

# 里山の恵み 朴葉寿司講座

ホオの葉を実際に採取して  
朴葉寿司を作ります。

雑木林の四季を感じながら  
楽しく作ってみましょう。

ホオノキとホオの花（亀ヶ谷緑地：5月上旬）

## 2026年5月23日(土)

10:00～12:30（受付9:40開始）

場所：多摩市立グリーンライブセンター  
亀ヶ谷緑地（多摩市落合）

定員：20名

対象：大人～小学生（小学3年生以下は保護者同伴）

参加費：800円

持ち物：飲み物、帽子、汚れてもよい服（長袖長ズボン）  
滑らない靴、軍手、持ち帰り用袋、エプロン

講師：多摩グリーンボランティア森木会亀ヶ谷緑地班会員

主催：多摩市グリーンボランティア連絡会



### 朴葉寿司（ほおばずし）

美濃地方から木曾地方にかけての郷土料理です。朴の葉に寿司飯、漬物、つくだ煮などの保存性の高い物を包み保存食とした食べ物です。朴の葉は、香りがよく殺菌効果や防カビ作用に優れます。朴の葉の香りとともに、郷土の味をお楽しみください。

### 5月8日（金）より受付

申込み：多摩市立グリーンライブセンター  
（電話：042-375-8716）

多摩市立グリーンライブセンター

住所：東京都多摩市落合2-35

tel. 042-375-8716 FAX. 042-375-0087

交通：京王線・小田急線・多摩モノレール  
「多摩センター駅」より徒歩7分

ホームページ：<https://tama-glc.jp>

開館時間：9時30分～17時

休館日：毎週月曜（祝日の場合その次の平日、年末年始）