



＼ 熊野美人になろう ／

くまの美活動ゼミ

ステップアップコース

第1回 開催レポート

2019.6.7 Fri. @くまの・こども夢プラザ



■ 概要

日時：2019年6月7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：12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や活かし方を知り、体験することで、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、筆まつりでのブース出店を目指して、自分たちがやってみたいことやできることを考えました。

■ 主催

熊野町 総務部 地域振興課

■ 企画運営（委託事業者）

株式会社エブリプラン（担当：山田、小田）

開催概要

■プログラム

- | | |
|-------------|--------------------------|
| 18:00~18:30 | アイスブレイク・自己紹介 |
| 18:30~19:00 | ハーブの楽しみ方と活かし方（講師：渡部 裕子氏） |
| 19:00~19:30 | ワークショップ「バスソルトをつくろう」 |
| 19:30~20:00 | アイデアだし「筆まつりでやってみたいこと」 |



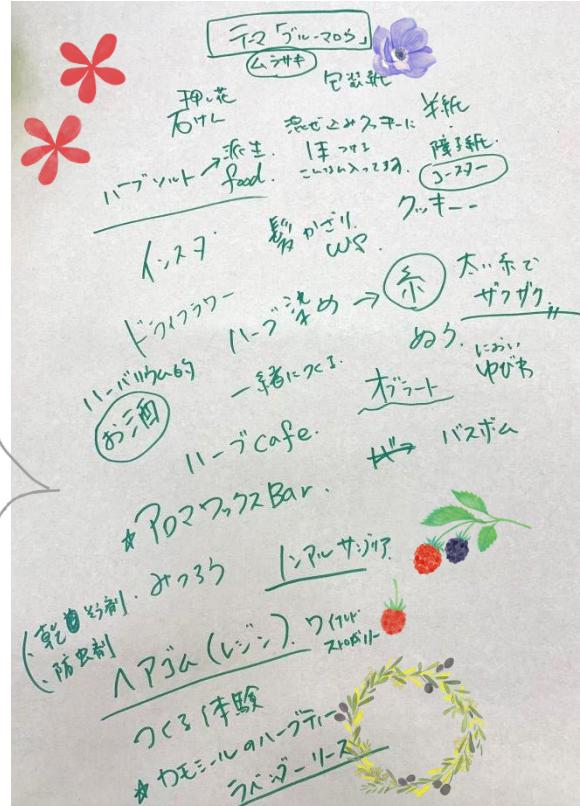
筆まつりに癒しのブースを

筆まつりに向けて何をつくるか、何ができるかについて話し合った結果、「ブルーマロウ」をテーマにほっと一息つける癒しブースを開くことになりました。カフェやハンドメイド雑貨の販売など、一人ひとりのできることを活かして素敵な空間をつくっていきます！

ブルーマロウの効能

和名でウスベニアオイとも呼ばれ、初夏から夏にかけてきれいな赤紫色の花を咲かせます。粘膜を保護する効果があるので、風邪をひいて喉が痛いときや咳が止まらないとき、花粉症の症状緩和などにおすすめ。

ちなみに、マシュマロのマロは、ブルーマロウのマロウからきているんだとか。実はマシュマロは、ブルーマロウの根の部分が原料で、昔はのど薬として使われていたようです！



／ 渡部講師直伝 ／

見てかわいい飲んでおいしい ブルーマロウカルピス♡



マロウの花びら含まれるアントシアニンという色素は、水溶液の性質によって色が変化します。

この性質を利用し、マロウティーに酸性の果汁などを入れると瞬く間にピンク色に変化します。まるで科学の実験のように幻想的で美しい色合いのカルピスを楽しみました。

つくりかた

(材料)

- ブルーマロウ 適量
希釀用カルピス お好みの濃さで
水
氷 (お好みで)



1. マロウを水につけて色素が溶け出すまで待つ（30分～1時間）。時間がないときは、お湯で一気に煮だしても良いが、水出しの方が色が長持ちする。
2. コップに希釀用カルピス（1杯分）と氷を入れる。
3. 水出ししたマロウティーを、ゆっくりとコップに注ぐ。
4. 不思議！色が変化します！ゆっくりと静かに注ぐと二層に分かれ、混ぜるとピンク色に変化。
5. マロウの花びらを浮かべれば、インスタ映え抜群のカルピスが完成！水で作ったカルピスよりも、多少ハーブの味わいを感じるような仕上がり。