

りんせん通信

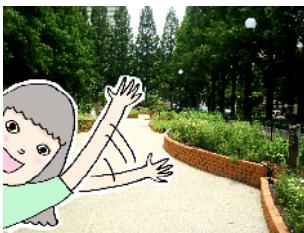
6
2021

発行：アロマセラピールーム林泉 <http://rinsen-aroma.com>

2021年6月7日発行(通巻第124号)

～花と緑の香りめぐり(13)～

今年5月にリニューアル！ 「香りのハーブガーデン」を訪ねました。



光が丘駅から、歩いて5分

「香りのハーブガーデン」は、練馬区にあるハーブ園です。都営地下鉄大江戸線「光が丘駅」から、団地のなかを5分ほど歩くと到着します。770㎡という小ぢんまりした敷地のなかに、150種のハーブが植えられていました。

やっぱり、ラベンダー

一番多く見かけたハーブは、ラベンダーでした。園内には、精油の材料として有名なイングリッシュ・ラベンダーが何種類も植えられています。

この日は、「ミス・キャサリン」という薄ピンクのお花が満開で、花壇の一角を賑わせていました。



おすすめアロマグッズ No.92



バスソルト・ラベンダーの香り
(クナイフ)

天然のラベンダー精油配合の入浴剤。ラバンジンという品種が使われていて、すっきりした香りが魅力です。

この入浴剤の長所は、香りの持ちがいいところ。天然の香りはすぐ消えがちですが、こちらは湯船に浸かっている間ずっと楽しむことができました。



とにかく元気なミントです

アップル・ミントやオーデコロン・ミントなど、ミント類を5種類ほど見つけました。

精油でおなじみのペパーミントは、ネームプレートで隠す勢いで茂っています。スペアミントも発育がよく、手と同じくらい大きい葉っぱもありました。

編集後記

「香りのハーブガーデン」は、まわりも魅力です。園を囲む花壇には、爽やかな香りのラバンジンと、リボンのような苞葉が特徴のフレンチ・ラベンダーが、ぐるりと一周並びます。

リニューアル直後ということで、まだ株は小さいですが、両方とも強い品種ですから、すくすく育つことでしょう。特にラバンジンは花穂が大きく、花もたくさん咲きます。今から、数年後の初夏が楽しみです。

リラックスの定番、カモミール

花期はそろそろ終わりですが、かわいい姿が撮れました。カモミールは、ローマン種、ジャーマン種、ダブルカモミールの3種類が植えられています。

花はほのかな青リンゴの香りを放ち、その香りには緊張を静める効果があると言われます。



ゼラニウムはバラの香り

こちらは、ローズ・ゼラニウム。葉っぱをこすると、バラのような甘く華やかな香りがします。ピンクの花がかわいいですが、香りをもつのは葉のほうで、精油も葉から抽出します。アロマセラピーでは、女性ホルモンを整える作用が有名です。

