

ハーブは  
人の体と心を癒やし  
支えてくれます。



心と体の  
健康

自然の  
癒やし

体の中から  
キレイ

手作りの  
楽しさ

安心  
安全

ハーブを使ったお菓子や石鹸、化粧水作りなどを通して、  
ハーブの効能や楽しみ方をわかりやすくお伝えします。ハーブライフと一緒に楽しんでみませんか。  
ハーブの持つ香り、おいしさ、美しさ、パワーが、皆さまの豊かさで穏やかな日々の手助けとなりますように。



お申し込み・お問い合わせは

TEL.090-6448-8217 FAX.022-349-9807

Mail herb.school.marjoram@gmail.com



ハーブ工房まーじょらむ  
Original Blend Herb Tea



## 各種講座コースのご案内

基本料金(各講座) 10,000円

参加人数やご予算に応じてご相談の上決めております。地域によっては別途交通費が発生する場合がございます。お気軽にご相談ください。

### ブレンドハーブティー レッスン

ハーブの効能を学び、免疫力UPや冷え性改善など、目的に合わせてブレンドハーブティーを2種類作ります。

●所要時間:90分 ●材料費:1,000円



### お肌にやさしいハーブ石けん作り

ハーブの効能を学び、赤ちゃんでも使える肌にやさしい石けんを作ります。

●所要時間:60分 ●材料費:600円～



### ハーブコーディアル (ハーブシロップ)作り

風邪予防や美肌ケアなど、目的に合わせたハーブコーディアル(ハーブシロップ)を作ります。

●所要時間:90分 ●材料費:1,000円



### ハーブを蒸留して作る 化粧水

ハーブを蒸留してできた蒸留水で美肌化粧水、または美肌ジェルを作ります。

●所要時間:90分  
●材料費:1,200円



### ハーブクッキング

フレッシュハーブやドライハーブを使いランチプレート、またはデザートプレートを作ります。

●所要時間:120分  
●材料費:1200円～



### お肌にやさしい スキンクリーム作り

ハーブと精油の効能を学び、スキンクリームを作ります。

●所要時間:60分 ●材料費:1,000円



### ハーブ染め

お好みのハーブでストールを染めます。お好きな香りや色などを選べます。

●所要時間:90～120分  
●材料費:2,500円



### ルームスプレー又は マスクスプレー作り

ハーブの知識を深め、ルームスプレーまたはマスクスプレーを作ります。

●所要時間:60分  
●材料費:1,000円



講座終了後にはティータイムを設けています。ハーブティーをお楽しみください。



講師 阿部 薫 Kaoru Abe

ハーブ工房まーじょらむ主宰 ハーブリスト

1971年生まれ 宮城県出身

NPO法人日本ハーブ振興協会認定

プロフェッショナル インストラクター・オブ・ハーブ資格

プロフェッショナル アドバイザー・オブ・ハーブ資格

JAAアロマコーディネーター資格

カフェやサロンのオリジナルブレンドティーの  
プロデュースや委託販売を行っています。



ハーブ工房まーじょらむ  
Original Blend Herb Tea

<https://www.kaoruabe.com>