



元気をくれる玄米  
口元ほころぶ、その力を信じて

株式会社 命根や  
代表取締役  
**上野 沙織**さん

**PROFILE**  
1985年熊本県出身。米農家の家庭に生まれ、父から受けた食育を原点とし、家族や友人に健康的な食事を提供したいという想いから、冷凍玄米おむすびのオンライン販売を2020年に開始。2021年大丸福岡天神店 本館2階に『ひとむすび』をオープン。2025年2月に平尾に加工場兼店舗を新設。

**玄氣おむすび ひとむすび 大丸福岡天神店**  
④福岡市中央区天神1-4-1 大丸福岡天神店 本館2F  
⑤092-712-8181(代表) ⑥10:00~OS17:30  
⑦大丸福岡天神店の休館日に準じる

外食産業をリードする方々に、  
飲食の仕事の魅力、  
今後の展望などを語っていただきます。

# 列伝

RETSU  
DEN

玄米で育った食経験を基盤に  
美味しい価値を生む

上野沙織  
撮影／上田晴司  
取材・文／生野朋子

# 食人

SHOKU  
JIN

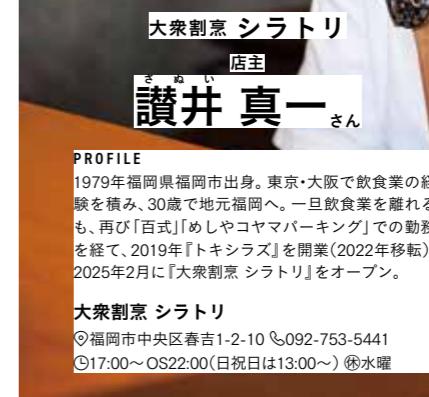
Catch the dream!

実直に味を追求。行き着いた答えがそこにあった。料理に定評のある『トキシラズ』、そして姉妹店『シラトリ』の店主・讃井真一さんとのこれまでの歩み振り返る。

東京の大学に通っていた頃に居酒屋のアルバイトを経験し、飲食業へ進むことになった讃井さん。「夢を持って働く人の姿を見て憧れを抱くようになりました」。東京の個人店で働き、結婚を機に安定を求めて多店舗を開拓する会社に所属。東京や大阪で勤務し、店舗立ち上げなどマネジメントに関

**美味しいものを絶対に出す**  
**悩みの中で生まれた決意**

**美味しいものを絶対に出す**  
**悩みの中で生まれた決意**



**PROFILE**  
1979年福岡県福岡市出身。東京・大阪で飲食業の経験を積み、30歳で地元福岡へ。一旦飲食業を離れるも、再び「百式」「めしやコヤマバーティング」での勤務を経て、2019年「トキシラズ」を開業(2022年移転)。2025年2月に『大衆割烹 シラトリ』をオープン。

**大衆割烹 シラトリ**  
店主  
**讃井 真一**さん

④福岡市中央区春吉1-2-10 ⑤092-753-5441  
⑥17:00~OS22:00(日祝日は13:00~) ⑦水曜

**己に課したのは妥協しない料理の質**  
そして迎えた独立、2019年『トキシラズ』を今泉に開業。「居酒屋以上、割烹未満」というコンセプトで、若い世代でも気軽に質の高い料理を食べられる場として味わいを追求した。「キャラやエントメで独自性を出せる性分ではないので、料理で勝負することを自分に課しました」。2022年に渡辺通に移転し、さらに2025年春吉に姉妹店をオープン。より大衆的に日々の食事を楽しめる『シラトリ』の誕生だ。「カジュアルな店ですが、料理の質は妥協しない」と、その意思を貫く。そんな讃井さんの元には、「料理が上手になりたい」というスタッフが集まっている。「今は独立も厳しい時代。労働環境を整え、社内の活躍の機会を与える経営をしていきたいですね」自身が得た今があるから、安心して働く事がその後の原動力となりました」。

おむすびのオンライン販売なら、受注制作で子育てしながらできるのではとの考えに至った。玄米の「かたい」「炊くのが大変」というイメージを払拭し、手軽に美味しく食べもらいたいという想いが形となり、2020年オンライン販売をスタート。その後、大丸福岡天神店へのイベント出店をきっかけに、本館2階に店舗を出すまでになりました。「内見に来た時に大きな窓から緑が見えています。ここで店をするのもいいなと、直感で決めました」。

単品のおむすびに加え、味噌汁と小鉢のセット、しっかりと食べたい人向けに唐揚げなど単品メニューも用意。出身地・熊本の米

を使いたいと、水がきれいな場所を探し、菊池水源のある七城町の米を選んだ。「生産者の話を聞く中で、安く仕入れるのではなく、作り手の想いが込められたものを適正な価格で仕入れ、自分たちで価値を見出して提供することが大事なんだと感じました」。

惱み、迷い、離れ、そして覚悟を得た今があるから、安心して働く場への思いは強い。

**心を込めてやさしく結び命を支える食習慣に**

おむすびは幼児から高齢者まで、幅広い層に愛される食べ物である。「体調が悪い時もおむすびだと食べられたり、人を元気にする力がある」と信じています。父の影響で添加物不使用や手作りにこだわるが、食は楽しいのが一番。自然と体に良いものを無理せず取り入れられる店を目指している。他にも九州産の野菜や茶葉、器などの伝統工芸品も積極的に取り入れ、日本人が古くから親しんできたものが喜んでいる感じがします」、そんな声が何よりの励みだ。「自分で考えて行動したことにお客さまから喜びの言葉をいただき、仲間で共有できることに喜びを感じます。人と人を結びながら、命を支える食に関われる仕事は、幸せでいっぱいです!」。玄米の炊き方や美味しい食べ方も教えてくれ、玄米食を習慣へと導いてくれる上野さん。口元がほころびる、食生活をここから始めよう。

ソワニエプラスは  
食に関わる人たちを応援しています。

**ソワニエ+**  
produced by FM FUKUOKA

「福岡の美味しい」を極める！

クリームの新しい世界を広げる、  
生乳のおいしさを濃縮した自信作

**Crème pour SOIGNER**  
クレーム・ソワニエ

飲食専門の求人サイト  
**ワルメキャリー**  
gourmet caree

毎週木曜日更新！

QRコード

Omu brand オーム乳業株式会社

辛旨スッキリな飲み口  
純米酒 バリ辛口  
**萱島**  
720ml 1,400円(税込)

お求めはこちら  
www.jizake-p.com  
TEL 092-533-3587

1台2役!  
ご飯盛り&おにぎり製造  
**うまい!**

飯盛りおにぎり達人(MMO)  
ホームページは  
こちら

不二精機株式会社

私たち  
夢と希望に満ちた  
福岡の飲食業界を  
応援しています。

だが改めて福岡で修業の場を探していった時、自分の甘さを痛感。「今思えば、どんな店をやりたいのか、明確なイメージを持っていかなかつた」。そんなある日、紹介されたのが、炉端焼きブームの火付け役としても知られる「百式」だ。そのスタイルは唯一無二。4年その現場を体感し「人と違うことをやる」「人を喜ばせることに妥協しない」というマインドを得て、独自性をさまざまな意思決定の核に据えることになった。