

豊田中日文化センター（暮らしに活かすハーブ教室）

令和3年1月～6月 初級クラス カリキュラム

第2火曜日 13時00分～15時00分

回	開講月	分類	内容と実習	持ち物 (筆記用具)
1	1月 (1/12)	美容と健康とハーブ	各種アロマセラピーの基礎知識 実習*手作り化粧水・クリーム作り (ハンガリーウオーター・ローズクリーム)	
2	2月 (2/9)	ハーブクラフト	歴史的由来と背景 実習*エッグポマンダー作り	ハサミ 速乾性ボンド
3	3月 (3/9)	アロマセラピー	アロマセラピー基礎知識 実習*手作り化粧水・クリーム作り (ハンガリーウオーター・ローズクリーム)	
4	4月 (4/13)	ハーブの育て方	有機栽培・育て方・殖やすし方 実習*ハーブの寄せ植え (ティーに用いるハーブ)	薄手ゴム手袋 植木鉢
5	5月 (5/11)	ハーブのクラフト	和ハーブの役割と特性 実習*タンス香り作り	
6	6月 (6/8)	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	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。