

平成31年2月12日

ハイキング散策の会の皆様

恒例の春の野草摘みとノラボウ採り

毎年恒例の春のハイキングのお誘いです。

可憐なカタクリの群生を鑑賞し、昔ながらの田園風景が残る秋川沿いをのんびりと散策しながらつくしやヤブカンゾウなどの野草摘みに興じ、いつもお世話になっている畑でノラボウ採りをします。

ノラボウはあきる野市や青梅市、埼玉などで栽培されている特有の菜で、ちょっとぬめりがあるアブラナ科の美味しい菜っ葉です。ノラボウはいつ頃から栽培されていたか定かではありませんが、天明の飢饉（1782～1788）や天保の飢饉（1833～1839）の時人々を飢饉から救ったという記録が残されています。

油と相性がよく、油いためやベーコンと一緒にパスタなど皆様にとっても人気のある野菜です。皆さま奮ってご参加ください。

1. 実施日： 3月23日（土） 雨天順延 3月24日（日）
2. 集合時間・場所： 午前7時45分 JR 三鷹駅中央線ホーム 前方  
7時58分発ホリデー快速“あきがわ3号”に乗車し秋川駅下車
3. 予定コース： 秋川駅～秋留橋～切欠カタクリ群生地～秋川沿い周辺散策～  
ノラボウ畑～武蔵引田駅（歩行約4時間 一般向き）
4. 持ち物： お弁当、飲み物、敷物、雨具、ナイフ、手袋、ビニール袋など

参加をご希望の方は3月21日までに世話人あて申し込みください。

なお、4月のお花見ハイキングは6日（土）に小川町・嵐山方面へ、25日（木）に日帰りバスハイクで日光方面へアカヤシオを見に行く予定です。追ってご案内します。

以上

ハイキング散策の会

渡邊 美穂子（090-4093-3665）

田熊 利彰（090-7238-0419）

