

【Hirosaki Vital Note No.4】

「アートの力で街を盛り上げたい」｜NPO 法人 harappa 事務局　太田尚子さん

　弘前市で活動する“人”をテーマに、その想いとともに取り組みを発信する連載「Hirosaki Vital Note」。今回の取材では、弘前市文化財に指定されている「百石町展示館」内にある昭和レトロな雰囲気のコトリ cafe を運営する NPO 法人 harappa 事務局の太田尚子さんを伺いました。

太田　尚子さん

経歴:弘前大学大学院地域社会研究科博士課程単位取得退学。
大学でアートプロジェクトによるまちづくりを学んだ後、NPO 法人 harappa で活動。

コトリ cafe の成り立ち

――「コトリ cafe」を始めるに至った背景について教えてください。

太田さん： 私たち NPO 法人 harappa が市から委託を受け、百石町展示館の指定管理を行っていました。そんな時、百石町展示館に入居していたお店が撤退することが決まりました。それなら、これを機に、カフェの運営も含め、展示館全体を活用できたらいいなと考え、カフェを開業しました。

太田さんが harappa で活動を始めた経緯

――NPO 法人 harappa でのお仕事について教えてください。どのような経緯で働き始めたのでしょうか？

太田さん：私は大学時代、まちづくりを専門に学んでおり、アートプロジェクトに非常に興味を持っていました。きっかけは、高校時代に弘前市のれんが倉庫（現在の弘前れんが倉庫美術館）で行われた奈良美智さんの展覧会を訪れたことです。展覧会だけでなく、街全体が展覧会を応援している雰囲気に感動し、アートを活かしたまちづくりに興味を持つようになりました。その後、弘前大学の教育学部に進学し、地域との関わりを深めながら harappa でアルバイトをしていました。卒業後も harappa の活動に共感し、そのまま働くことを決意。もともと 2 名で運営していた時期もありましたが、現在は私が中心となり、地域の文化や芸術を支える場として活動を続けています。

コトリ cafe の名前の由来

――「コトリ cafe」という名前の由来を教えてください。

太田さん：また遊びに飛び立つために、小鳥がひとやすみできるような、ほっとできる場所になれたらという思いを込めて名付けられました。

店舗の雰囲気とこだわり

――コトリ cafe の内装や雰囲気で特に意識されていることはありますか？



太田さん： 実は、お店には窓がないんです。そのため圧迫感が出るのでは？と思われがちですが、天井が高いため開放感のある空間になっています。また、レトロな雰囲気の建物自体が持つ魅力を活かしながら、居心地の良い空間を作るよう心がけています。

カフェの特徴と人気商品

――コトリ cafe の主要商品や特徴を教えてください。

太田さん： コトリ cafe といえば、米粉を使ったマフィンがシンボル的な人気商品です。その日の気分で選べるよう、日替わりで 2～3 種類を提供しています。種類は何百種類とあり、旬の食材を活かしてスタッフが手作りしています。

　また、米粉をベースにしたキッシュもとても人気があります。地元の新鮮な野菜を使用し、グルテンフリー志向の方にも楽しんでいただけるメニューになっています。



――スイーツ以外にも、お食事メニューはありますか？

太田さん： はい、米粉を使ったランチプレートもご用意しています。こちらも新鮮な地元野菜をたっぷり使用し、特に女性のお客様から人気があります。メインディッシュはキッシュまたはご飯から選べる形で提供しており、価格も手頃でご好評をいただいています。

グルテンフリーの魅力

――メニューに米粉を使用するきっかけは何だったのですか？

太田さん： もともと定番メニューではなかったのですが、お客様からの要望が多く、現在では定番の人気メニューとなっています。

　やはりグルテンフリーの食事は、アレルギーを持つ方や特別な食事要件のある方にも対応できるという点で、多くの方に喜んでいただいています。米粉を使うことで、軽い食感と独特の風味を楽しめるのも魅力ですね。現在では、マフィンやキッシュだけでなく、米粉を使用したデザートメニューも展開しており、テイクアウトも可能です。ぜひ一度試してみてください。



⚲ コトリ cafe　青森県弘前市百石町 3-2

公式サイト：NPO harappa：コトリ cafe ／ コトリカフェ

取材を終えて～グルテンフリーと健康的な暮らし～

　グルテンフリーとは、小麦などに含まれるグルテンを除いた食事スタイルを指します。自分でグルテンフリーのおやつを作るのはなかなかハードルが高いですよね。弘前の街中で、気軽にグルテンフリーのおやつを手に取れるのは、とても素敵なことだと思います。小麦アレルギーの方や、グルテンフリーに関心のある方には、ぜひコトリ cafe の米粉マフィンを試してほしいです。

　近年、食事が私たちの心身に与える影響についての研究が進み、特に腸内環境の重要性が注目されています。腸は「第二の脳」とも呼ばれ、健康な腸内環境を維持することが、免疫力の向上や精神の安定につながるとされています（出典：日本消化器学会「腸内環境と健康」）。

　毎日の食事に、ほんの少し米粉を取り入れることで、体に優しく、美味しく、持続可能なライフスタイルを実現できるかもしれません。毎食すべてをグルテンフリーにするのは難しいかもしれませんが、忙しい毎日の中で、ちょこっと健康に気を遣った暮らしを目指してみませんか？



撮影・構成・執筆/中野皐月

※本記事は弘前市健康とまちのにぎわい創出事業の一環で作成しています。