

2024年1月の薬草週間は・・・

期間

1月19日(金)～24日(水)

22日(月)休館

会場

ゆうわ～くはうす

河合町角川350-1

## 期間中のイベント

### 薬草風呂

ヨモギ、ドクダミ、ノブドウ、カキドオシなどを日替わりで楽しめます!

お問い合わせ先：ゆうわ～くはうす 0577-65-2180

### 野草茶試飲&販売

クマザサ、オオバコ、ハトムギなど8種類の  
薬草とほうじ茶のブレンド。

濃い目に煮出して蒸しプリンにしても美味しい! 出汁として  
スープや煮物の水代わりに使うのもおすすめ。ミネラルを  
たっぷり補給できます。



### 薬草レシピ&森の図書コーナー

かわい野草茶や数種類の薬草をブレンドした  
お茶のアレンジレシピが新登場。たっぷりしっかり入って  
いるのに苦みやえぐみを感じない“おいしい”おかずや  
お菓子を紹介します。



## 特別企画

### 発酵×和ハーブの日

1月24日(水) 18:30～20:00

ミネラルが豊富な和ハーブ(薬草)と、酵素やビタミンが豊富な発酵食を組み合わせ、身体を芯から  
温めてくれるスムージーを作ります。登場する和ハーブ(薬草)はヨモギ・トウキ・クロマメ・ショウガなど。  
アンチエイジングにも直結する、寒さに負けない食習慣を作りましょう!

- ・温活スムージーづくり
- ・和ハーブ×発酵食の話



【場所】ゆうわ～くはうす 和室 (河合町角川350-1)

【定員】10名【参加費】1,000円

講師 上田涼子

(一社)和ハーブ協会認定和ハーブインストラクター/薬草コンシェルジュ

申込はこちら

\*1月22日(月)締切

0577-73-7463



## 薬草週間 今後の予定

< 期間 >

2月23日(金)～29日(木) ぬく森の湯 すぱーふる

3月20日(水)～25日(月) 流葉温泉Mプラザ

< 場所 >

< 特別企画 >

2月25日(日)

3月20日(水)・23日(土)

※詳細・申込は随時発信します

「ヨモギの日」

「薬草春仕事いろいろ」

富山大学 和漢医薬学総合研究所連携 市民健康講座 ～和漢薬と健康～

第5回 2月2日(金) 『がんと和漢薬』 定員:40名 参加費:無料

詳細は市薬草プロジェクトHP上で  
随時更新▶



## 【主催】飛騨市薬草ビレッジ構想推進プロジェクト

事務局：飛騨市まちづくり観光課内 TEL 0577-73-7463 / email hidayakusou@city.hida.lg.jp