



# 開田学講座

## —木曾・開田高原の魅力を探る—

森や草地在輝く初夏！

そこから生み出された伝統の技や知識、今回は、暮らしの中の植物に目を向け、その価値を探ります。

# 2023年 6月18日 (日)

会場 開田高原 末川研修センター及びその周辺

内容 薬草講座（講義と野外観察）雨天決行

13時～16時 定員30名程度 無料

申込み不要です。

### 『身近な薬草が教える食と健康～食養生のすすめ～』

身近な薬草から、心とからだの健康を考えます。老化を防ぐ、美容にいい、リラックスできる、そのような植物由来の栄養の効能や知識を学びます。身近な薬草との出会いも楽しみです。

\*食養生とは、病気でないときは薬を使わずに、できるだけ食べ物を利用するという養生法

講師 岐阜薬科大学名誉教授 田中俊弘先生

岐阜薬科大学薬草園園長を務め、薬用植物、漢方薬の品質の研究を経て自然環境の保全、生物多様性の研究を続ける。町おこし活動や教育行政にも関与。著書に『日本薬草全書』ほか。

同時開催（午前の部）わら馬づくりワークショップ 9時30分～12時

講師 地元有志 材料費300円 定員15名 申込みが必要です

参加申込書がありますので下記・公民館までお問い合わせください。

主催 木曾町開田公民館 木曾おんたけ健康ラボ 森林セミナーハウス

申込み・問合せ先 開田公民館

〒397-0302 木曾町開田高原西野 開田支所内

TEL (0264) 42-3331 FAX (0264) 42-3434

