



高西洋子さん(中央)を招き、ハーブ講習会が開かれた。28日午前宮良

ハーブの活用法学ぶ

田舎体験Pメンバー

石垣島田舎体験プロジェクト実行委員会に

よるハーブ講習会が28

日、石垣島観光事務所

で開かれた。講師にN

POジャパンハーブソ

リエティール八重山支部

支部長の高西洋子さん

を招き、同実行委に参

加するメンバーたちが

ハーブの種類や活用方

法などを学んだ。

講習会は地域の未利

用資源について知って

もらい、田舎体験など

のプログラム開発に役

立ててもらったことを目

的に実施されている。

この日、高西さんは

実際のハーブや写真を

見せながら、いろいろ

なハーブを紹介。「ハー

ブの活用方法が分かれ

ば、自分の体調管理に

も利用できる。「自然

が美味しい」というこ

とは、理解していない

と出来ないこと」とア

ドバイスした。

またポットマリー

ゴールドやウイキョ

のハーブをクリーム
チーズに混ぜるとい
う手軽なハーブ料理も紹
介。参加者から感嘆の
声が上がっていた。