



地域情報紙

ふれあしーど

福山を中心に12万世帯に無料配布

発行日 2014年10月10日 金

今後の発行スケジュール ●=発行日 ◎=休刊日

10月														11月														
●	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎					
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金

もくじ
-contents-

- 2面/異業種リレーのわ
- 3面/不動産ガイド
- 4面/有名私立中・高等学校オープンスクー
- 6面/3連休のオススメ!おでかけスポッ
- 8面/しーど君のイイもの見~つけたっ

【発行所】(株)プレスシード 〒720-0004 広島県福山市御幸町中津原177
 TEL.084-955-8815(代)/FAX.084-955-8816
 ●配布に関する事は...TEL.084-955-8835 E-mail info@press-seed.jp

Human 顔 CloseUp

ナチュラルホームメイドケーキ
Nature ナチュレ オーナー **佐藤 都子** さん(53)

福山市加茂町芦原167-1 ☎084-972-5888 <http://nature-fukuyama.jp>



白砂糖を使わない健康志向
 「だれもが安心して食べられる、体にやさしいケーキを」と願い、白砂糖を切替わす、甘さも控えめ、素材を厳選した手作りのシフォンケーキを焼く佐藤さん。今年7月にオープンしたばかりの店には、「私も料理する時に、白砂糖を使わないんです」という健康志向の客が多く訪れ、早い時刻に完売してしまうこともあるほど。

白砂糖を使わないのは、「ビタミンやミネラルを除去され、真っ白に精製された化学物質で、様々な不調を招きやすいから」と語り、使う甘味料は「こんざい糖を中心に、はちみつや黒糖、メイプルシロップなどの天然素材にこだわる。他の基本材料も、国産小麦粉に国産全粒粉、卵は平飼有精卵、油は太白ごま油と徹底している。

人は食事からできる
 なせかまで安心のお菓子にこだわるのか。実は、佐藤さんは20歳の頃病気になる経験があるから。心も体も元気になる経験があるから。「体は食べ物からできる」

安心のシフォンケーキ専門店

と実感したという。その後統合医療の施設で調理師として働き、結婚後は4姉妹の母として、「子どもたちが3歳になるまでは」と13年間主婦に専念。その間も、毎日子どものおやつに白砂糖を使わないパンやケーキを焼き、料理にこだわってきた。

いちど完全予約制のケーキ屋を開いたが、家事ができないほど多忙になり断念して、介護業界へ13年。そして、「子どもたちも自分の道を歩み始めた今ならできる」と、改めてオープンした。「お客様が健康で、おいしく食べてくださっている姿を想像しながら、一つずつ丁寧に作っています」と、念願かなって納得のものを提供できる喜びをかみしめる。

心と体を癒すカフェを展望
 現在約40種が日替りで楽しめ、季節限定品や塩味のシフォンを入れること、今後2000種は可能」と世界を膨らませている。また、今月11日から店内に絵や陶芸のギャラリーを併設。ちようと腰かけてお茶が飲める場所をつくり、お客様や新たにギャラリーを利用したい人とも交流したいと考えている。

将来は、乳幼児から高齢者までの幅広い年代と、医療施設にも関わってきた経験をいかして「食事で病気を予防し、自然治癒力が復活するような店を開きたい」。有機農業をしながら、古民家カフェを営む構想を練っている。