

大人女子の

野草さんぽ

～自然を感じて、暮らしにひとさじ～



見て・歩いて・味わって、
野草を暮らしのパートナーに

身近な植物「野草」のチカラを知って、健康に役立ててほしいと全国で講演やワークショップを開催する、薬学博士 中山さんを講師に。

前半は公園を歩きながら、季節の野草を観察し、その効能や使い方を楽しく学びます。
後半では、おすすめ野草茶を楽しみながら、ご自身で数種類の野草茶をブレンドした"オリジナル野草茶"づくりを体験！

ココロもからだもほっとするやさしい時間を過ごしてみませんか♪

Wild grass



講師：中山智津子 氏

薬剤師・薬学博士・草剤師
(株)leafect代表取締役社長
なかよし薬局 代表
岡山理科大学非常勤講師
著書

『薬学博士が教える手づくり野草茶レシピ』
(山と溪谷社)

2025 9/23 10:30~12:30
(火/祝) (開場 10:00)

会 場：みはらし会議室 2F 北長瀬未来ふれあい総合公園内
(岡山市北区北長瀬表町2丁目17番20号)

*北長瀬駅より徒歩5分

*施設内に駐車場(有料)あり

参加費：1,500円(材料費込)

定 員：30名 *事前予約制*

持ち物：歩きやすい靴・お飲み物・筆記用具

お申し込みはこちら

