神宿る草「真菰」の不思議な世界

まこものお話

入場無料

知れば知るほど面白い、
真菰の魅力に出会う2時間

あやテラス2階

京都府綾部市青野町西馬場下35-1

12.6 SUN

18：00 ～ 20：00

定員300名

イベント内容

- 二人の講師による特別なお話
- 真菰をもっと楽しもう！



●野草料理研究家
若杉 友子 さん

真菰の料理と暮らしへの活かし方

綾部に暮らし、自然の食を伝え続けてきた
若杉ばあちゃんが語る真菰。



●出雲国まこもの会代表
野津 健司 さん

真菰の歴史と不思議な魅力



●質疑応答・交流

真菰茶の試飲　真菰細工の展示
真菰の育て方　真菰の活用法
体験談

MAKOMO TOWN AYABE
AYABE WO MAKOMO NO MACHI NI SHIYOU KAI

お問い合わせ先
主催：プロジェクトチームX
綾部を真菰の街にしよう会
代表　塩見義道　090-2707-4440



若杉友子さん(若杉ばあちゃん)のプロフィール

日本の食養料理・野草料理研究家
1937 年大分県生まれ
1995 年に綾部市へ移住
野草や自然の力を活かした食養普及活動中



野津健司さんのプロフィール

出雲国まこもの会と環境農業を広める会代表
島根県松江市生まれ
山王寺棚田で真菰を栽培
北海道から沖縄まで全国各地で真菰の普及活動中

真菰は、身近な場所で育てることができ、食べてもおいしく、身体も喜び、
さまざまな楽しみ方ができる植物です。
私たちは、そんな真菰の魅力をもっと多くの人に
知ってもらいたいと考えています。
食べて、育てて、つくって、楽しむ。
真菰を通して自然とつながり、人と人がつながる。
そしていつか、「綾部といえば真菰！」といわれる街を目指して。
まずは一緒に、真菰を知ることからはじめてみませんか？

当日のプログラム

- 開会・代表挨拶
- 若杉ばあちゃんのお話「真菰の料理と暮らしへの活かし方」
- 野津健司さんのお話「真菰の歴史から真菰の不思議な魅力」
- 質疑応答・交流
- ミニ体験談と真菰茶試飲
- 副代表挨拶・閉会

後援：綾部市・綾部市教育委員会・綾部市観光協会・綾部商工会議所
あやべ市民新聞・FM いかる