

# クミンキュアのハーブ教室 中級（金曜日午前コース）

R4年4月13日作成

日程	テーマ	分類	内容	実習
4月15日	ハーブの歴史①	歴史年表	世界史におけるハーブについて	ハンガリーウォーター
4月22日	ハーブの植物学①	化学・分類・形態	ハーブの香り成分について 安眠、鎮静効果のあるハーブについて	ハーブピロー、睡眠を促す ハーブティー/午後ハーブ ナーセリー
5月13日	ハーブの育て方①	ガーデニング	プランターでのハーブデザインについて	耐暑性のあるエキナセアを 中心とした寄せ植え
6月3日	ハーブの育て方②	ガーデニング	花壇でのハーブデザインについて	ガーデニング見学（大貫 邸）
6月17日	美容・健康とハーブ①	アロマセラピーと コスメティックス	精油のブレンド方法について アロマクラフト自然香水について ケルンの水について/各種精油について ①	マイオリジナルフレグランス（ロールオンアロマ）
7月1日	食とハーブ①	料理	スパイスの基本的な使い方について 世界の主なスパイスブレンドについて	南インド料理（トーレン、 イシュュー、カーレン）、 ラッシー
7月15日	ハーブの植物学②	化学・分類・形態	ハーブの香り成分について 消臭・防虫のあるハーブについて 各種精油について②	消臭・防虫について、 シューズキーパー、アロマ 虫よけスプレー
8月5日	ハーブクラフト①	クラフト・染色	染めの歴史について 藍の生葉染めについて	生葉藍染め、藍のお茶
9月9日	ハーブの植物学③	化学・分類・形態	ハーブの分類と学名の基本について ハーブの組織・形態の基本について	アメリカ南部（ケイジャン ライス、ガンボスープ）、 ハイビスカスゼリー
9月16日	食とハーブ②	料理	ハーブ&スパイスの役割と効果について 肉料理、魚料理に適したハーブ&スパ イスの使い方について	魚料理について（ブイヤベ ス、カルパッチョ）、肉料理に ついて（ルンダン）
10月7日	美容・健康とハーブ②	アロマセラピーと コスメティックス	コスメティックスについて 基礎知識（皮膚、刺激・毒性）について	アロマ化粧水、アロマ美容 液
10月21日	ハーブクラフト②	クラフト・染色	スパイスクラフト	スパイスチャイ、スパイス スプーンづくり
11月11日	ハーブクラフト③	クラフト・染色	クリスマスクラフト	針葉樹について、クリスマ スワッグづくり
11月18日	美容・健康とハーブ③	ハーブティー	症状別ハーブティーの基本について 各種ハーブティーについて	風邪予防。花粉症予防の ハーブティーブレンドづく り
12月16日	ハーブの歴史②	歴史年表	日本史におけるハーブについて	沈香を使った塗香づくり
1月13日	ハーブの種類①	主なハーブ	ハーブの種類（日本のハーブ）につい て	七味唐辛子づくり、七草に ついて、野草鍋
2月10日	ハーブの種類②	主なハーブ	ハーブの種類について	イースターエッグポマン ダー
3月3日	総論	修了式	夢ボード発表 /修了式 /ハーブラン チプレート	ハーブコーディアルで乾 杯、ハーブディップ各種、 バーニャカウダ

その他自由参加でハーブ園見学、野草散策、JHS会員ご自宅訪問あり

# クミンキュアのハーブ教室 中級（日曜日午前コース）

R4年4月13日作成

日程	テーマ	分類	内容	実習
4月24日	ハーブの歴史①	歴史年表	世界史におけるハーブについて	ハンガリーウォーター
4月24日	美容・健康とハーブ①	アロマセラピーと コスメティックス	精油のブレンド方法について アロマクラフト自然香水について ケルンの水について/各種精油について ①	マイオリジナルフレグランス（ロールオンアロマ）
5月22日	ハーブの育て方①	ガーデニング	プランターでのハーブデザインについて	耐暑性のあるエキナセアを中心とした寄せ植え/午後 はハーブナーセリー見学
6月5日	ハーブの育て方②	ガーデニング	花壇でのハーブデザインについて	ガーデニング見学（大貫 邸）
6月12日	食とハーブ①	料理	スパイスの基本的な使い方について 世界の主なスパイスブレンドについて	南インド料理（トーレン、 イシュュー、カーレン）、 ラッシー
6月12日	ハーブの植物学②	化学・分類・形態	ハーブの香り成分について 消臭・防虫のあるハーブについて 各種精油について②	消臭・防虫について、 シューズキーパー、アロマ 虫よけスプレー
7月10日	ハーブの植物学③	化学・分類・形態	ハーブの分類と学名の基本について	アメリカ南部（ケイジャン ライス、ガンボスープ）、 ハイビスカスゼリー
7月10日	美容・健康とハーブ②	アロマセラピーと コスメティックス	コスメティックスについて 基礎知識（皮膚、刺激・毒性）について	アロマ化粧水、アロマ美容 液
7月31日	ハーブクラフト①	クラフト・染色	染めの歴史について 藍の生葉染めについて	生葉藍染め、藍のお茶
9月11日	食とハーブ②	料理	ハーブ&スパイスの役割と効果につい て 肉料理、魚料理に適したハーブ&スパ イスの使い方について	魚料理について（ブイヤ ベース、カルパッチョ）、 肉料理について（ルンダ ン）
9月11日	ハーブの植物学①	化学・分類・形態	ハーブの香り成分について 安眠、鎮静効果のあるハーブについて	ハーブピロー、睡眠を促す ハーブティー
10月23日	美容・健康とハーブ③	ハーブティー	症状別ハーブティーの基本について 各種ハーブティーについて	風邪予防。花粉症予防の ハーブティーブレンドづく り
10月23日	ハーブクラフト②	クラフト・染色	スパイスクラフト	スパイスチャイ、スパイス スプーンづくり
11月27日	ハーブクラフト②	クラフト・染色	クリスマスクラフト	針葉樹について、クリスマ スワッグづくり
11月27日	ハーブの歴史②	歴史年表	日本史におけるハーブについて	沈香を使った塗香づくり
1月22日	ハーブの種類①	主なハーブ	ハーブの種類（日本のハーブ）につい て	七味唐辛子づくり、七草に ついて、野草鍋
1月22日	ハーブの種類②	主なハーブ	ハーブの種類について	イースターエッグポマン ダー
3月5日	総論	修了式	レポート発表 /修了式 /ハーブラン チプレート	ハーブコーディアルで乾 杯、ハーブディップ各種、 バーニャカウダ

その他自由参加でハーブ園見学、野草散策、JHS会員ご自宅訪問あり