

1.キラリ！輝く宮城の女性農業者の皆様

(1)農業を自分で始めました！

大沼農園・大沼 ほのかさん

出身・就農地：南三陸町

農家歴：5年目

作物：もも、くり、ぶどう、ブルーベリーと
さつまいもなどの野菜

活動：クレープキッチンカーの運営

経歴：宮城県農業大学校卒業後、南三陸町の入谷
地区で就農



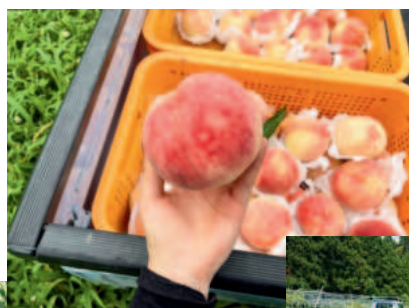
<これまでの歩み>

農業大学校を卒業後、20歳で地元南三陸町内にて就農。農業大学校時代に実習先である阿部さんご夫妻と知り合う。農業と人生の師匠・阿部ご夫妻のサポートを受けながら、ももやぶどうなどの果樹、栽培が難しいとされる栗にもチャレンジしています。

大切に育てた作物は、地元の直売所やお弁当などの加工所に卸すほか、果樹を使ったクレープを作り、キッチンカーにて県内各地で販売も行っています。



農作業後、愛猫と過ごす時間が
至福のとき



ジブリが大好きでジブリに出てくるような
デザインに設計したキッチンカー



ももやくりは
クレープでも販売しています。

ある日のスケジュール

時間	活動
07:30	起床、身支度
09:30	作業開始 休憩もしながら…
12:00	お昼休憩
13:40	農作業
18:30	作業終了 農家さんとコーヒータイム
19:00	犬の散歩や猫の世話 夕食
21:00	事務作業
22:00	自由時間
24:00	就寝

<わたしの農スタイル>

冬場以外は、朝9:00頃から果樹のお手入れと野菜作り。お昼休憩を挟んで、夕方まで作業を行います。季節によっては、夜遅くまで事務作業をすることもあります。夕方には農家さんとお茶を飲んだり、飼い犬の散歩を楽しみます。

友だちとの夜ごはんやジムにも通ってリフレッシュも欠かせません。できるだけ24:00には寝るようにしています。寝ることが大好きなんです！

土日は、マルシェなどのイベントにて、キッチンカーでクレープを販売しています。最低週1日はお休みの日を作って、のんびりしたり、好きなことをする時間を取っていますが、農業が大好きなので、

やっぱり農業のことを考えちゃうんですね。

(2)後を継ぐ予定ではなかったけど 就農しました！

庄子農園・庄子 さおりさん

出身・就農地：仙台市

農家歴：23年目

作物：定番野菜、西洋野菜、ハーブ、水稻など

活動：農業士の資格を持ち、県内の若手の育成にも取り組んでいます。

経歴：地元の食品メーカーを退職後、地元で就農。

<これまでの歩み>

代々続く農家の娘として生まれましたが、大学卒業後は食品メーカーに勤務。5年間のサラリーマン生活を経て、結婚を機に夫婦で両親の下で就農することになりました。親子とはいえ、仕事は別。数年間は親から厳しい農業の指導を受けながら、ノウハウを身に付けていきました。

軌道に乗るまでは収益を上げるのに苦労することもありましたが、現在は両親から独立し、別々に営農しています。

様々なジャンルの飲食店さんからの注文を中心に取り引きしていますが、農園の敷地内に野菜の自動販売機も設置し、販売しています。地元の方からも喜んでいただいて、自動販売機に野菜を入れてもすぐに売り切れて、補充するのに追われることもよくあります。

補充の際にお客さんとお話するのも楽しみのひとつで、お客さんが「どんな野菜を求めているのか」を知れたり、「おいしかったよ」と言ってくれると、それが励みになり、今度はこの野菜にチャレンジしてみようと思えますし、農業って私の天職だなあとやりがいを感じることができます。



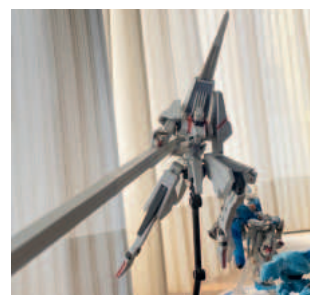
趣味のお部屋。
レコードプレイヤーや
レコード、CDがびっしり！



夫と。
夫婦でマンガやアニメが大好き！



趣味のロックダンス。
夕食の準備の後は、
週に数日練習に行きます。
仙台スタジオでの発表会の様子



私専用の寝室には、
お気に入りのフィギュアを
コレクションしています。

ある日のスケジュール

時間	活動
05:00	起床
05:30	収穫
07:30	帰宅、家事
09:00	出荷調整作業
11:00	農作業
12:00	家事、昼食、休憩
14:00	農作業
17:30	帰宅、家事
19:30	自由時間
23:30	就寝

<わたしの農スタイル>

飲食店のお客さんが多いため、年間を通して様々な種類の野菜を育てています。夫婦ともに研究熱心な性格なので、同じ品目でも異なる品種を同時に育てて、どれがおいしいのか、自分たちの農園の環境に合っているのかなど、日々実験しながら栽培しています。

「家族経営協定」(*P17)を結び、経営方針や役割分担を定め、夫婦お互いの生活リズムを尊重した形で、農業をしています。

朝は早くて5:30頃から作業することもあります。合間に家事や休憩も取りながら、日が暮れたらバレー

ボールやロックダンス教室に通うなど、大好きな趣味に没頭しています。

(3)後継ぎ娘です！

西條農園・西條 由美恵さん

出身・就農地：石巻市

農家歴：26年目

作物：ガーベラ

経歴：大学卒業後、海外農業研修を経て、家業の花農家を継承

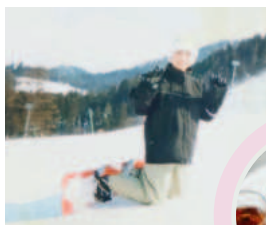
活動：お花好きの方が増えるようにイベントや、学校での花育活動、フラワーアレンジメント教室を開催

<これまでの歩み>

大学時代は工学部で勉強していて、両親からも家業を継ぐように言われることはなかったのですが、就職活動が始まる時期には、なんとなく農家になりたいという気持ちが湧いてきました。

そんな中、知人から国の海外農業研修制度があることを教えてもらい、応募したところ審査に合格。大学卒業後、ハワイのバラ農園で学ぶことができました。

両親はキクを中心に水稻栽培を行っていましたが、オランダにガーベラの溶液栽培視察に行ったことから、平成6年より栽培品目をガーベラに変更しました。石巻のこの桃生地区は、ガーベラ農家がわずか数件しかありませんが、一丸となって東北一のガーベラの産地になりました。「桃生スタイル」という独自の収穫方法で、新鮮なまま全国にガーベラを出荷しています。



スノボや陶芸も趣味



ハワイ在住の経験を活かして、国際交流も趣味のひとつです。隣のおうちにお嫁に来たフィリピン人の奥様ともとても仲良しです。



ガーベラハウス



子どもたちへ花育やフラワーアレンジメント教室を実施



息子と大好きなライブへ

ある日のスケジュール

時間	活動
07:30	起床、家事
09:30	農作業 (収穫、調整作業、出荷準備、出荷)
12:30	お昼休憩
14:30	農作業
18:30	帰宅、夕食、家事、自由時間
26:00	就寝

<わたしの農スタイル>

周年栽培で3～6月は最盛期と植え替え時期で忙しくなりますが、この時期を終えると、秋冬は少しゆっくりでき、若い頃は大好きなスノーボードにもたくさん行けて、自由の効く農家の特権だと思っていました。

夫も2年前に会社を辞めて、家族4人で営農しています。お互いに時間のやりくりをして、旅行や趣味にと楽しんでいます。

お仕事の日も、日が暮れたら、しっかり作業を終えて、家族だんらんと趣味の時間に入ります。

西條さんは、大学卒業後ご両親も含めて、海外視察や研修を受けて、長年ガーベラを栽培を育ててきた農家のプロ中のプロ。どんなときもとても優しく穏やかなお人柄です。ぜひ石巻の西條さんに会いに行ってみてください。右記Instagram DMよりご連絡ください。



(4)都会のキャリアウーマンから転身

星農場・星 綾子さん

出身：埼玉県

就農地：南三陸町

農家歴：計8年（雇用2年半、結婚後5年）

作物：ケール、ビーツ、ハーブなどの西洋野菜と
加工品の販売

経歴：通信会社の勤務を経て、南三陸町に移住し就農

<これまでの歩み>

都内で通信関係の会社に入社後、営業職として毎日夜遅くまでハードに働き、夜はほぼ外食。お休みの日には思いっきりショッピングなどを楽しむ、人気のエリアのマンションに住むなど、まさに都会のOL生活を満喫してきました。

その当時のエンゲル係数を思い出すと、自分でもビックリしますよ。

東日本大震災後、会社を退職し、災害ボランティアとして南三陸町に移住しました。

ホテルや女性支援のNPO法人、農業法人での支援活動に取り組んだ後、夫と星農場を営んでいます。



竹が大好きで、
地域では「竹子さん」
と呼ばれることも



農場の様子



夫とケール収穫



ある日のスケジュール

時間	活動
04:30	起床、身支度
05:00	収穫
08:00	畑で朝食
08:30	出荷作業 (選別・袋詰めなど)
12:00	昼食、休憩（お昼寝）
15:00	事務作業など
16:00	収穫
19:00	夕食
20:00	出荷準備
21:00	家事、入浴、セルフケア
23:00	就寝

<わたしの農スタイル>

私の「やりたい!!」を尊重してもらい、結婚前から夫が栽培していた小松菜ではなく、私が育てたい作物を選び、自身で担当して、一緒に働いてくれるスタッフさんも別の方を雇って運営しています。

早朝から夜遅くまで働くこともありますが、元々体が弱いこともあり、自身とスタッフさんの健康を第一に気遣い、しっかり午後の休憩も確保しながら働くようにしています（お昼寝すると午前中の疲れがよく取れます）。

年に数回は仙台や東京に出向き、商談会やレストランなどへ営業活動をしに行きます。

そんな機会には、おいしいものを食べ歩きしたり、観光することも楽しみにしています。お仕事の日の朝やお昼は、夫と一緒にアウトドアグッズを使って、畑で採れたての新鮮な野菜をお料理して食べるなど、キャンプ気分で夫婦ふたりの時間を満喫しています。

(5)外資系企業の技術者から農家に転身

マリズファーム・高山 真里子さん



出身・就農地：仙台市

農家歴：16年目

作物：西洋野菜、伝統野菜、定番野菜など

活動：仙台おせちなどのお料理教室や、県の農業委員の活動も行っています。

経歴：大学卒業後、外資系企業勤務を経て就農

<これまでの歩み>

県内の大学を卒業後、東京の外資系半導体メーカーにて10年間勤務。外資系なので、英語を使って業務をし、年に1度は昇級の試験があったり、成果が給与に反映される世界だったので、日々の鍛錬が欠かせませんでした。充実した会社員生活でした。

地元の仙台にUターンし、農家である父から事業を継承しました。水稻を中心に栽培していた父とは異なるスタイルの農業がしたくて、少量多品目で野菜の生産をするとともに、野菜の直売やお惣菜販売にも取り組んでいました。二人の息子を大学に入れた現在は、生産に絞って、レストランとの取り引きを中心に、直売所などでも販売しています。



山形農業女子との交流



福島農業女子との交流



手作りお菓子を販売することも



販売イベントの様子



エディブルフラワーやハーブ、サラダ類は花束でも販売します。



シュノーケリングや登山も趣味



バイクの仲間との復興イベント

ある日のスケジュール

時間	活動
07:00	起床
08:00	野菜の出荷、おしゃべり&ティータイム
11:00	農作業
12:00	お昼休憩
13:00	農作業、収穫や袋詰め
18:00	帰宅
	ジム、晩酌、家事
23:00	就寝

<わたしの農スタイル>

息子二人を何不自由なく育てるため、小さい頃は、野菜の生産に加えて、トラックでの野菜販売、直売所でお惣菜販売にも取り組んでいました。

息子たちが大学に入学後は、少し働くペースをゆるめて、旅行や登山、バイク、ライブなど趣味を満喫するため、趣味に合わせて、栽培計画を立てて、よくお出かけします。百姓らしく日が昇っているうちだけ働き、夜はお家で過ごすことをモットーに、日が高くなるお昼前から農作業をし、日が暮れるとジムや晩酌をすることが日課になっています。

農作業前には、お友だちとのお茶やおしゃべりの時間も日々の楽しみのひとつです。

(6)夢の国のキャストから転身

ねほりばーらんど・中條 友紀さん



出身・就農地：栗原市

農家歴：20年目

作物：菌床しいたけ、じねんじょ、わらびなど

活動：生産のほか、マルシェでの直売や、苔テラリウムのワークショップ、イベントでのこ料理の提供など

経歴：高校卒業後、千葉県のリジャー施設キャストとして勤務。その後、Uターンし就農。

<これまでの歩み>

憧れていた千葉県の大人気リジャー施設にてキャストとして数年間勤務。

退職後、地元栗原に戻って農家になるため、栽培品目を検討していた際、しいたけ農家さんを訪問。管理の様子を目にして、「しいたけの生態って不思議で育てるのがすごく面白そう！」と感じ、しいたけ農家になることを決意しました。でも実はしいたけは苦手だったんですが、我が子のように愛情いっぱい育てているうちに、今では色々な調理法を身に付けて、大好きになりました！以前のわたしのように、しいたけ嫌いの方にも美味しいと言ってもらえるしいたけを目指して栽培しています。

栗原市の仲間たちと

苔テラリウムのワークショップの様子



収穫前の
しいたけ



しいたけ狩り体験の様子



マルシェ出店の様子



ある日のスケジュール

時間	活動
06:30	起床
07:00	朝食
08:30	農作業（刈り取り、選別）
12:00	お昼休憩
13:00	配達
14:00	農作業（掃除、水かけ）
17:00	作業終了
18:00	夕食、入浴、自由時間 （YouTube などSNS鑑賞）
23:00	就寝

<わたしの農スタイル>

子供を学校に送り出した後、8:00頃からしいたけの管理作業に取り組みます。

出荷準備や配達の後、昼食を済ませた後は、夕方まで管理作業を行います。菌床しいたけは重労働な作業がないので、女性でも安心して栽培できます。

栽培、収穫、選別、納品など自分のペースを1度作って慣れてしまえば、自分の時間も取りやすく、楽しく農作業も趣味もできるようになりました。作業後は、夕食や家事を済ませ、自由に好きな時間を過ごします。週末にはイベントに参加することもあります。一週間を通して、夜はしっかり休む時間を取ることができてます。

私の場合は、上京したからこそ気づくことができましたが、地元栗原のことが大好きです。地域を盛り上げようと頑張る同志の方々と様々な活動に取り組んでいます。



(7)美のエキスパートから後継ぎへ

デリシャスファーム(株)・今野 さおりさん

出身・就農地：大崎市

農家歴：18年目

作物：トマトを中心に、ほうれん草、さつまいも、サニーレタスなどの生産のほか、トマトの加工品販売やカフェ運営

経歴：高校卒業後に上京し、エステティシャンとして勤務。Uターン後、家業の農業法人を継ぐため就農

<これまでの歩み>

高校卒業後に上京し、大手エステサロンに約10年勤務。サービスを提供するほか、店舗マネージャーも経験し、営業活動や従業員育成などにも携わってきました。

その後、結婚を機に大崎市にUターンし、両親の営む農業法人で栽培や経営について一から学び、現在は、常務取締役としてカフェや直売所の運営管理を中心に取り組んでいます。



六次産業化という言葉が流行る30年以上前からトマトジュースを中心に加工品作りを始めました。



デリシャストマトをたっぷり使ったお料理はどれもおいしく、毎日大盛況です。



外国人留学生との交流会
& ベトナム人スタッフとの
マラソン大会



家族旅行・岩手県梶鼻溪にて

ある日のスケジュール

時間	活動
05:30	起床、朝食、 子どもの送迎
08:30	作業開始 (出荷、選別、袋詰め)
12:00	お昼休憩
13:00	事務作業
17:00	作業終了
19:00	夕食、自由時間
23:00	就寝

<わたしの農スタイル>

8:30の業務開始前は、子どもと朝食を食べ、送迎をします。

業務中は、商品の出荷や選別、袋詰め、カフェの管理と事務作業を中心に行い、17:00に退勤。

六次産業化の取り組みとして、少しキズが付いてしまったトマトなどを使い、様々な加工品の開発をしたり、カフェの新メニューの開発、販売促進のPR活動を行う日もあります。

19:00には家族で夕食をとったり、子どもと自由な時間を過ごして、23:00頃就寝です。

夜のくつろいでいる時間にも、テレビや本から食

のトレンドや、情報発信の方法などに自然に目がいきつてしまいがちですが、それを仕事に活かすように心がけています。



(8)結婚を機に農業法人で農業をStart！

(株)フローラ平山・平山 志津恵さん

出身・就農地：大崎市

農家歴：8年目

作物：キク、トルコギキョウ、ハボタンなど多品種の
花卉、花束作成

経歴：看護師として病院に勤務。結婚を機に就農

<これまでの歩み>

看護師として病院に勤務していましたが、フローラ平山の後継者である夫と結婚するタイミングで退職。農家として働き始めました。農業は未経験でしたが、夫や義理の両親、従業員の皆さんとともに通年でお花づくりに取り組んでいます。

現在は、花の生産のほか、経理や雇用管理などの事務作業も行っています。



直売所の様子

農園の様子



左から従業員の二階堂さん、私、夫（社長）。
志津恵さんがいるから、頑張っていける！と
いつも言ってくれる優しい夫



直売所では、様々な花を束ねて販売するため、
その分年間を通して種類も豊富に栽培しています。

ある日のスケジュール

時間	活動
04:45	起床、お弁当作り、朝食 子どもの送迎、洗濯
06:30	農作業
10:00	休憩 農作業
12:00	昼食休憩
14:00	農作業、配達
18:00	子どもの送迎、買い物、 夕食
19:00	家事
21:00	入浴
23:00	就寝

<わたしの農スタイル>

事務的な業務に加え、若い女性の従業員が多いので、体力的・精神的な働きやすさや、子どもの用事にあわせて休みが取りやすい環境づくりに取り組んでいます。

私自身も子育て中であるため、家事や家庭の用事を済ませる時間をしっかりと確保しながら働いています。夜は家族との時間も大切にしています。結婚をして、初めて花を育てましたが、子育てに似ていて、長い時間をかけて、環境を整えてあげながら、きれいな花を咲かせるまで見守ることは大きな喜びを感じます。

最近は、ハロウィンも定番のイベントになってきましたので、お花に加えて観賞用のカボチャを育ててみたり、社長（夫）や従業員と相談しながら、新しい挑戦も積極的にやっています。

(9)地域の農村文化を学び伝える ために養蜂に取り組んでいます！

(株)WATALIS・引地 恵さん



出身・就農地：亘理町

農家歴：4年目

作物：はちみつ、蜜源植物、大豆、かぼちゃ、
さつまいも、はちみつを中心とした加工品販売

経歴：印刷会社、民間企業、亘理町職員を経て
(一社)WATALIS、(株)WATALIS を設立。

地域振興の一環として農作業にも取り組む

<これまでの歩み>

大学卒業後、大手印刷会社勤務を経て、亘理町職員として地域づくりや民俗調査に関わっていましたが、東日本大震災後に退職し、(一社)WATALIS を設立。

地域の被災した女性や高齢者の就労支援のため、着物地を再利用した商品づくりと販売を始めました。また、コミュニティカフェも運営し、地域の高齢者等の交流の場を提供しています。コロナ禍に入り、地域内で安全安心に交流できる場所として、屋外の活動を検討していたところ、農業に出会い、野菜作りや養蜂を開始しました。栽培した作物は、お菓子などにも加工し、WATALIS にて販売しています。



コミュニティカフェ
「中町カフェ」



遊休農地活用イベントの参加者と



遊休農地で大豆作り



引地さんの
はちみつ



養蜂の様子



採れたはちみつや大豆を使ったお菓子



ある日のスケジュール

時間	活動
05:00	起床
06:30	ビーガーデンづくり、 養蜂
11:00	事務作業
12:00	お昼休憩
13:00	事務作業
19:00	お買い物
20:15	夕食、家事
22:30	就寝

<わたしの農スタイル>

朝は早めに起きて、養蜂に取り組めます。はちみつは朝早く採ることから、毎日このリズムで生活しています。

その後、事務所に戻り、日中は事務作業を中心にを行います。

夜は家事などが済んだら、早めに就寝です。会社の業務は色々ありますが、養蜂を始めてから、養蜂が中心の働き方、暮らし方になりました。養蜂は、とても奥が深くて熱中しちゃいます。

また、夫が休みの日には一緒に蜂のお世話や、農作業も手伝ってくれます。

(10)女性の働きやすい環境が整った 農業法人へ

(株)一莓一笑・錠前 羽瑠さん

出身：岩手県

就農地：仙台市

農家歴：2年目

作物：いちご、いちごの加工品販売と収穫体験の提供

経歴：高校卒業後、農業大学校に進学。

その後、(株)一莓一笑に就農

<これまでの歩み>

宮城県農業大学校に入学し、農業の技術を習得後、(株)一莓一笑に入社しました。いちごの栽培に関わる業務を幅広く担当しています。

若手ですが、社員として責任ある立場を任されることも多く、とてもやりがいを持って働いています。



いちごの収穫は1～6月



作業の様子



松森農場では、
作り立てのいちごの
スムージーや加工品も
販売しています。



サーフィンにハマっていて、
出勤前の早朝に楽しむ日も
あります♪

ある日のスケジュール

時間	活動
06:00	起床、朝食、身支度
08:00	出勤、作業開始 (葉かき作業、防除)
12:00	お昼休憩
13:00	農作業
16:00	終業
16:30	帰宅、家事
18:00	友人と食事
20:00	帰宅、自由時間
24:00	就寝

<わたしの農スタイル>

雇用就農であるため、勤務時間や勤務日・休日がきちんと決まっているので働きやすいですし、出かける予定も立てやすいです。

お仕事の日は、朝8:00に出勤し、いちごの苗の管理作業を行い、16:00には終業して、友人と食事をしに出掛けることが多いです。その後、帰宅したらのんびりと過ごして24:00には就寝しています。

元々スポーツをすることが大好きなのですが、最近はサーフィンにはまっていて、お仕事の前に海に行くこともあるんです。

(11)観光やイベントで農業を 盛り上げる！

(有)伊豆沼農産・佐藤 裕美さん

出身：秋田県、仙台育ち

勤務地：登米市

勤務歴：13年目

業務：食育や農村観光の提供を中心に、農業や農村の魅力を発信

経歴：大学卒業後、都内の広告代理店へ入社。

その後、Uターンし(有)伊豆沼農産へ入社

<これまでの歩み>

宮城大学を卒業後、都内の広告代理店に勤務していました。東日本大震災の際、都内に住む人々が食料の確保に必死になる姿を目の当たりにし、食料生産の重要性を感じ、農業に改めて目を向けてみたいと考えるようになり、会社を退職。

そんな中、農業や加工品販売に取り組んでいた伊豆沼農産が農業体験や農村観光の部門を展開するための人員を募集していることを知り入社しました。会社の営業のほか、イベント運営や体験のお受け入れを中心に、農業と登米市を盛り上げる活動に尽力しています。



食育体験の様子



休日は自宅で農作業♪



伊豆沼農産の直売所
「くんぱる直売マーケット」



夜は友人とお酒を
楽しみます♪

展示会などでの営業も担当

ある日のスケジュール

時間	活動
06:00	起床、身支度 自宅の畑で野菜の収穫
07:30	朝食
08:00	出勤、業務
13:00	打ち合わせ、体験教室、 事務処理など
18:00	退勤、夕食
19:00	自由時間
23:00	就寝

<わたしの農スタイル>

業務上、日々農業に携わる担当ではないのですが、昔から農業が大好きで、農業ボランティアとして農作業をすることもありました。

今ではお休みになると、夫の実家の田んぼや畑で、農業を楽しんでいます。

仕事柄、食育活動やイベントの対応を土日に行うことも多いので、土日ではなく平日にお休みをとることもありますが、東京にいた頃に比べると、ストレスを感じることがなくなりました！

友人とお酒を飲みながら、おしゃべりする時間も大切にしています。

(12)おむすびで農業を盛り上げる！

星 光さん

出身・勤務地：栗原市

勤務歴：2年目

業務：おむすびキッチンカーにておむすびの製造・販売

経歴：北海道の農業大学を経て、JA職員へ。

その後、父や夫とともに農業を経験し、2023年9月からはおむすびキッチンカーをスタート。

<これまでの歩み>

農業高校に進学したことをきっかけに、農業の魅力に惹かれました。その後、農業大学で学び北海道でJA職員として勤務。農業の現場に深く関わる中で、自分の地元・栗原への愛着が強くなりました。

Uターン後は、父や夫とともに農業に携わっていましたが、現在は農業をお休みし、新たな形で地域と関わっています。地元の農家さんが丹精込めて作ったお米や食材を使い、おにぎりを販売することで、生産者と消費者をつなぐ活動をしています。おにぎりを通じて、農業の素晴らしさを伝え、「農業はカッコいい仕事だ」と感じてもらうことが、私の使命です。



夫と愛犬たち



毎日たくさんのお客様に栗原市のお米や食材のおいしさをお伝えしています。



夫婦で体を鍛えるのが大好き！



おむすびキッチンカー



「ミセスオブザイヤー2023 ジャパンファイナル」で宮城県代表として特別賞を受賞。全国の方へ栗原の魅力を発信してきました！

ある日のスケジュール

時間	活動
04:00	起床、身支度
05:00	キッチンへ おむすび作り
09:00	販売先へ納品 出店場所へ出発
10:00	営業開始
14:00	閉店
15:00	キッチン片付け
18:00	帰宅 犬の散歩、夕食、ジムなど
22:00	就寝

<わたしの農スタイル>

毎朝4:00に起床し、おむすび作りから一日がスタート。キッチンカー以外の販売先にも納品を済ませた後、10:00からキッチンカーで販売を始めます。

栗原の食材のおいしさをもっと多くの人に知ってもらうため、地元だけでなく仙台などにも足を運び、魅力を発信。販売が終わったら片付けを済ませ、18:00には帰宅します。

夕方は、愛犬の散歩や食事を楽しんだ後、夫婦でジムへ。体を鍛えるのが共通の趣味で、それぞれ異なる大会に出場するほど本格的に取り組んでいます。

仕事も趣味も全力で楽しむ、そんな毎日を送っています。

(13)紹介した女性農業者の皆様の農産物を購入できる場所

皆様の生産物・加工品の
販売先をご紹介します！

大沼ほのかさん（大沼農園）

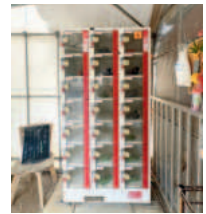
南三陸さんさん商店街のさんさん市場、元気くん市場仙台茂庭店のほか、クレープキッチンカーは参加するイベントにより出店場所が異なるため、大沼さんのInstagramをチェックしてください。※農作物の販売は8～10月のみ



大沼農園 Instagram

庄子さおりさん（庄子農園）

地下鉄南北線 富沢駅前（仙台市）にある農園敷地内に野菜の自動販売機を設置しています。県内外の飲食店にも出荷していますので、どこかで味わっているかもしれません。



庄子さんの自動販売機

西條由美恵さん（西條農園）

市場に出荷するので東京を中心に、石巻や仙台に出しています。歌舞伎町のお花屋さんから虹色の花を作るよう依頼があったこともあります。

星綾子さん（星農場）

いたがき（朝市店/S-PAL店/三越店/SELVA店）、みやぎ生協（COOP各店/共同購入）、南三陸さんさん商店街内さんさん市場、元気くん市場仙台南店ほか、県内各所で販売しています。



星さんのお野菜

高山真里子さん（マリズファーム）

ジェイエイ仙台 たなばたけ高砂店、イオンスタイル仙台卸町、ヨークベニマル、JRフルーツパーク仙台あらはまで販売しています。



ねほりばーらんど
Instagram

中條友紀さん（ねほりばーらんど）

おかってマルシェ（栗原市）、栗駒の山の駅（栗原市）、自然薯の館（栗原市）のほか、産直通販サイト「ポケットマルシェ」、栗原市内や近郊地域のマルシェにも出店されますので、中條さんのInstagramをチェックしてください。



デリシャスファーム
オンラインショップ

今野さおりさん（デリシャスファーム(株)）

会社や農園のあるデリシャスカフェ併設直売所（大崎市）、道の駅おおさき（大崎市）、美里町農産物直売所 花野果市場、涌谷町のおてんとさん涌谷店、仙台三越、元気くん仙台店、などのほか直営オンラインショップにて販売しています。

平山志津恵さん（(株)フローラ平山）

美里町農産物直売所 花野果市場、Aコープかしまだい店（大崎市）、Aコープこごた店（美里町）、おてんとさん涌谷店など近郊地域の小売店にて販売されています。



WATALIS
オンラインショップ

引地恵さん（(株)WATALIS）

アトリエ&喫茶 中町カフェ（亘理町）、直営オンラインショップ、東北めぐりいろという（仙台市）ほか、全国に取り扱い店がございます。

詳細はHPにてご確認ください。



一苺一笑
オンラインショップ

錠前羽瑠さん（(株)一苺一笑）

一苺一笑松森農場（仙台市）のほか、直営オンラインショップで販売されています。

佐藤裕美さん（(有)伊豆沼農産）

会社やレストランのあるくんべる直売マーケット（登米市）ほか、直営オンラインショップで販売しています。



伊豆沼農産
オンラインショップ

星光さん（くりはらおむすび）

おかってマルシェ（栗原市）ほか、キッチンカーでの販売情報は星さんが運営するInstagramをチェックしてください。



くりはらおむすび Instagram