

主催：一社)そにのわGLOCAL 企画：一社)曾爾村農林業公社  
協賛：曾爾村 ナビゲーター：Awamatsu (金井美樹)  
後援：一社)和ハーブ協会、曾爾村観光協会  
協力：国立曾爾青少年自然の家、曾爾高原を守る会

# 「ワラビを摘んで、ススキを守ろう」 ぬるべの郷 曾爾村 春の和ハーブ教室

2026年 5月10日(日)

9:30~16:30 (昼食付)

<雨天決行>

特別講演  
曾爾高原で  
生物多様性を  
考える

曾爾村の  
春の和ハーブを使った  
スペシャル  
ランチ

和ハーブ協会  
古谷暢基氏による  
特別講演 &  
散策講座

黄金色に輝くススキの高原 — 曾爾。  
近年、シカの食害や外来種、  
ワラビの繁茂によって  
その美しい景観や生物多様性が  
失われつつあります。

未来へこの風景を残すために、  
今できる一歩が「ワラビ摘み」。

普段は立ち入れないエリアでの特別な活動と  
和ハーブを五感で楽しむ散策講座。

自然と共生する里山の知恵を学び、  
暮らしに活かしましょう。



## 講師 山原 美奈

奈良県 環境森林部 景観・自然環境課  
生物多様性係 (令和8年3月時点)

「生物多様性なら戦略 (R7.1月)」の  
改定責任者。生物多様性保全行政に  
5年間従事。



## 講師 古谷 暢基

博士(医学)、一社)和ハーブ協会 代表理事 他

「賢い健康市民づくり」を目指し、  
健康・美容・医療の啓発活動に尽力。  
日本人の健康・生活を支えてきた  
和ハーブの普及にも力を注ぐ。

著書「和ハーブ図鑑」「PAN de WAHERB」  
「入浴検定テキスト」他

参加料金：7,000円 (現地集合プラン) ※定員30名  
9,000円 (送迎付きプラン) ※定員5名  
※子供料金あり

\* ご予約必須です \*

お申込み・詳細はこちら▶▶



# 曾爾村の春を味わい、学び、持ち帰る一日



## <ぬるべの郷 曾爾村 和ハーブ教室とは>

曾爾村には、今も薬草を暮らしに取り入れるおじいちゃん・おばあちゃんがあります。胃腸を整えたり肌荒れを癒したり——薬草は日常の知恵として息づいてきました。この文化と価値を次世代へつなぐために生まれたのが「和ハーブ教室」です。曾爾村に自生する野草を学んで活用し、美しい里山や自然環境の保全にも触れられる場です。



## <曾爾高原で生物多様性を考える>

国立公園特別地域に指定され、生物多様性の保全が求められる曾爾高原。近年はシカの踏み荒らしや食害、外来種の侵入、ワラビの繁茂などでスキの生育不良が続き、希少植物も絶滅の危機にあります。多様な生態系を守るために何ができるのか。講演後、身近に取り組める保全活動として「ワラビ摘み」をしましょう。

絶滅寸前の希少植物  
左：カキラン  
右：ヒメユリ



高原に踏み入る  
ニホンジカ

写真提供：奈良県

2026年 5月 10日 (日)

9:30 ~ 16:30

## 国立曾爾青少年自然の家

(奈良県宇陀郡曾爾村太良路1170) 無料駐車場あり

## スケジュール

- 9:15 国立曾爾青少年自然の家 集合
- 9:30 オリエンテーション
- 9:45 講演「曾爾高原で生物多様性を考える」  
奈良県 環境森林部 景観・自然環境課  
生物多様性係 (令和8年3月時点)  
山原美奈氏
- 10:45 曾爾高原でワラビ摘み (お持ち帰りいただけます◎)
- 12:00 昼食「春の和ハーブ弁当」
- 13:15 講演「和ハーブが人と自然の共生の架け橋になる」  
~有用植物文化掘り起こしの複合効果~  
和ハーブ協会代表理事 古谷暢基氏
- 14:15 散策講座「曾爾村 足元のたからもの」
- 16:30 解散

ナビゲーター 金井 美樹



和ハーブフィールドマスター、  
和ハーブセラピスト、薬草ソムリエ 他

2022~2025年、曾爾村地域おこし協力隊。村の野菜や薬草の販売・流通に携わる中で曾爾村が和ハーブの宝庫であること、その活用課題に気づく。里山再生を見据えた本イベントの発起人であり、企画・コーディネーター。

現在は Awamatsu -the herb stand- を主宰し、野草商品の開発・販売や出張講義、ワークショップを展開。

春の和ハーブ弁当 監修  
Wa herb chef 山下 竜一郎



曾爾に暮らし、有機農家「種の実」として葉物野菜を育てる一方、元調理師の経験を活かし、村内のマルシェでも腕を振るう。

日頃からキノコや山菜の採集、狩猟など自然に親しみ、近年は和ハーブなど身近な恵みの探求を続けている。

今回の和ハーブ弁当は、野草採取からレシピづくり、調理まで一貫して手がけご家庭でも楽しめる工夫を散りばめた、この日だけの特別なランチ。

## 参加料金 (税込価格)

現地集合プラン ※定員 30名  
7,000円 (小学生 3,000円~)  
送迎付きプラン ※定員 5名  
9,000円 (名張駅 発着)

## ご予約必須です

※定員に達し次第受付終了

お申込み・  
イベント詳細は  
こちらから▶▶



## お問い合わせ

一社)そののわGLOCAL  
0745-94-2022  
奈良県宇陀郡曾爾村長野62  
営業時間:平日 9:00-17:00