

クミンキュアのハーブ教室 初級（土曜日1日コース）

午前：10時から12時（最大12時半）、午後：13時半から15時半（最大16時）

R4年6月25日作成

日程	テーマ	分類	内容	実習
7月2日	ハーブクラフト①	クラフト・染色	ハーブクラフトの歴史について ラベンダーバンドルズについて	ラベンダーバンドルズ
7月27日	食とハーブ②	料理	クッキングハーブの基本的な使い方について/ハーブビネガー・ハーブオイルについて	ハーブビネガー、ハーブオイルを使ったハーブ手巻き寿司
8月27日	食とハーブ①	料理	クッキングハーブの基本的な使い方について/ジェノベーゼソースについて	ジェノベーゼソースを使ったパスタと温野菜和えと豆腐サラダ
8月27日	ハーブの種類①	主なハーブ	ハーブの種類について/チンキ・ハーブ石鹸について	チンキ、ハーブ石鹸
9月3日	ハーブの歴史①	基本的なことから	四大文明について 歴史の上でのハーブの変遷について	アロマクラフト（アロマバスソルト）
9月3日	ハーブの育て方①	有機栽培、育て方・殖やし方	種まき、挿し木について	種まき 挿し木
9月17日	ハーブの育て方③	有機栽培、育て方・殖やし方	病害虫について/寄せ植えに使うキッチンハーブの種類について	キッチンハーブの寄せ植え
9月17日	美容・健康とハーブ①	アロマセラピー・活用法	歴史について/各種精油について/芳香浴・吸入について	アロマクラフト（エアフレッシュナー）
10月22日	美容・健康とハーブ②	アロマセラピー・活用法	基礎知識（精油、基材、嗅覚、安全性、関連法規）について	水蒸気蒸留法による芳香蒸留水の作成
10月22日	希望者は午後かながわハーブナーセリー見学			
11月12日	ハーブの種類②	主なハーブ	有毒植物について/ハーブソルト、フィッシュゼルブについて	フィッシュゼルブを使ったポタージュスープとハーブソルトのクラッカー
11月12日	美容・健康とハーブ③	アロマセラピー・活用法	アロマクラフトについて/各種精油について/パッチテストについて	ミツロウクリーム
11月26日	食とハーブ③	料理	ブーケガルニ・ハーブバター・ハーブチーズ・エルブドプロバンスについて	ブーケガルニを使ったポトフ、ハーブバター、ハーブチーズのバケット
11月26日	ハーブクラフト②	クラフト・染色	ハーブクラフトの歴史について/中級クラスのガイダンスについて	フルーツポマNDER
1月21日	美容・健康とハーブ④	ハーブティー	おいしいいれ方について 各種ハーブティーについて	ハーブティー
1月21日	ハーブの歴史②	基本的なことから	重要人物と書物について	ポプリ（ドライ）
2月18日	ハーブクラフト③	クラフト・染色	染色の基礎について/煮染め（同溶染め、ミョウバン）について	レモンガラスかカモミール染め
3月4日	総論	修了式	レポート発表/祝ハーブランチプレート	ターメリックライス/南インド風ランチプレート
6月	ハーブの育て方②	有機栽培	収穫と保存について/タッジーマッジーについて	タッジーマッジー
6月	ハーブクラフト①	クラフト・染色	ハーブクラフトの歴史について ラベンダーバンドルズについて	ラベンダーバンドルズ

その他自由参加で長久保公園ハーブ園見学、JHS会員ご自宅訪問、ハーブショップ見学あり