



# 浦添大公園

ニュースレター  
うらしー  
2026年2月号



## 利用者の皆様へ

B・Cゾーンに設置された遊具は人気のため土・日・祝日に来園者が多く駐車場がすぐに満車になります。芝生広場前駐車場もご利用下さい。

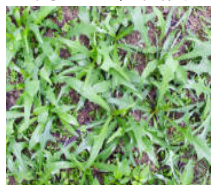
## 春に食いたい野草

アキノノゲシ(秋の野芥子) *Lactuca indica*

方言名:ウサジヌミミ 中国名:翅果菊 英名:Indian lettuce

キク科 日本〜東南アジア

高さ1.4-2mに育つ多年草。葉は長さ10-30cm、細長く縁が裂けるとときと裂けないときがある。ちぎると白い汁がでる。花は薄黄色で周年咲くが、多いのは夏から秋にかけて。葉をウサギ、ニワトリのえさに使っていた。食用としても知られていて、汁の具、細切りにしてあえ物として食べられてきた。苦味はホソバワダン(ニガナ)と同じで、代用としても使う。

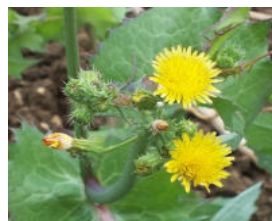


ハルノノゲシ *Sonchus oleraceus*

別名:ノゲシ 方言名:マーオーファー 中国名:苦苣菜 英名:Sow thistle

キク科 欧州原産

高さ0.4-1mに生長する1年生草本。葉は細長く長さ10-25cm。縁は激しく切れ込む。ちぎると白い汁がでる。花は黄色で直径2cm。アキノノゲシと同じく、ウサギやニワトリ、ブタのえさとして使っていた。葉が柔らかいので汁の具としては上等。ヤファラジュシーの定番で、春先の農作業後の前後に収穫できいつでも手に入る野草だ。



## 浦添大公園

# 食べられる野草の観察と 野草料理の試食会

## 開催のお知らせ



園内を散策しながら食べられる野草、食べられない野草の観察と解説を行います。観察会終了後は、野草を使った料理の数々を試食していただき、意見交換を行います。



■開催日時: 2月14日(土) 13:30~16:00

■場 所: 浦添大公園「旧管理事務所」

■参加料金: 2000円

■定 員: 15名(対象/大人)

※大雨等の場合は延期か中止。実施の様子を撮影し、報告書や今後の資料に使うことがあります。

参加する際には帽子をかぶり長袖、長ズボン着用をおすすめします。

参加申し込みは 浦添大公園 **098-873-0700**

浦添大公園ニュースレター うらしー 2026年2月号

浦添大公園管理事務所 〒901-2103 沖縄県浦添市仲間2-53

TEL (098) 873-0700 FAX (098) 873-0714

<https://urasoedapark-osi.jp>

指定管理者 沖縄文化スポーツイノベーション株式会社[タビックグループ]

編集・発行: 比嘉正一