

● 民宿美合で、山道より山道を歩き山菜・薬草採り（まんのう町）

投稿者:YT(80代・女性)

【6月頃体験・団体で】

【一日目】

イキイキときめき大学東部校より参加しました。（日帰り体験です）

気温上昇の6月4日は、小雨となりました。私たちにはマイナスイオンいっぱいの山歩きでした。

里では、昭和初期に群生していたミツバ、ヨメナ、オオバコなどが群がり生えていました。

とても懐かしくて...

童心にかえり時間の過ぎるのも忘れ、山菜を採りました。

山あいを流れる清流、そして可愛く咲く花々に、心癒される時間でした。

薬膳料理をいただき、それぞれの効用を学びました。

昔、昔がなつかしく...そんな時間をすごせました。

皆様も、天空の美合で、美味しい空気をいっぱい吸って、元気に楽しくすごしてみませんか。

