

～25歳で白血病を発症、絶望から「料理家」への道のりを一冊に～  
**笠原なつみ 『「好き」を仕事にする生き方』 3/18 発売**

株式会社オレンジページ（東京都港区）は、料理教室『ふんわり糰家』を高松で主宰、noteでも大人気の料理家・笠原なつみさんの『「好き」を仕事にする生き方』を3月18日（月）に発売しました。25歳で白血病を発症、安定した人生が約束されていた大学職員から料理家へ大きく方向転換。病を得たことで「好き」を仕事に選んだ笠原さんのこれまでの道のりを赤裸々につづった一冊です。自分の好きなことで小商いを始めたい、起業したいなど、新たな道に挑戦したいと考えているすべての人、必見です。



「料理が好き」。  
あたりまえすぎた  
この気持ちに  
気がついたとき  
人生が大きく動き始めた。

■笠原なつみ

1987年埼玉県生まれ。立教大学卒業。埼玉県内の大学職員だった25歳のときに、白血病を患ったことをきっかけに料理で起業を決意。2016年より香川県高松市にて料理教室『ふんわり糰家』をスタート。のべ生徒数2000名、認定講師50名以上を輩出する人気料理教室に成長させる。日本にとどまらず海外でもレッスンをを行う。

ふんわり糰家 公式HP : <https://funwari-koujiya.net>

note : [https://note.com/natsumi\\_kasahara](https://note.com/natsumi_kasahara)

Instagram : @natsumi.kasahara X (旧 Twitter) : @natsumi\_funwari



「好き」を仕事にしたいと思っているけれど不安な方、  
もっと「好き」な仕事を拡大したいと考えている方、  
そして、かつてのわたしのように何が「好き」かをまだ見つけていない方が、  
一步を踏み出す、そのきっかけのひとつに、この本がなればうれしく思います。

「はじめに」より

## ときに失敗し、立ち止まり、次のステージへ

本書では、起業2年で年収1200万円超えを達成した笠原さんが、試行錯誤しながら見つけたワークスタイル、事業をすすめる際にかかった費用や時間、成功事例や失敗したことなども包み隠さず紹介。発症後、シェアハウス暮らしで「料理」が好きな自分を知り、結婚を機に移住した高松で料理教室をスタート。その後、ひとりの限界を知り生まれた『インストラクター養成講座』、新しい世界が広がったロンドンでのみそづくり、コロナ禍を経て考えるこれからなど、笠原さんの「生き方」がたくさんの勇気と気づきを与えてくれます。



撮影・配信をすべて1人で行う



転機になったみそづくり



食づくりを支える調理道具

人生「リセット」から「スタート」した

## 『「好き」を仕事にする生き方』 笠原なつみ

2024年3月18日（月）発売 定価1650円（税込）

四六版、アジロ綴じ、本文128ページ <https://www.orangepage.net/books/1786>

### 【目次】

- 第1章 定年まで働ける安定した職業を選び28歳で結婚と考えていたけれど……  
25歳のとき白血病を発症し人生設計をリセット
- 第2章 結婚を機に高松へ移住し始まった新しい仕事と人生  
大好きな料理で起業した わたしのトライ&エラーの道のり
- 第3章 地方在住は不利？ 実は地方だからできることも多い  
土地を知り、人を知ってこそ広がるビジネスチャンス
- 第4章 売り上げ目標達成！ 順風満帆だけれど、その先は？  
ロンドンでのみそづくりで新しい世界が広がる
- 第5章 自分の心と体に向き合い先へと進んでいく  
幸せの循環をつくるわたしの働き方未来図

<このリリースに関するお問い合わせ先>

〒108-0073 東京都港区三田1-4-28 三田国際ビル16F 株式会社オレンジページ

総務部 広報担当：遠藤 [press@orangepage.co.jp](mailto:press@orangepage.co.jp)

【2/2】