

ハーブ講座

☆ハーブ安眠ピローを作ろう☆

日 時 10月24日（水）午後1時～3時30分

暮らしに活かす講座 殺菌・防虫のハーブについて

植物であるハーブの中でも殺菌・防虫などの力を持っているものがありますので私たちもその自然の力を上手に活用していきましょう。

実習では育てたハーブを使って安眠ピローを作ります。

○内 容

虫よけ・殺菌のハーブについて

実習内容は昨年好評だった安眠ピローづくりです。



写真は安眠ピローに入れるハーブの一例です。

○場 所 ぴゅあ峡南 調理実習室

〒409-2305 南巨摩郡南部町内船 9353-2

○講 師 小澤千寿子

（JHS 上級ハーブインストラクター）

○定 員 20名

○参加費 材料費2,000円（材料費・受講料）

○持ち物 園芸はさみ、裁縫用具、新聞紙、ゴミ袋

○申込み お電話又はFAXで ぴゅあ峡南まで

TEL 0556-64-4777 FAX 0556-64-4700

E-mail: danjo-c@yamanashi-bunka.or.jp

<http://purekyonan.wordpress.com/>

☆キャンセル 開催日前、7日までにご連絡下さい。

（期間以後は有料となります。）

今年度のハーブ関連講座予定

（材料などの都合により内容が変更になることがあります。）

○11月28日（水） 肌に良いハーブ

○12月15日（土） レモンガラスの正月飾り

○2月27日（水） ハーブ料理、ハーブソルト



開催日前、3日までに連絡を