

# 今日は、ベジ気分!

ベジタリアンと大豆は切っても切れない間柄。  
少し、ベジな生活をのぞいてみませんか?

第2回日本ベジタリアンアワード企業賞を受賞、「T's レストラン」「T's たんたん」をはじめ多方面で「Smile Veg (スマイルベジ)」という新しい食のジャンルを展開中のTOKYO-T's (株)代表取締役社長、下川祠左都さんを、加藤裕子をご紹介します。



「おいしくて、みんなで食べられて、それでいてカラダに良い」それが下川祠左都さんのモットーです。  
「アレルギーや食事制限がある人、動物性食材を食べたくない人も安心して食べられる」ようにするため、提供する料理には肉・魚介類・乳製品・卵を一切使っていません。大切にしてるのは、お肉が好きな人も満足でき、どんな人も笑顔で一緒に楽しめる食を提供するということ。下川さんはそんな料理を「スマイルベジ」と名付け、フレンドリーなイタリアン、中華などと同じような食の新しいジャンルと位置づけています。

## ●「スマイルベジ」とは●

2009年のT'sレストラン開業以来「スマイルベジ」は外国人も含む多くのお客様に支持され、動物性食材不使用の担々麺などを気軽に楽しめるT's たんたん、カレーなどのレトルト食品やだし等調味料の販売、カップ麺の開発、羽田空港の「空弁」や渋谷のTOKYO FOODSHOWでの総菜販売、給食イベントなど、多方面で展開を続けています。

## ●気軽に楽しんでほしい●

動物性の食材を使わない料理がなぜ健康にいいのか、下川さんは次のように説明します。  
「カレーを作った後の鍋には脂がこびりついて、洗うのに苦労するもの。でも植物性の食材だけで作ったカレーの後片付けはとても楽。人間の体も同じです」  
T's レストランで提供するカレーの材料はもちろんすべて植物性、さらりと軽く、それでいてコクがある本格的な味わいが人気です。他にも、豆乳で作ったホワイトソースのドリア、大豆ミートを使った唐揚げや餃子、クリーミーなスープのおいしさに驚く担々麺など、バラエティに富んだメニューは、「本当に肉を使っていないの?」と、びっくりされることもしばしば。  
「お肉が好きな人も、休肝日のような感覚で、週に1回でもベジタリアン料理を楽しんでほしいと思います。胃が重かったり、なんだか疲れているという時に植物性食材だけを使った料理を食べると、デトックス効果が実感できますよ!」

## 今日のベジーさん

しもかわ まさこ  
下川 祠左都さん  
~TOKYO-T's (株)  
代表取締役社長~



第2回日本ベジタリアンアワードの授賞式で次女の万貴子さん(左)と

## ●ベジタリアンになったきっかけ●

以前から「人間にとって一番大事なものは健康」と考えていた下川さん。ある時知り合いから「母が病気になるのをやめた方がいい」とアドバイスされた」と聞き、ベジタリアンの食生活を試してみることに。はじめの頃はサラダや豆腐料理ばかりが並ぶなど「我慢して食べる食事」だったのが、高野豆腐を使った「ベジミートソース」を創作したことをきっかけに、おいしいベジタリアン料理を家族みんなで楽しめるようになったそうです。目覚めが良くなる、胃もたれしなくなり体が軽くなるなど、心身の健康にも役立っているとのこと。

## ●食を通して健康の大切さを伝えたい

専業主婦だった下川さんが東京・自由が丘でT'sレストランを始めたのは2009年9月25日。「食を通して健康の大切さを伝えたい」という想いを知人に伝えたことをきっかけに、わずか4カ月で開業を実現させました。下川さんのこだわりは、肉が好きな人も「おいしい!」と驚くメニュー、そしてお客様はもちろん働くスタッフも快適で健康でいられる店づくり。居心地のよい店内には幅広い年齢層のお客様が訪れ、笑顔で食事を楽しんでいます。



ハンベジでも大満足のバラエティに富んだメニュー

## T's レストラン

<http://ts-restaurant.jp>

植物性食材のヘルシーさを追求しつつ、「肉以上においしい」と好評のメニューが並ぶレストラン。ドリア、カレー、ピザ、餃子、唐揚げからスイーツまでバラエティに富んだベジタリアン料理を楽しめます。10~14名で利用できる個室あり。

東京都目黒区自由が丘2-9-6 Luz 自由が丘 B1F  
(東急東横線/東急大井町線「自由が丘」駅正門口から徒歩3分) / ☎03-3717-0831  
ランチ/11:00~15:00  
ティータイム/15:00~17:30  
ディナー/17:30~22:00  
(21:00 LO. コースは20:00 LO)  
不定休(Luz自由が丘の定休日  
に準じる)/全40席



T's レストランの店内と物販コーナー

## T's たんたん

<http://www.nre.co.jp/Portals/0/shop/tantan/#page1>

担々麺やラーメンを中心としたメニューを提供。植物性食材のみでもこくと旨味のあるスープは、飲みほしてもお腹にもたれない、と評判です。カウンター席もあり、ひとりでも気軽に入れます。



### ■東京駅京葉ストリート店 (写真④)

JR 東京駅 Keiyo Street 内 (八重洲南口入って左手、京葉線方面へ)  
☎03-3218-8040/7:00~23:00 (22:30 LO)/年中無休/全47席

### ■エスパル仙台店

エスパル仙台レストラン街内(アクセス・仙台駅南口改札外 B1 階) / ☎022-721-6527/10:00~22:00 (21:30 LO) / 不定休(エスパル仙台の定休日に準じる) / 全48席

※その他、台湾に T's 輝き(T's KAGAYAKI) 台中市西區公益路 207 / ☎+886 4 2301 0259 がある(写真⑥)。



## スマイルベジを 味わえるレストラン

『つながり』や『友だち』の輪が広がる場所、みんなが『楽しいね!』と感じる空間であり、

『T's』の意味 ●  
店名に使われている「T's」はさまざまな「T」を表しています。「たとえば野菜は『太陽』や『土』の恵みであり、私たち人間を含むすべての命は『地球』で育まれています。どれも『T』で始まる言葉です」

「そして、T's レストランでは、『丁寧』に『手作り』で『手間ひまかけて』『テイストにこだわって』料理を作り、お客様にとって『食べる』だけでなく、



たいと思っています」  
そんな風にたくさん「T」がある店内で「ひとつひとつのテーブルにいろいろなストーリーがあると感じます」と、スタッフとして働く次女の万貴子さん。

「店では乳製品や卵を使わないスイーツをお出ししていますが、アレルギーのあるお子さんが初めてパフェを食べられたと喜ぶご家族や、ベジタリアンの奥様と20年以上ぶりに同じ料理と一緒に楽しんで嬉しそうにしている肉好きのお客様もいらっしゃいました。そんな光景に接する度、働いている私たちもとても幸せな気持ちになります」

●健康という「宝物」●  
「『宝物』も『T』が頭文字の大切な言葉です。私たちは健康という宝物を食を通して伝えたい。健康で幸せな人が増えていけば、やがて世界の平和にもつながっていくと思っています」

そう語る下川さんにとって、ベジタリアン・アワード企業賞の受賞は、大勢の人たちと力を合わせて想いを広げていくことの大切さを改めて感じさせる経験になったそうです。

「支えてくれたさまざまな人に感謝しつつ、これからも食を通して、毎日楽しく生き生きと過ごせる機会をお客様に提供していきたいですね」

# 使用済 植物油を買い上げ!

- 月1t程度から回収にお伺い(まずは、ご相談下さい)
- 毎月「回収明細」・「使用済油分析結果」をご提出

回収料金 無料 マニフェスト 管理不要

廃油処理をもっと有利に、明明に。

株式会社ナブ・コーポレーション ☎03-3662-8211  
本社 東京都中央区日本橋久松町10番6号 日本橋TSビル4階  
埼玉工場 埼玉県戸田市美女木東2丁目2番8号

<協会事務局>  
〒532-0003  
大阪市淀川区  
宮原1-19-23-410  
☎06-6868-9860  
<http://www.jpvs.org>



NPO法人日本ベジタリアン協会  
加藤 裕子(顧問)  
著書に『食べるアメリカ人』など。