

2018年3～7月

ハーブの時間

育てて、食べて使って綺麗になる スローライフのハーブ&アロマ

★HERBクラフト「香りのたまご エッグポマンダー」

3月22日(木) 10時～12時

卵を使ったエッグポマンダーの楽しみ方の一つ。卵の殻にハーブポプリを詰めよう。今年のイースターは、4月1日。芽吹き春、ゆっくりとハーブクラフトを楽しみませんか？

イベント終了



★「ハーブの寄せ植えレッスン」

4月19日(木) 10時～12時

今年はどんな寄せ植えにしようか？あれこれ悩ましい時間です。今回は、香りと食の両方を楽しめる寄せ植えです！初めての方も、再挑戦の方も是非！！

イベント終了

★和のハーブをとことん楽しむ「ドクダミ」

6月14日(木) 10時～12時

ドクダミの別名は「和ハーブ」です。古くから私たちの暮らしに欠かせない植物の一つ。化粧水にしても、お茶にしてもよし。そんな和風万能ハーブをとことん楽しみましょう！

イベント終了



★夏バテ予防 「ハーブピクルス」

7月19日(木) 10時～12時

夏野菜いっぱいのハーブで作るピクルス。酸味のきいた爽やかな味が食卓を彩ります。きっと自分好みの味がみつかりますよ！

※ 植物の生育状況により内容変更となることもあります。
※ 写真はイメージです。

会場：大井ふ頭中央海浜公園 なぎさの森管理舎
申し込み：2018年3月1日(木)より受付開始(月～金曜 10時～16時30分)
TEL 03-3790-2378 大井スポーツセンター
募集：小5～大人(8名) ※盲導犬等をお連れの方は事前にお声かけください。
参加費2,000円
※ 持ち物：フィールドに出ますので足もとがしっかりした靴、タオル、マイカップ(ハーブティーが出ます)
★3/22、お持ちの方は、布ばさみがあると便利です。
※ 最少遂行人数に達しない場合は実施しない場合があります。

白石みほこ 日本メディカルハーブ協会認定ハーバルセラピスト
JHS 認定上級ハーブインストラクター
シェアリングネイチャーリーダー 造園技能士
大井ふ頭中央海浜公園 <http://www.seaside-park.jp/>

