



熊野美人になろう

# くまの美活動ゼミ

## いよいよ実践編！

### 第2回 開催レポート

2019.1.11 Fri. @くまの・こども夢プラザ

1週間後・・・



#### ■ 概要

日時：2019年1月11日(金)18:00-20:00

会場：くまの・こども夢プラザ

(熊野町貴船9-14/旧西公民館)

参加人数：15名

講師：渡部 裕子氏

#### ■ ねらい

くまの美活動ゼミでは、美人をつくるハーブの効用、活かし方を知り、体験し、楽しむことで、町内に、ハーブを楽しむ仲間の輪を広げていきたいと考えています。

今回は、ハーブの種を小さなポットに植えました。ハーブポットは各自自宅へ持ち帰って、絶賛栽培中！

## ■プログラム

18:00~19:00 講演「ハーブ使いになる ~キッチンガーデン編~」

(講師：渡部 裕子氏)

19:00~19:45 ワークショップ「キッチンガーデンを育てよう！」

19:45~20:00 アピールタイム&まとめ



## ■講演：ハーブ使いになる ~キッチンガーデン編~

ハーブの発芽適温は、種類にもよりますが、概ね15℃以上。本来冬は、種を蒔く時期ではありませんが、あたたかい室内であれば、冬でもハーブを育てることができます。ポイントは以下の通り。

1

### バーミキュライトを使おう

バーミキュライトとは、原石「ひる石」を高温で加熱し膨張させたもの。高温加熱されたため無菌状態になっており、また、軽量で、保水性に優れており、室内栽培でも安全にハーブを育てることができます。



2

### 化成肥料を混ぜよう

バーミキュライトには栄養がないため、肥料を混ぜます。鉱物由来の化成肥料は、匂いも気にならず、室内栽培に適しています。但し、化成肥料は、植物・動物由来の有機肥料に比べて肥料の成分が強く、根に直接接触すると養分濃度が濃くなりすぎて根が傷んでしまいます。種には直接肥料が触れないようにしましょう。

## ■ワークショップ：キッチンガーデンを育てよう！

### 用意するもの

- ・ハーブの種
- ・ポット
- ・バーミキュライト
- ・化成肥料
- ・鉢底石（なくてもOK）



### 今回植えたハーブ パセリ系

- ・モスカールド
- ・パラマウント
- ・プレッツェーモロ



### バジル系

- ・スイートバジル
- ・シナモンバジル
- ・バジリコ・ナーノ



### その他

- ・ナリーパクチー
- ・オレガノ

### 種まきの方法

- ①種は、一晚浸水させておく。  
パクチーなど、固い殻に包まれたものは予め割っておく。
- ②バーミキュライトに化成肥料を混ぜた後、全体に水を含ませる。
- ③②のバーミキュライトをポットの半分程度まで入れる。
- ④無肥料のバーミキュライトをポットの八分目まで入れる。
- ⑤水でバーミキュライトを湿らせ、種を3~4粒蒔く。  
発芽するまでは、表面が乾かないようにラップなどで覆う。
- ⑥1日1回、霧吹きなどで水をやる。

1週間ほどで、芽が出てきます！