

【ハーブ】

★ J AMHA ハーブ&ライフコーディネーターコース★

キッチンやベランダでも育てられるハーブや身近で手に入りやすいハーブとスパイス 56 種類の基本的な知識とともに、リビング、バスルームなど暮らしの中での役立て方、さらにはハーブ・スパイスを使った料理のレシピや育て方などを学ぶコースです。また、JAMHA ハーブ&ライフ検定に対応していますので、「ハーブ&ライフコーディネーター」資格取得を目指して学ぶことも出来ます。《対象：初心者の方から》

【コース別日程】 講座番号 HL01

	日程	内容	学ぶハーブ・スパイス	実習
第1回	5/24 (木)	<ul style="list-style-type: none"> *ハーブ・スパイスとは *歴史 *取り入れ方 *安全性 *ティーの基本① *アロマバス・バスソルト 	オレガノ・カルダモン ガーリック・クローブ コリアンダー・サフラン シナモン・ジンジャー スターアニス	<ul style="list-style-type: none"> *チャイ *バスソルト
第2回	5/31 (木)	<ul style="list-style-type: none"> *食とハーブ・スパイス *ティーの基本② *おすすめレシピ 	セージ・ターメリック タイム・タラゴン ディル・ナツメグ バジル・フェンネル ペッパー	<ul style="list-style-type: none"> *コーディアル *サシェ
第3回	6/14 (木)	<ul style="list-style-type: none"> *ハーブ・スパイスを美容・健康・生活に役立てる① (ハーバルバス・フェイシャルケア) 	ミント・ラベンダー レモングラス・ローズマリー・ローレル・アニス イタリアンパセリ カイエンペッパー キャラウェイ	<ul style="list-style-type: none"> *ハーブオイル *ハンドバス
第4回	6/28 (木)	<ul style="list-style-type: none"> *ハーブ・スパイスを美容・健康・生活に役立てる② (芳香浴・クラフト) 	クミン・ケイパー・スイートマジヨラム・チャービル・チャイブ・バニラ フェネグreek・マスタード・ルッコラ・世界のミックススパイス1	<ul style="list-style-type: none"> *ハーブ・スパイスティー *ナプキンリング
第5回	7/12 (木)	<ul style="list-style-type: none"> *ハーブ・スパイスの栽培の基本 	クチナシ・ゲットウ・サンショウ・シソ・スギナ・ドクダミ・ハトムギ・ヨモギ・和ハッカ	<ul style="list-style-type: none"> *ハーブバター *ローズマリーリース
第6回	7/26 (木)	<ul style="list-style-type: none"> *総まとめ・試験対策 	アシタバ・エゴマ・クコ・クズ・ゴマ・セリ・チャ・ハコベ・ビワ・ユズ・ワサビ・世界のミックススパイス2	<ul style="list-style-type: none"> *ハーブ・スパイスソルト *シューキーパー

【その他】 上記日時以外にプライベートレッスンも随時承っております。お気軽にお問い合わせください。

【時間】 9：30～11：30

【費用】 受講費用（実習費含む）税込 25,920 円 別途テキスト代 2,700 円 ※現金又は銀行振込

【振替について】 振替制度を設けております。ただし、定員、開講状況等によりご希望のクラスで振替受講が出来ない場合もございます。

【定員】 6名

【お申込み方法】 お電話・メール（お名前・お電話番号・希望コース名を明記）・窓口にてお申込みください。

【キャンセルについて】 講座開始 7 日前までは手数料 10,000 円を差し引いた金額を返金致します。

公益社団法人日本アロマ環境協会総合資格認定校 特定非営利法人日本メディカルハーブ協会認定校

NAGOMI アロマ&ハーブスクール

TEL： 042-310-9992 メール： info@nagomi-school.jp

（受付時間 9:00～17:00（土日祝日除く））

ナチュラルオーガニック株式会社 スクール事業部

東京都府中市八幡町 3-17-15 ともやビル 4F （京王線 東府中駅より徒歩 2 分）

