

～食堂 Café～ YAKUZEN

横手市横手町四ノ口125-1
Tel. 080-6035-3791
[営業時間] 11:00～19:00(ラストオーダー18:30)
日曜・火曜 11:00～14:30(ランチタイムのみ営業)

事業計画作成時を振り返り、「アドバイスを受けてビジョンが明確になった」と吉田さん。



「薬膳」とは何か、魅力やおいしさを広める



～食堂 Café～ YAKUZEN

昨年度の「ビジネスプランコンテスト」で入賞した吉田七重さん。
店舗を訪ね、その後を追った。

体に優しいメニューを提供

昨年12月18日に、秋田市にぎわい交流館「AU」で行われた「あきたビジネスプランコンテスト2015」の最終審査会で優秀賞を受賞した吉田七重さん(横手市)。「自然食材を使った料理と薬膳料理をメインとした健康食堂カフェの開業」と題してプランを発表した。

健康食堂カフェ「～食堂 Café～ YAKUZEN」は、昨年10月にオープン。地元の旬の野菜を中心に、酵素玄米、豆、雑穀類を使って食材のおいしさや栄養を生かした薬膳料理や、中国茶のカフェメニューなど体に優しい食を提供している。

女性客に人気のYAKUZENだが、最近では健康に注意を払う男性客も増えている。週末に県外から足を運ぶお客様など、着実にリピーターを獲得している。

2年かけて計画を練り上げる

介護福祉士、ナチュラルフードコーディネーター、薬膳コーディネーター、介護食アドバイザー、福祉住環境コーディネーターなど、様々な資格を持つ吉田さん。YAKUZENを始める前は、介護福祉士として施設に勤務していた。訪問介護などで高齢者と接する中で、食事が健康の維持にいかに大切であるかを実感。「中国に『医食同源』という言葉があるように、日頃からバランスの良い食事を摂ることで病気を予防できる。そこから薬膳の考え方、食事法に辿り着いた。福祉や介護の知識・経験、資格を生かしながら、薬膳を通じて健康になれる食を提案したいと考えた」。事業計画は、よろず支援拠点のアドバイスを受けるなどして2年かけて練り上げた。

もっと魅力を広めたい

薬膳料理とは何か。吉田さんは食事を提供しながら啓蒙活動にも取り組んでいる。「薬膳とは、旬の食材を使ったバランスの良い食事で体調を整え、免疫力や自然治癒力を高める食事法のこと。『薬のような味?』『漢方のような特別な食材を使うの?』といった誤解が多い。店に来て薬膳とは何かを知って『身近な食材で作れるものなんだ』『これなら普通の食事に取り入れられる』と驚く人は多い」

“薬膳”の魅力をもっと広めようと、次の取り組みも考えている。「お客様の体調を聞き、食事のアドバイスをしながら、その人に合った食事を提供するもの。食で元気になってもらいたい」

現在は女性起業家達とコラボしてYAKUZENを会場に講座を開き、新たなファンを増やしている。



A 店の周囲には平鹿総合病院や医院、薬局などが点在。それら施設の往き帰りに立ち寄りのお客様も多い。

B 食材の持つ甘さを活かし体に優しいスイーツの提供も。スイーツはテイクアウトも可能。

事業概要 あきたビジネスプランコンテスト

県内での創業・起業意識の醸成と、独創性のある経営計画を持つ起業家を発掘するため、年に1回開催するコンテストです。
● Facebook「あきたビジネスプランコンテスト」でも情報を発信しています。

お問い合わせ

あきた企業活性化センター 総務相談グループ
総合相談担当

TEL 018-860-5610