

銚子の魅力を
発信するちょ!



のI♡銚子

第66回

野菜ソムリエが届ける自然の恵み

石毛 麻里子さんの巻

身体が喜ぶ!こだわりのファームとカフェを満喫したちょ!

野菜って美味しいんだよ

「本当に美味しい野菜を食べたら、野菜嫌いの人は少なくなると思う。大切な人をほっこり笑顔にしたい」

石毛さんは、トマトやセロリ、キャベツ、大根を中心に安全・安心な自然

の恵みを届ける茶畑町の農家さん。

身体を動かすことや健康に興味があり、スポーツクラブでプールの先生をしていた。「何を食べても美味しい実家の野菜を残したかった」結婚を機に

21歳で就農。今は、自身が手がけるカ

フェの代表を務める。

野菜ソムリエから広がる世界

名前がすごいと思い、すぐに資格を取った。「イベントや講演会などに参加して、刺激を受ける機会が増えたことが一番大きい」自慢の野菜をマルシェなどで直売するきっかけになった。

6次産業化で心も身体も健康に

「カフェに立つと、美味しいと言ってランチを食べてくれる光景が見られる。農家冥利につぎる瞬間」

令和元年、農家ならではのカフェを

週末限定でオープン。ファームで育てたこだわりの野菜を提供している。現在は、野尻町に店舗を借りているが、年内に茶畑町の自宅前に自分のお店をオープン予定。

「就農当時、なかなか治らなかった身体の不調が、季節の野菜中心の食事に変えたら一切なくなった」この体験から、旬の野菜を通して市民が健康に暮らすお手伝いをしたいと思い、カフェを始めた。野菜収穫体験も続けていく予定。「獲れたて野菜を楽しめるライブ感も味わってもらいたい。ファームとカフェ、両方で非日常を感じてほしい」

「一歩踏み出したら案外早く物事が進んでいった。農家の女性に限らず、新しいことを始めようか迷っているなら、男女関係なく好きなことに挑戦してもらいたい」

健康は財産。野菜を食べて蓄えてみよう。

普段は味わえないこだわりの野菜たちに首ったけちょ!



▲土づくりからこだわる[Lindo-tomaco, Farm]で旬のセロリを収穫
化学肥料を極限まで減らし、自分たちで手づくりした肥料を使用

Mariko's Little Kitchen

野尻町 143-2 (酒論たかしま内)

☎080 (4065) 0131

11時~15時 金・土曜日のみ営業



▲週替わりランチプレート
化学調味料や添加物不使用
旬の野菜本来のうま味を楽しめる



▲Mariko's Little Kitchen
ファームで獲れた旬の野菜を使うから毎週メニューが変わる



季節の野菜、収穫体験しませんか? /
Lindo-tomaco, Farm 茶畑町 14999-9

