

香り草花 ハーブを楽しもう



あなたの暮らしにハーブを

最近、店頭でハーブの苗がめだつてきています。ハーブとは「薬草、香草、風味用植物」等と訳されています。

ハーブはアレンジメントやリースとして花を楽しんだり、料理やハーブティーとして香りを楽しむもの、入浴剤やポプリとして暮らしをたのしむもの、とその用途は多彩に広がります。

栽培と利用方法

地中海沿岸を原産地とするものが多く、日本で栽培するには雨と、夏の暑さをいかに上手に乗り切るかがポイントです。

(1) ラベンダー

日当たりがよく、乾燥したアルカリ性の土を好みます。肥料はあまり必要ないでしょう。

ラベンダーの香りは安眠できるといわれています。枕に入れたり寝室に置くといいでしょう。

(2) ミント類

やや日陰の湿った土を好みます。丈夫で育てやすいハーブですが、繁殖力が強いので、地植えの場合には板やブロックなどで仕切りをつけると繁殖を防ぐことができます。爽やかな香りのミントティーやクッキー、手作りアイスクリームにミントを添えてリッチなテイタムを演出してみませんか。

力のある土を好みます。一年草であるため屋外での越冬は難しいです。バジルはパスタ料理に使えます。乾燥させると香りが飛んでしまうので生のものを年中使えるように栽培にチャレンジしてみましょう。

(3) スイートバジル

日当たりと水はけの良い保水力のある土を好みます。一年草であるため屋外での越冬は難しいです。バジルはパスタ料理に使えます。乾燥させると香りが飛んでしまうので生のものを年中使えるように栽培にチャレンジしてみましょう。

★ハーブの利用方法

	料理	ティー	浴湯	ポプリ
ラベンダー	○	○	○	○
カモミール		○	○	○
ミント類	○	○	○	○
バジル	○			
セージ	○	○		
オレガノ	○			
レモングラス	○			

★ハーブの効用

ラベンダー…食欲増進・消化促進、安眠
カモミール…鎮痛、解熱
ミント類…神経疲労、殺菌

バジル…食欲増進・消化促進、強壯
セージ…神経疲労、老化防止
オレガノ…車酔い、食欲増進、消化促進
レモングラス…便秘、消化器系

訪ねてみませんか ハーブ園

今回紹介した三品種は、どれも西洋ハーブといわれるものです。

新体制でスタート 支庁単位に広域化

平成八年四月一日から、農業改良普及センターが郡市一カ所の広域体制になりました。新体制では、企画経営科、農畜産科、野菜科、果樹花き科の四科が配置されました。



も西洋ハーブといわれるものです。普段何気なく使っている、シソやミツバ、セリ等もハーブの間、和風ハーブと言えましょう。ハーブにはたくさんの種類があります。あなただけの香り、グリーンインテリアを求めて、ハーブ園を訪ねてみてはいかがでしょうか。

果樹花き科 増田 順子

山武農業改良センターの庁舎が整備されるまでの間、四科のうち作物・畜産を担当する農畜産科と果樹・花きを担当する果樹花き科が松尾町に駐在（旧普及センター松尾支所）しています。駐在、本所間の連絡体制に万全を期して普及活動をすすめてまいりますので、ご理解のうえ、ご協力くださるようよろしくお願いします。

※連絡先
▼企画経営科および野菜科
山武農業改良普及センター
東金市東新宿一―一―
0475-5410227
▼農畜産科および果樹花き科
山武農業改良普及センター
駐在 松尾町松尾一八二
0479-8614121