



12名の

Role Model

プレマを世界のモデル農場へ  
オーガニックの素晴らしさを  
世界に広めたい！

農業生産法人株式会社プレマ

30代 代表取締役社長 飯野 晃子さん



## 01 現在の仕事

- (株)プレマ 代表 (農園経営、有機商品開発、プロモーション)
- (一社)日本ヒーリングフード協会 理事長 (ヒーリングフードの普及)
- セミナーの講師やイベントの開催、本の執筆。
- 著書に「[幸せ]食生活!今日から始めるヒーリングフード」(ラピュータ)「リアル・オーガニック・ライフ」(グラフィ社)「心を癒す食べ物 ヒーリング・フード」(中経出版) など

## 02 現在の役職になった経緯

すべての行動は、「心も体も癒される、有機野菜、ヒーリングフードを広めたい!」という気持ちが原点です!!!

- 大学在学時「心と食事」「有機農業」に興味、研究のため大学院へ。
- 卒業後、有機農産物小売業の(株)ナチュラルハウス入社。売り場、商品開発など経験。
- ヒーリングフード活動本格化のため退職、(一社)日本ヒーリングフード協会を設立。
- (株)プレマを父から引き継ぎ、プレマの有機小松菜を発展させるべく現在奮闘中。

## 03 やりがい

- 大好きな有機農業を仕事にしていること。自分たちが作った有機小松菜や加工食品を、お客様が喜んで召し上がってくれたり、「いつも美味しく食べています」と聞いたり、「プレマの小松菜を見かけて嬉しい」と聞くと、作り手冥利と感じます。

## 04 失敗談や大変だったこと

台風、猛暑、冬の大寒波、有機なので雑草処理・対策など、どんなに努力しても結果に繋がらないことがたくさんあり大変です。でもそんな中、グローバルG.A.P. 認証取得や農水省賞など、結果として目に見えるものや、お客様からの応援やお褒めの言葉は、とても励みになります。

農業生産法人株式会社プレマ

平成8年創業、粕川町で有機小松菜を生産する農業法人。小松菜を使ったパウダーやうどんなども手掛ける。首都圏スーパーや生協、インターネットで購入可能。海外ではシンガポールやバリなどで販売。グローバルG.A.P. 認証取得や、「平成30年度未来につながる持続可能な農業推進コンクール」有機農業・環境保全型部門にて農林水産省関東農政局長賞受賞。飯野社長は夫の仕事の都合で生活拠点は東京で、週の半分ほど日帰りで前橋に。



## ライフ年表

| 10代後半                 | 20代前半                        | 20代中半                                    | 20代後半                          | 30代前半                                                   | 30代中半             | 30代後半～現在                                       |
|-----------------------|------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------|------------------------------------------------|
| 大学で上京、一人暮らしの中で心と食事に興味 | 大学院進学<br>有機農業の研究<br>農学修士学位取得 | (株)ナチュラルハウス<br>入社<br>販売、バイヤー、<br>商品開発を経験 | 心と体を癒す食事<br>「ヒーリングフード」<br>活動開始 | ニューヨークにて<br>健康カウンセラー<br>の資格取得<br>(一社)日本ヒーリング<br>フード協会設立 | (株)プレマ<br>社長を引き継ぐ | (株)プレマの小松菜<br>・グローバルG.A.P.(※)<br>取得<br>・農水省賞受賞 |
|                       |                              |                                          |                                | 結婚、1人目出産                                                |                   | 2人目出産                                          |

(※)グローバルG.A.P.:食品安全、労働環境、環境保全に配慮した「持続可能な生産」をしているものを対象とした国際基準。(Good (適正な) Agricultural (農業の) Practices (実践))



## ジャズとコーヒー

束の間の休息は、好きなジャズを聴きながらコーヒーを飲んでリラックスします。

## 茶道

今は時間がなく難しいですが、お茶のお稽古が好きです。心の栄養になりとても幸せになります。

## 心のノート

日々湧いてくるアイデアや大変だったことなど心に浮かぶ色々なことを書きだして、スッキリ気持ちを切り替えて次の原動力にしています。

## 失敗を怖がらないで

自分が選んだ仕事、やると決めたことは、精いっぱい本気で、やったというところまで、とことんやる!辛いことや失敗は想定内。やってみて、もしダメでも、何かしらバックアップできるから大丈夫。「まごころ」をもって精いっぱいやったことは、その時に失敗だと思っても、そこから学んで活かせば必ずプラスになります!

## ヒーリングフード

空腹だけでなく、心と体も満たされる食事をしていますか?化学調味料に頼らず、素材の味を感じていますか?作る人や場所、土や水、愛情で、栄養はもちろん、おいしさも変わります。何を、だれと、どこで、どのように食べるかで、心身豊かで健康になります。

## プレマの団結力はコミュニケーション

「みんなで」「いかに良い小松菜をお客様に届けるか」を全力で取り組んでいます。社員に仕事用のスマホを渡し、グループLINEやインターネット会議も駆使してタイムリーかつ深いつながりができるようにしています。

### 両立ポイント

- 仕事とプライベート、東京と群馬の両立は正直上手くできていないけれど、上手くやろうとは思っていません。どうしよう不安になる時間に生産性はないので、「どうしたらできるか」を考える時間にしてとにかくやれるようにします。結果オーライになるよう全体を考えて、私がしなければならぬこと、道具や機械に頼れること、誰かにサポートをお願いしたいことを分けて、仕事も家庭も協力し合って成り立つ努力をしています。

### message!

人生そんなに時間はないから、やりたいことをやってみよう! 弱音や文句、無い物を探したらきりがありません。気持ちの持ち方を変えて、あるものやできることに気付き、支えてくれる周りの人に感謝し、前に進もう!!