

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：奈良県景観・自然環境課、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

村内在住の方は優待価格でご招待

# 曾爾高原のススキを守ろう / 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>

曾爾高原の生物多様性が危ぶまれています。  
現状を知り、何ができるかを考える一日。  
曾爾村の宝物を皆で守っていきましょう。

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。

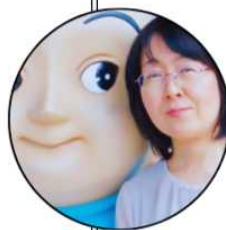
未来へこの風景を残すために、  
今できる一歩が「ワラビ摘み」。

シカがススキの新芽を好んで食べる一方、  
急増するワラビの葉を「摘む」ことで根に栄養が届きにくくなり  
生育のバランスを守る上で有効だと言われています。

本活動は、奈良県の許可を得たエリアに限り、  
調査・保全の一環として特別に実施するものです。  
(※通常はススキ保護のため立入制限されています)

「ワラビ摘みが秋のススキの生育にどう貢献するか」を  
検証する大切な初回試行です。

和ハーブを五感で楽しむ散策講座も同時開催。  
自然と共生する里山の知恵を学び、  
次世代へ繋いでいきましょう。



## 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> 4,500円 (小学生 2,000円~)

※昼食代込み ※先着順  
※定員に達し次第受付終了

\* ご予約必須です \*

お申込み・詳細はこちら▶▶



## <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・おばあちゃんがいます。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。“ススキを守る”とはどういうことか。今回すぐに取り組めることの一つとしてワラビ摘みを行います。それで全て解決できるわけではありません。シカ対策など未解決の課題は山積みです。イベント以後も経過観察を行い、継続的な保全活動に繋げていきたいと考えています。

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

**JUL 17** 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 曾爾高原で保全活動 (ワラビの刈り取りを行います)
- 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 **山下竜一郎**  
Wa herb chef



曾爾に暮らし、有機農家「種の実」として薬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)

一般価格 : 7,000円

村民優待価格  
(和ハーブ弁当付)

**4,500円**

(小学生 2,000円～)

## 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