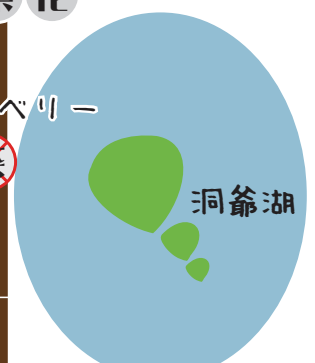
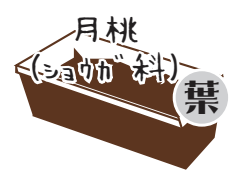


ヤロウ (キク科) <b>葉</b>	レモングラス <b>葉</b> (イネ科)	レディスマントル (ルビ科) <b>葉</b>	レモンバーム (シソ科) <b>葉</b>
ペニーロイヤルミント (シソ科) <b>葉</b> <b>茶</b>	オレガノ <b>葉</b> (シソ科)	ハマミール (キク科) <b>花</b>	ホワイトセージ (シソ科) <b>葉</b>
ゴールデンタイム (シソ科) <b>葉</b>	オレガノ <b>葉</b> (シソ科)	ステビア (キク科) <b>葉</b>	ポリジ (ムギサキ科) <b>葉</b> <b>花</b>
カレンデュラ (キク科) <b>花</b>	ティーツリー (フトモモ科) <b>葉</b> <b>茶</b>	エキナセア (キク科) <b>葉</b> <b>花</b>	マロウ (アオイ科) <b>葉</b> <b>花</b>
オレンジミント (シソ科) <b>葉</b>	マートル (フトモモ科) <b>葉</b>	ベルガモット (シソ科) <b>葉</b>	レモンバーベナ (クマツヅク科) <b>葉</b>
ローズ (ルビ科) <b>花</b>	ゼラニウム (フトモモ科) <b>葉</b>	セージ (シソ科) <b>葉</b>	エルダーフラワー (スイカズリ科) <b>葉</b> <b>花</b>
	ローズマリー (シソ科) <b>葉</b>	セントジョーンズ ワート (フトモモ科) <b>葉</b>	タイム (シソ科) <b>葉</b>
	アップルミント (シソ科) <b>葉</b>		ワイルドストロベリー (ルビ科) <b>葉</b> <b>茶</b>



注! **茶**  
お茶には向きません

ハーブの名前  
(科名)  
使用部位  
**茎** **花** **葉**

**ヤロウ**  
熱や痛みのある風邪に・抗うつ  
月経不順、更年期障害、  
婦人病・収れん作用  
髪の毛の成長を促す

**ゴールデンタイム**  
集中力アップ、殺菌作用  
花粉症、呼吸器系の不調に

**カレンデュラ**  
殺菌、消炎、肌荒れ  
肌の引き締め、生理不順  
消化不良の緩和

**オレンジミント**  
消臭・抗うつ・リフレッシュ

**ローズ**  
心を明るく・神経ストレス  
緊張・生理痛・肌の引き締め  
張り、炎症を鎮める

**月桃**  
ポリフェノールを多く含む  
脳の活性化、アレルギー改善  
アンチエイジング、集中力UP

**レモングラス**  
肌の引き締め、虫除け  
腹痛、下痢、頭痛  
発熱の緩和

**ペニーロイヤルミント** **茶**  
ニキビを好転・集中力UP  
虫よけ (アリ、ノミ、カマシなど)

**オレガノ**  
消化促進・健胃・整腸  
殺菌・強壮・頭痛  
リウマチ・生理痛・咳  
痙攣、神経磨耗等の緩和

**ティーツリー**  
抗菌、抗炎症作用、風邪の予防  
リフレッシュ、虫刺され、消臭

**マートル**  
リラックス鎮静作用、抗菌  
作用、お肌の洗浄沈静に

**ベルガモット**  
気分を落ち着かせる  
芳香性健胃薬、駆風薬とさ  
れていた  
紅茶アールグレイの香り付け

**ゼラニウム**  
ホルモン分泌調整作用に  
優れる・更年期障害、肉体、  
精神のバランスを整える  
不安を和らげ、心を明るく  
抗うつ

**ローズマリー**  
記憶力・集中力を高める  
血流をよくして  
血圧の上昇・肌の引締め

**レディスマントル**  
月経不順・更年期  
のどの痛み・口内炎

**ハマミール**  
ストレス・不安・イライラを  
和らげる・頭痛・筋肉痛

**ステビア**  
ダイエット甘味料  
低カロリー

**エキナセア**  
天然の免疫効果の向上  
風邪、インフルエンザの緩和  
ケガの治療の補助  
有効な血液の清浄化

**セージ**  
肌あれ・むくみ解消・頭痛  
口内炎に効く・うがい薬  
抗菌

**セントジョーンズワート**  
抗うつ・月経不順・不眠改善

**アップルミント**  
ニキビを好転させる  
集中力アップ・鼻づまり

**レモンバーム**  
記憶力アップ  
ショックの気持ちを和らげる  
発熱を鎮める・生理痛  
**ホワイトセージ**  
神経の強壮作用、消化吸収  
促進に、血行改善に  
**ポリジ**  
抗炎症、鎮痛、発汗、利尿  
強壮

**スペアミント**  
ニキビを好転させる  
集中力アップ・鼻づまり

**マロウ**  
気管支炎のトラブル緩和  
便秘・肌あれ・吹き出物  
花粉症

**レモンバーベナ**  
鎮静作用、頭痛  
吐き気を和らげる、  
消化促進、胃腸の働きを助ける

**エルダーフラワー**  
鼻炎花粉症などの緩和、体  
内毒素の排出作業

**タイム**  
殺菌作用、花粉症、咳など  
呼吸器系の不調を和らげる

**ワイルドストロベリー** **茶**  
胃もたれ・貧血・立ちくらみ

**ラベンダー**  
リラックス効果  
生理痛・月経不順  
やけど・不眠