

## ～令和5年度 シニア学部古川校 開催レポート 第1号～

### 【古川校 第2回講座開催】

7月5日(水)に、シニア学部古川校の第2回講座を古川町公民館で開催し、20名に参加していただきました。

今回は、飛騨市薬草ビレッジ構想推進プロジェクトの地域プロジェクトマネージャーである岡本文氏から「身近な薬草で健康づくり」と題してご講演いただきました。

飛騨市と薬草との出会いから、現在行われている取組、様々な薬草について写真をたくさん使いながらお話しいただきました。普段目にしていないような草や実も、実は薬草として活用することができることから、多くの活用できる植物とその活用方法についてまで、写真の他にもクイズなどを交えながら楽しい雰囲気の中で詳しく解説していただきました。ヨモギやドクダミ、タンポポなどよく見かけるような身近にある薬草を自分で採取し活用する方法を学びました。

受講生は、熱心にメモをとったり、積極的に質問をしたりする姿が見られました。受講生の健康維持や薬草に対する関心の高さを感じられる講座となりました。

