



子育てと仕事を両立 輝くワーキングママ

有限会社G F K
浪川さん家のあおぞら農園
伊藤 美佳さん(38歳)左
平野 悠さん(36歳)右

有限会社G F Kは、年間を通してサンチュやハーブなどを栽培・販売する会社です。6,000㎡の水耕栽培施設を持ち「携わる全ての人を幸せにしたい」という企業理念の下、子育て世代のお母さんを中心に障がいのある人も活躍する、安全でおいしい野菜づくりに励んでいる農園です。

——どんな仕事をしていますか

ビニールハウスの中で、サンチュの収穫作業を行っています。収穫後の箱詰めや出荷をスムーズに行えるように、葉の状態を確認しながら、大きさをそろえて収穫することを意識しています。スーパーなどで皆さんに「おいしそう」と、手に取ってもらえるサンチュを収穫するのに、母親としての視点が役立っています。

有限会社G F K
浪川さん家のあおぞら農園

所在地／旭市後草1815-1
電話番号／55-5220

——どんな職場ですか

伊藤さん：同じ作業を複数の人でシェアしていて、勤務時間も自由が利くので、子育てや家事の隙間時間など、生活に合わせて無理なく働くことができる職場です。

平野さん：仕事を一つずつ丁寧に教えてくれるので、農業未経験の人も安心して働けます。子どもの急用でも休みを取りやすく、子育て世代でも働きやすい職場です。

——今後の抱負は

伊藤さん：職場の仲間と支え合いながら、収穫技術を磨いて、安全でみずみずしく育ったサンチュを、日本中の食卓に届けたいです。

平野さん：年齢や性別、農業経験などに関係なく始められる仕事なので、新しく入社してくる人たちの手本になりたいです。



葉の大きさをそろえて収穫



葉を整えて出荷の準備



VOL.170 揚げだし肉詰めダイコン

1人分の栄養価 エネルギー260kcal、食塩相当量0.8g



材料(4人分)

ダイコン……………8cm(250g)
鶏ひき肉……………200g
タマネギ……………1/4個(50g)
A 顆粒和風だし……小さじ1
マヨネーズ……………大さじ1
B 小麦粉……………大さじ1と1/2
片栗粉……………大さじ1
油……………適量
ダイコン(おろし用)…150g
大葉……………8枚
ポン酢しょうゆ……大さじ1

ダイコンに含まれるアミラーゼは、でんぷんを分解する酵素で、消化を助け、胸焼けや胃もたれを防ぎます。ダイコンの辛味を好む場合は、食べる直前におろすのがお勧めです。

作り方

- ①ダイコンは2cm幅の輪切りにして皮をむき、600wのレンジで3分加熱し、外側から1cm程を残してくり抜く。
- ②大葉を細切りにする。
- ③タマネギとくり抜いたダイコン1/2をみじん切りにし、ペーパータオルで水気を切る。
- ④③とAを混ぜ合わせ、さらに鶏ひき肉、Bを加えてこねる。
- ⑤①のダイコンに④を詰め、フライパンに深さ1cm程の油を入れて160～170℃で3分程揚げ、裏返して2分程揚げる。肉だねに火が通ったら皿に移し、ダイコンおろし、大葉の細切りをのせ、ポン酢しょうゆをかけたら完成。

岡旭市保健推進員協議会(☎63-8711・健康づくり課母子保健班内)

データシート

火災	交通事故	人のうごき	【3月1日現在】	前月比
【2月】 令和6年の累計	【2月】 令和6年の累計	【2月の移動】	人 □ 62,556人	(▲113人)
建物火災 0件 (5件)	事故件数 140件 (314件)	転入 165人 出生 23人	男 30,985人	(▲50人)
その他の火災 6件 (9件)	死亡者数 0人 (1人)	転出 213人 死亡 88人	女 31,571人	(▲63人)
			世帯数 27,222世帯	(▲20世帯)

令和6年3月15日発行[毎月2回 1日・15日発行] 編集：旭市役所秘書広報課
〒289-2595 千葉県旭市二の2132番地 ☎0479-62-1212(代表)

旭市ホームページ <https://www.city.asahi.lg.jp/>

※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。
※広報あさひは、グリーン購入法に基づく基本方針の判断基準を満たす用紙、誰にでも読みやすいUD(ユニバーサルデザイン)フォント、環境にやさしい植物油インキを使用しています。