

フレッシュハーブを使いこなそう  
フレッシュハーブの魅力に触れる

講師ギルド

since 2015  
Powerful Woman パワフル・ウーマン  
【有効期限 2022.12.31】

# 四季折々の フレッシュハーブ講座



ミントソーダ



ハーブオイル



ハーブバター



マスクスプレー



ガーデニング



ハンドクリーム

## 各講座 所要時間：90分程度

フレッシュハーブを暮らしに活かす方法をお伝えします。スイーツ、ドリンク、美容、除菌など、季節のハーブたちが毎日を楽しく、健やかにしてくれます。



お申込み・お問い合わせ

☎ 080-5174-3294 さいとう よしえ  
(電話に出られなかった場合は、折り返しいたします)

ピース・ヴェール ～アロマとハーブのサロン～  
〒982-0803 宮城県仙台市太白区金剛沢2-8-31  
ホームページ <https://piece-verte.com>  
メール [info@piece-verte.com](mailto:info@piece-verte.com)



サロンの情報  
HPはこちら↓



## さいとうよしえの出張講座 <公共機関・企業・団体向け>

- ◆ 講師料は、1講座1万円が目安ですが、参加人数やご予算に応じます。
- ◆ 遠方の場合は、別途交通費をお願いする場合があります。
- ◆ マスクの着用、手指の消毒、ソーシャルディスタンスなど、感染症予防対策をしっかりと行います。

### <フレッシュハーブ講座 実施例 >

実施時間：全講座90分程度

#### 免疫力を上げる 春のハーブ講座



材料費：1,500円 /1人 (ハーブ・容器代他)  
内容：りんごのような甘い香り漂うカモミールを使ったハーブシロップ又はミルクプリン、美肌のためのボディオイル(30日分)を作ります。

#### 暑さを乗り切る 夏のハーブ講座



材料費：1,500円 /1人 (ハーブ・容器代他)  
内容：爽やかなミントのハーブシロップ又はラベンダーと紅茶の蒸しパン、リフレッシュするマスクスプレー(14日分)を作ります。

#### 食欲アップ 秋のハーブ講座



材料費：1,500円 /1人 (ハーブ・容器代他)  
内容：ローズマリーなどのキッチンハーブを使ったハーブオイル又はハーブバター、抗菌力のあるタイムの喉スプレー(14日分)を作ります。

#### ほっこり温まる 冬のハーブ講座



材料費：1,500円 /1人 (ハーブ・容器代他)  
内容：ゆずと生姜を使ったハーブシロップ又はジンジャーブラウニー、ゆずのアロマオイルで保湿のための冬用ハンドクリーム(30日分)を作ります。

- ・ 講座で作った料理やクラフトはすべてお持ち帰りいただけます。
- ・ 研修室や調理室にて講座を実施できます。
- ・ ご要望により、材料や講座の内容をカスタマイズすることが可能です。