

▼ハイビスカスの収穫をする関根さん



「ハーブは色や香り、味など五感を
使って楽しめるんですよ。種類によっ
て効能も違うので、自分のお気に入り
を見つけてるのも楽しいと思います」そ
う話すのは、由宇町で有機農業でハー
ブを栽培する関根さんです。

5年前に埼玉県に住んでいた頃、愛
犬がひどいアトピーに悩まされていま
した。病院に通うと症状は回復したも
の、薬の副作用で歩けなくなってい
まいます。何とか薬を使わず治す方法
はないか調べていると、スギナのお茶
が良いとの情報をインターネットで見
つけます。スギナを摘みに行ってお茶
を作り、飲ませ続けたところ症状が少
しずつ改善し、また歩けるように。そ
こからハーブに興味を持ち始め、勉強
を始めます。草木を育てるのが好きな

母親からローズマリーの挿
し木をもらったこともきつ
かけとなり、ハーブを育て
始めました。

3年前、長男の中学校進
学をきっかけに由宇町へ引
越してからは自宅そばの
休耕田を借り、刈った草や
生ごみで腐葉土を作ったり
虫除け効果のあるハーブを
土に混ぜ込んだりと、無農
薬にこだわって畑を整備。

今では20種類ほどのハーブがすくす
くと育っています。

収穫したハーブは乾燥させてお茶や
香り袋などに加工して販売するほか、
毎月行っている地域の高齢者サロンで
のボランティアの際、アロマオイルを
使用したマッサージに活用したり、高
齢者にハーブティーを振る舞うことも
あります。

「自分が育てた苗の成長を見るのは、
とても楽しいです。これから少しずつ
でもハーブを育てる仲間が増えて、周
辺の使っていない土地を活用してハー
ブ畑が広がって、一緒にその楽しさを
感じてもらえたらうれしいですね。そ
れを話題として地域の人たちで交流を
深めて活性化していき、誰でもハーブ
でほっと安心できる、そんな癒しの空
間を作っていけたら」夢を持ち続ける
関根さんの表情は、いきいきと輝いて
いました。



ハーブで癒しの空間を

Vol.67

関根 美幸さん
(由宇町在住)

休耕田を活用して有機
栽培のハーブを育て、
ハーブを活用した地域
の活性化に積極的に取
り組んでいる。また整
体師、フットセラピス
トなどの資格を活かし、
高齢者サロンでのボラ
ンティアを行っている。



▲高齢者サロンの皆さんと、アロマ
オイルでのハンドマッサージ体験



▲関根さんお気に入りのハーブ、ハイ
ビスカスの花

