊富に取り揃えました。

「母の日フラワーステーション」開設
◎5月11日（日）まで
◎1階 = 心斎橋筋商店街側 特設会場

「母の日カーネーション88円キャンペーン」
◎5月10日（土）・11日（日）
◎地下1階 = 日比谷花壇
対象‥中学生以下のお子さま　※おひとり様１本限り[各日限定30本]

MAINICHI 素敵にきれい vol.5 セミナー

インナービューティー ベジフルマイスター直伝「食」×「美」の魔法

“インナービューティー”
それは「食」を通じた美容・健康へのアプローチ。
シニアベジタブル＆フルーツマイスター、通称「野菜ソムリエ」と呼ばれる
野菜のスペシャリスト 関宏美さんによる
内面からあなたらしく美しく輝くライフスタイルのご提案です。

日時 2008.6.11（水）●開演／19:00 ●開場／18:30～
会場 そごう心斎橋本店14階「そごう劇場」

Profile

関　宏美さん
●せき・ひろみ
株式会社S-tage 代表取締役
シニアベジタブル&フルーツマイスター
外面だけでなく、内からの健康美、“インナービューティ”をお伝えしたいと2002年シニアベジタブル＆フルーツマイスターを取得。『ベジフルビューティー講座』の関西講師を務める他、輝く女性の社会の為に活躍中。

<特別講師 関 宏美さん> Hiromi Seki

応募方法 ●●●● **280名様ご招待**

ハガキに〒住所・氏名・年齢・参加人数を明記のうえ、下記宛先までお申し込み下さい。応募者多数の場合は抽選で受講証をお送りします。
●あて先…〒530-8030　大阪中央郵便局私書箱321号
「MAINICHI 素敵にきれい」係
●締切り…2008年5月30日（金）必着
●お問合せ…☎06-6346-8661　毎日企画推進センター
（土・日・祝を除く平日10時～17時）

参加無料

※ご応募頂いた際の個人情報は受講証の発送以外には使用いたしません