

「都市部と農村地域を結び、暮らしの知恵を育む“薬草てらこや”を全国へ。」

13年続く“薬草てらこや”が描く、
都市と里山をつなぐ2拠点暮らしの新しい暮らしのかたち

当社は、4月1日を夢を発信する日にしようとする April Dream に賛同しています。
このプレスリリースは「薬草てらこや」の夢です。



2026年4月1日。

私たち「薬草てらこや」は、ひとつの叶える夢を宣言します。

“薬草、自然とともに暮らす人、楽しめる人、伝える人を各地域で増やすことです
現代は、便利さと引き換えに、自分の身体の声や自然とのつながりを見失いやすい時代です。

忙しさやストレスの中で、「整え方がわからない」と感じている人も少なくありません。

そんな中、私たちは13年前から、

身近な野草や薬草を通じて「自分で整える力」を取り戻す学びの場として

“薬草てらこや”にて、NPO法人おくすり研究会の矢野忠則先生の協力の元、

薬草料理マスターの育成を続け薬草カリキュラムの講座をおこなってきました。



里岐山にある、
果樹や木々たちは長い月日を経て、ご先祖様たちが繋いでできた環境作り。そして、私
たちの命を繋いでくれている。

わたしたちも、里山で摘み草し美味しく食べれる知識を、
未来を作る一人として、共有し楽しみながら、
生きる智慧を体験、学び伝えていきたい。
畑に生えるよもぎやハコベが、ただの雑草ではなく、
日々の食やケアにつながる存在へと変わる。
その小さな気づきが、暮らしそのものを変えていきます。

■私たちの夢

私たちが目指すのは、単なる知識の提供ではありません。
都市と里山を行き来しながら、自分の心と体を自分で整え、植物を育む喜び、
自然と共に生きる人が増えていく社会です。
独り身・核家族でも共有する古民家、耕作放棄地の田畑をフィールドワーク場所として活
用するメンバーとして体験学び楽しむ時間を育む学びを提供します。



- ・忙しい都会の中でも、自分を整える食、日本の伝統食、発酵食、自然暮らしの知恵を持つこと
 - ・週末だけでも自然に触れ、感覚を取り戻すこと
 - ・誰かに依存せず、自分で選択できる暮らしをつくること
 - ・米作りや野菜作りを通じ四季を感じ暮らしの営みの喜び幸福感で笑い合うこと
- こうした「小さな自立」が広がることで、

社会全体がもっとしなやかで、持続可能なものになると信じています。

フィールドワーク場所は、福岡県大牟田市

里山の原風景の残る中間地農村地域の復興ビジネスモデル地区として

これから始める2拠点暮らしの方に13年間の経験をシェア及びオンライン活動いたします

■最後に未病を整える力は、特別なものではなく、日々の暮らしの中にあります。

そしてそれは、本来、誰もが持っていた力でもあります。

2026年4月1日。この日を起点に、食と薬草の知恵が、再び暮らしの中に根づいていく未来を描いています

■薬草てらこやについて自然と暮らしで整う、

自分軸の学び場。薬草料理・自然療法・二拠点生活を軸に、実践型の講座や体験を展開。

公式サイト：<https://youherb.net/school/>

Instagram：https://www.instagram.com/youherb_net/

Threads：https://www.threads.com/@youherb_net?

以下、メディア関係者限定の特記情報です。個人のSNS等での情報公開はご遠慮ください。

【本件に関する報道関係者からのお問合せ先】 薬草てらこや 広報担当：坂井かよみ 電話：09072979060 メールアドレス：info@youherb.net