

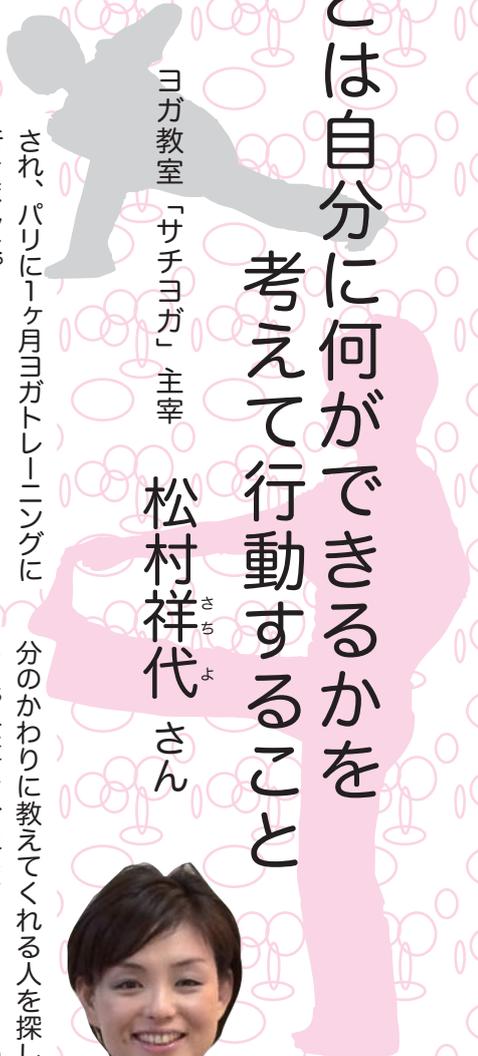
きらり

清瀬で生きる女性に
インタビュー

仕事とは自分に何ができるかを 考えて行動すること

ヨガ教室「サチヨガ」主宰

松村祥代さちよさん



ヨガとの出会い

つくることや服が大好きでしたので、服飾のプロフェッショナルを目指していましたが、途中でいろいろなことがあり転身しました。

体調を崩し2年ほど家に引きこもっていた時に、知人の勧めで近所のヨガサークルに。その後、医療事務の仕事に就きますが、外国の患者さんと話せない自分にもどかしさを感じ、海外に行くことを決意しました。

海外で驚いたこと

音楽が好きで行き先はロンドンに。音楽を通じ夫と出会いました。

ヨガの事はすっかり忘れていましたが、語学学校も退屈、何か足りないと思っていた時、夫にヨガ教室に行くよう勧められました。

日本でのヨガ教室とは全く違った雰囲気になりました。型にはまらずとても自由なのです。BGMがロックとか、ダンスの様にポーズを取ったり。楽しくて、英語もいつのまにか覚えていました。

ビザが切れる頃、また夫に背中を押

され、パリに1ヶ月ヨガトレーニングに行きました。

「ヨガを仕事にする」きっかけ

トレーニングが終わり夫の故郷ブラジルに数ヶ月滞在しました。路上駐車を見張っておくと声をかけてくる人、信号待ちの車に駆け寄り窓をたたいてお菓子を売りに来る子どもたち。そんなブラジルの人々を眺めているうちに「仕事とは、生きるために自分に何ができるかを必死に考えて行動すること」だと気づかれました。だから日本に戻った時「ヨガの教室を開く」ことにそれほど抵抗がなかったんだと思います。

ヨガ教室を開くまで

1丁が専門の夫には、ホームページや、経理のソフトを作るなどをしてもらい、実家の倉庫をスタジオにするため、自分で片付け、少しずつ必要なものを揃えていきました。

当初はひとりで教えていましたが、妊娠をきっかけに生徒さんに声をかけたり、ツイッターなどのソーシャルネットワークサービスなどを利用して、自

分のかわりに教えてくれる人を探しました。仕事を分担してもらおうことのメリットは大きいです。

家事・育児と仕事の両立

子どもは、週5日、昼までプリスクール(幼児保育施設)に預けています。午後レッスンのある時は両親にみてもらったり、病気の時は代講を立てたり。レッスンもなく、子どもを預けている時間は家事、教室の事務作業やヨガの勉強をしています。

家族や周りの協力は必須で、誰になんと言われようと、できないことは誰かに頼ると割り切った方がいいと思います。

ヨガ教室で大切にしていること

ヨガのポーズを丁寧に楽しく教えるのは当たり前なこと、それ以外にも生徒さんとのコミュニケーションを大切にしています。

レッスンの最後にお茶を出しているのですが、それはロンドンの個人的なヨガクラスのひとつでお茶が出され、それがとても嬉しかったから。



松村祥代さん

体の調子のことや、世間話もします。会話がアットホームな空間を生み出し、またふらりと立ち寄ってくれるのだと思っています。

教室で使うものを手作りし、DJ経験を活かして、音楽も独自にミックス。自由でぬくもりのある空気は、個人経営だからこそできるものだと思います。

インタビューの最後に「そうそう『ヨガ』って『つながる』という意味なんですよ」と、教えてくれた松村さん。



教室で使うオリジナルグッズ

人と人との小さなつながりを大切にしているから、また次の縁がやってくる。少しずつその輪は広がっているんだなと感じました。(堀)