

初めまして！くまの地域づくり協議会です



そのプログラムのキーワードとなるのが「薬草」です。くまのでは、江戸時代に村松標左衛門という豪農が薬草園を営み、薬草の商売を行っていた記録が残っています。つまり、この地は昔、薬草の里だったのです。今でも皆さんのお家の周りには自生している薬草が多くあります。このような貴重な歴史と文化をもう一度掘り起こして地域の資源として活用していくことで、くまのの魅力を発信していきたいと考えています。

地域のみなさんにも、これを機会に薬草を身近に感じてほしいと思っています。

この新聞では、くまのに自生する薬草やその活用などを発信していくので、ぜひ日々の健康や食に生かしてみてください。

現在のくまの地区は、人口が激減し、地域の人々の交流や伝統行事もだんだんと少なくなっています。そこで、くまのを元気にし、この地を後世に残していきたいという想いから、平成三十年にくまの地域づくり協議会は発足しました。

現在、協議会では、くまのの文化や歴史を体験できる観光プログラムを企画し、地域内外の人が訪れるキッカケを作ろうとしています。



薬草の里

くまの新聞

第1号

発行者
くまの地域づくり協議会
代表 井上 保英

- ・定例会議
- ・薬草に関する勉強会
- ・薬草を使った料理講習会
- ・薬草を使った実証実験など

勉強会はどなたでも参加可能です。

※勉強会の案内は、また後日ご連絡いたします。

ご興味のある方は
090-1310-2178(事務局 梢正美)までご連絡ください～！

読んでいただきありがとうございます。
これからよろしくお願ひします～！

今後の協議会の予定

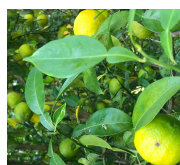
薬草とは、「薬物に用いる植物の総称。」
ここでの注目ポイントは、「植物」と記載されていることです。

つまり草だけではなく、葉っぱや根っこ、果実、樹木も薬草に含まれています。そのため、「うちには薬草なんてないよ」とおっしゃる方も、実は庭先にある植物の中に薬草が隠れているかもしれないので、ぜひ探してみてください。ちなみにハーブはもう少し使う部位が狭められ、主に葉や茎、花などを使うものと言えます。

薬草って???

《ゆず湯の作り方》

- ①生のゆず3～5個を輪切りにする。
- ②布部袋かストッキングに入れてお風呂に入れる。



『ゆず』
ゆずはとても身近ですよね。
ゆず湯は肩こり、四十肩、腰痛、神経痛、冷え性などに効くので、是非試してみてください。

今月の薬草