

## 若帰りのハーブ ローズマリー 講座

2014年3月14日 (金)

主催 ハーブちくら & Garden studio いいだゆうこ

場所：南房総市千倉保健センター 調理室

午後13:30～15:30



南房総でお馴染みのハーブNO1のローズマリー。

「庭にあるけど使った事がない...」

若返り効果や、抗菌作用を日常にいかしてみませんか？

### 講座内容

- 1、若帰りのハーブと言われる由縁は？
- 2、味わってみましょう。（ハーブティーやお菓子）
- 3、抗菌効果を家事に活かす使い方。 他

定員 20名様

講座費 2,200円 （ハーブティー、お菓子付き）

お申し込み ハーブちくら（佐々木）

メール [chikuraherb@gmail.com](mailto:chikuraherb@gmail.com)

電話 090-1910-0368



講師 Gardenstudio いいだゆうこ

日本メディカルハーブ協会認定ハーブセラピスト。「英国式ハーブの薬箱／リエコ大島ハークレー著」の企画、撮影を担当し国内外の薬草の取材を重ねながら自らもハーブの知恵を学び、実践中。

ハーブちくら

休耕田をハーブで再活性化させ、価値ある新しい産業や観光を産み出すこと目標に発足。

美容と健康に役立つハーブを通し、人と人との和を創り出し、さらに千倉のファンを増やせるように活動中。