

【メディカルハーブ検定カリキュラムと日程】

2021年4月6日現在

	内 容	各論ハーブ	実習
第1回	メディカルハーブの世界	以下のハーブを毎回3種～4種取り上げて講義します。すべて試飲を含みます。 (ウスベニアオイ、エルダーフラワー、エキナセア、ジャーマンカモミール、セントジョーンズワート、ダンディライオン、ネトル、ハイビスカス、パッションフラワー、ペパーミント、マルベリー、ラズベリーリーフ、リンデン、ローズヒップ)	ハーブティーの入れ方
第2回	メディカルハーブの機能と仕組み		手浴
第3回	メディカルハーブを使う		チンキ剤
第4回	ハーブによる癒しのレシピ		浸出油

*ハーブ各論の順番は開催前に決定します。順序が変わる場合もございます。

*実習では各論で取り上げたハーブティーを試飲します。

★日程【2021年5月開校】

クラス名	講義		講義・実習	
	A オンライン 午前クラス 11:00～12:10	B オンライン 午後クラス 14:00～15:10	C 店舗対面 金曜クラス 15:00～16:10 (講義) 16:10～17:00 (実習)	D 店舗対面 土曜クラス 15:00～16:10 (講義) 16:10～17:00 (実習)
第1回	5月10日(月)	5月10日(月)	5月14日(金)	5月15日(土)
第2回	5月24日(月)	5月24日(月)	5月28日(金)	5月29日(土)
第3回	6月7日(月)	6月7日(月)	6月11日(金)	6月12日(土)
第4回	6月21日(月)	6月21日(月)	6月25日(金)	6月26日(土)

※各回、必ず講義と実習を受講してください。

※オンラインクラスは講義のみ、実習は店舗対面で受講します。

※オンラインクラスAまたはBに参加した方は必ずCまたはDの実習に参加すること。

※店舗対面クラスは講義&実習の両方を一日で習得します。

(例1) 講義はオンラインAで、実習はCの金曜クラスで→OK

(例2) 講義も実習もDの土曜クラスで→OK

(例3) 第3回のA午前クラスを欠席したのでBの午後クラスに振り替えたい→OK

※欠席した場合、同じ回の他のクラスに振り替え可です。(但し1回のみ)

【ハーブ&ライフ検定カリキュラムと日程】

2021年4月6日現在

	内 容	各論ハーブと実習
第1回	Part1 ハーブ・スパイスとは 歴史、とり入れ方、安全性 Part3 ティーの基本①	以下のハーブを毎回数種類ずつ取り上げて講義します。 ・試飲を含みます。 ・料理デモを含みます ・クラフトを含みます ・栽培（1回）含みます。
第2回	Part2 食とハーブ・スパイス Part3 ティーの基本②	オレガノ、カルダモン、ガーリック、クローブ コリアンダー、サフラン、シナモン、ジンジャー、スターアニス、セージ、ターメリック、タイム タラゴン、ディル、ナツメグ、バジル、フェンネル ペッパー、ミント、ラベンダー、レモングラス
第3回	Part4 ハーブ・スパイスを美容・健康・生活 に役立てる①	ローズマリー、ローレル、アニス、イタリアンパセリ カイエンペッパー、キャラウェイ、クミン、ケイパー スイートマジョラム、チャービル、チャイブ、バニラ フェネグリーク、マスタード、ルッコラ 世界のミックススパイス
第4回	Part4 ハーブ・スパイスを美容・ 健康・生活に役立てる②	クチナシ、ゲットウ、サンショウ、シソ、スギナ、ドクダミ、ハトムギ、ヨモギ、和ハッカ アシタバ、エゴマ、クコ、クズ、ゴマ、セリ、チャ、ハコベ、ビワ、ユズ、ワサビ 世界のミックススパイス2
第5回	Part5 ハーブ・スパイスの栽培の基本	
第6回	補充・各論など総まとめ 試験対策など	

★日程【2021年5月開校】

クラス名	講義		講義・実習	
	A オンライン 午前クラス 11:00~12:10	B オンライン 午後クラス 14:00~15:10	C 店舗対面 金曜クラス 15:00~16:10 (講義) 16:10~17:00 (実習)	D 店舗対面 土曜クラス 15:00~16:10 (講義) 16:10~17:00 (実習)
第1回	5月18日(火)	5月18日(火)	5月21日(金)	5月22日(土)
第2回	6月1日(火)	6月1日(火)	6月4日(金)	6月5日(土)
第3回	6月15日(火)	6月15日(火)	6月18日(金)	6月19日(土)
第4回	6月29日(火)	6月29日(火)	7月2日(金)	7月3日(土)

※各回、必ず講義と実習を受講してください。オンラインクラスは講義のみ、実習は店舗対面で受講。

※オンラインクラスAまたはBに参加した方は必ずCまたはDの実習に参加すること。

※店舗対面クラスは講義&実習の両方を一日で習得します。

(例1) 講義はオンラインAで、実習はCの金曜クラスで→OK

(例2) 講義も実習もDの土曜クラスで→OK

(例3) 第3回のA午前クラスを欠席したのでBの午後クラスに振り替えたい→OK

※欠席した場合、同じ回の他のクラスに振り替え可です。(但し1回のみ)