

# 豊田中日文化センター(暮らしに活かすハーブ教室)

令和8年 1月～6月 初級カリキュラム

(第2火曜日13時～15時)

回	開講月	分類	内容と実習	持ち物 (筆記用具)
1	1月 (1/13)	ハーブクラフト	スパイスの歴史と使用スパイスの解説 実習*スパイススプーン作り	ハサミ 速乾性ボンド
2	2月 (2/10)	美容と健康とハーブ	コスメティクス・アロマクラフト 実習*アロマクリーム バスボム	
3	3月 (3/10)	食とハーブ	ハーブとスパイスの役割と効能 実習*イタリアンニョッキ 他	エプロン
4	4月 (4/14)	ハーブの育て方	初夏の寄せ植え 実習*キッチンハーブ	植木鉢 (薄手)手袋
5	5月 (5/12)	ハーブクラフト	使用ハーブの解説と媒染剤について 実習*ローズマリ染め エコバックを染める	エプロン 厚手ゴム手袋
6	6月 (6/9)	食とハーブ	ハーブとスパイスの役割と効果 実習*ハーブランチ アーティーチョークリゾット他	エプロン

※ 季節のハーブの育て方をお伝えします。

※ すべての講座の後にハーブティーを召し上がっていただきます。