

スウェーデン女性から学んだこれからの幸せのあり方。自分の愛すべきものに囲まれて暮らす彼女たちは、自然をいとおしみ、生活に取り入れるのがとても上手。季節の移り変わりを、身近な草花を通して楽しんでいます。自然の恵みを感じながら心に贅沢な時間を過ごすヒントが、ここにあるはずです。

mjuk スペシャルサイト

www.swedenhouse.co.jp/mjuk/

“Herb & I”

そこにハーブがある毎日

原産はヨーロッパですが、日本人にとっても馴染み深いラベンダー。ハーブというより、香り立つ可憐な花」というイメージも強いのではないのでしょうか。

ひとくちにラベンダーと言っても、その数は30種類以上と知られています。

紫色の小さな花や、うっすらとピンクの花を咲かす、イングリッシュ



シラバンダーは最もポピュラーな品種。他にはウサギの耳のようにちよこんとした花を咲かす、フレンチラベンダー、等々。どれも爽やかで芳醇な香りが特徴です。

初夏に咲く早咲き種、盛夏、初秋に咲く遅咲き種、冬にも咲く四季咲き種。いろいろな品種を集めながら育てると、一年を通して楽しむことができます。

美しい緑や可憐な花は、私たちの暮らしに彩りを与えてくれます。季節感やみずみずしさを運んでくれる、四季折々の草花。そこにハーブが加わると、身近な日常に新鮮な驚きがうまれます。

ゆったりとした空気。彩りのある日常。心地よいアロマ。植物の持つ生命力……

料理やバスタイムなどを通して、

暮らしの中でハーブをもっと身近に感じてみましょう。

テラスに無造作に置いても絵になるのは、ハーブが力強い野草だから。

ダイニングテーブルが似合うのは、

料理のアクセントとしての出番を待ち構えているから。

さあ、あなたらしい“Herb & I”を見つけてみませんか。

【ラベンダー】
vol.1 lavender



自宅でラベンダーを育てるには、少し注意が必要です。高温多湿を嫌うため、水のやりすぎは禁物。表面の土が乾ききってから水やりします。又、真夏は半日ほど風通しの良い日陰に置くといいでしょう。

そして、ラベンダーを枯らしてしまう一番の原因は肥料のやりすぎ。可憐なイメージがありますが、過干渉には要注意です。

Sachet

【サシェ作り】

サシェとは匂い袋のこと。ラベンダーはドライになると花の色鮮やかにより一層香りが増します。花の香りを楽しむために簡単なサシェをつくってみよう。

1. つぼみが濃く色づく開花前に、茎ごと収穫します。満開になる直前が、いちばん香りが強い時期です。



5. ドアノブにかけたり、クローゼットや引きだし、枕の下に忍ばせたり…。リラックス効果のあるラベンダーの香り。一年中穏やかな気持ちで過ごせそうです。

2.



茎をひもなどでしばって、風通しの良い日陰に花を下にしてつるしましょう。乾いた蕾が落ちることがあるので、気になる方はざるに直接並べて置いて、日陰で干してください。自然乾燥で約1週間、ドライフラワーのできあがりです。



3. 茎からドライフラワーを取ります。触るだけで簡単に取れますが、ゴミや虫がまぎれていることも。丁寧に取りのぞきましょう。

4.



4. お好みの小さな巾着袋（薄手のリネンやシーチングがおすすめ）に、収穫したドライフラワーを入れます。これだけで数年間香りを楽しめますが、より長く強い香りを楽しみたい場合は、ラベンダーのエッセンシャルオイルを数滴落として再び成熟させると良いでしょう。