

すくすくみどり No.12 ~ハーブのある暮らし~ ~ 目 次 ~

はじめに	・P2
第11回(平成11年度)花と緑のフォトコンテスト グランプリ作品	・P3
第33回(平成11年度)緑の絵コンクール大賞作品	・P4 ~ P5
ハーブ	
ハーブとは	・P6
ハーブの歴史・文化	・P7
ハーブの効果	
健康のために	・P8
アロマセラピー	・P9
共栄植物(コンパニオンプランツ)	・P10
ハーブの利用	
ハーブティー	・P12
ハーブティーの応用	・P13
クッキング	
ハーブを使った料理	・P14
スパイスの用途と効果	・P15
ポプリ	
ポプリのつくり方	・P16
ハーバルバス	
ハーバルバスのつくり方	・P17
ハーブを見て楽しむ	
花壇	・P18
ドライフラワー	・P19
ハーブの栽培	
庭植え	
植え付け場所	・P20
土壌改良	・P21
ポット苗の植え付け	・P22
直まき	・P24
マルチング	・P25
除草	・P25
冬支度	・P25
鉢に植える	
置き場所	・P26
冬季に室内で楽しめるハーブ	・P27
灌水	・P28
施肥	・P28
用土と鉢	・P28
植え替えと鉢まわし	・P29
増殖	
播種	・P30
挿し木(挿し芽)	・P34
取り木	・P35
株分け	・P36
病虫害	
化学薬品を使わない病虫害の防除策	・P37
剪定	・P38
収穫	
一年草	・P38
多年草	・P38
乾燥	・P39
保存	・P39
ハーブ50	・P40 ~ P47
緑の相談	・P48
札幌市グリーンデータバンク	・P49
札幌市都市緑化基金	・P50