

日本の薬用植物（ハーブ）を使った植物療法プログラム

トトラボ 植物療法野外実習



■主催団体：

トトラボ Totolab -with herbal medicine- 様

■事業概要：

ハーブを暮らしに取り入れている人でも、実際に生えている姿を知らなかったり日本にもハーブ(薬用植物)があることを知らなかったりすることに疑問をもった薬学博士が立ち上げた講座。薬学博士が植物そのものの解説と薬効の説明を、自然案内人であるレンジャーが自然界におけるつながりや多様性を伝えていくことで、ハーブを通して森の恵みや自然とのつながりを感じる1泊2日の植物療法の野外実践講座。

■プログラム概要

- ・ 森の恵みと薬用植物の観察、採集
- ・ 採集した植物を使ったレメディ（治療薬）づくり
- ・ 各回テーマに沿ったお話し会（薬用植物について／海外の天然生活の紹介など）

■キーワード

植物療法・日本の薬用植物・メディカルハーブ・自然生活・自然文化