

【令和7年度】中瀬協働センター「前期市民スクール」

令和7年6月12日（木曜日）9:30～11:30 実習室

『和ハーブ講座（～ドクダミ教室～）』

～知れば足元のタカラモノ！ ドクダミの魅力を知ろう～

講師： 横井 理恵子 先生（ハーブ蒼 一般社団法人 和ハーブ協会 和ハーブインストラクター）

横井先生から、ドクダミについての説明がありました。

ドクダミ科、ドクダミ属 多年草 「毒や痛みに大変効く」「毒をためて出す」が名前の由来。

生薬名：十葉（じゅうやく）・・・十以上の薬効がある。ゲンノショウコ、センブリと三大民間草薬。

◎ドクダミ茶 ◎ドクダミチンキ ◎ドクダミ化粧品 ◎ドクダミオイル ◎ドクダミゼリー の作り方を教えて頂き、ドクダミスプレーとドクダミ軟膏を作りました。

ドクダミ茶の試飲とドクダミゼリーの試食をしました。

皆さんには、いろいろな効能を持つドクダミに大変興味を持って頂きました。



