

## 自然の素材で「無添加石けん」づくり

作成者：山本 淑子 ハーブ・アロマアカデミー

- 対象者・人数：小学校中学年以上 10～20名
- 所要時間：60分程度
- 指導者・アシスタント人数：指導者1名、アシスタント3名
- 実施場所：イベントワークショップ

### ■ 資材

- ・植物性石けん素地（固形石鹸を千切りしたみたいな物）50g
- ・エッセンシャルオイル 1滴～（お好みで）  
（精油、植物の枝葉、根茎などから得られる芳香をもつ揮発性の油、アロマセラピーに用いられている）
- ・ジッパーつき袋
- ・計量カップ
- ・割り箸
- ・ベビーオイル
- ・小さじ計量スプーン
- ・クッキーのぬき型（今回はハート）  
\*大きさにより2つ出来る。
- ・持ち帰り袋（空き箱などあれば尚良い）
- ・キッチンペーパーやティッシュ
- ・雑巾やゴミ袋
- ・ラップフィルム
- ・湯または水 15～20ml
- ・キッチンスケールまたははかり

### ■ 花材

- ・乾燥したバラの花びら 小さじ1杯  
もしくはローズパウダー



エッセンシャルオイル



キッチンスケールなど資材



バラの花びら パウダー

### 【指導内容と目的】

- ・自分で使用するだけでなく、敬老の日や友達の誕生日などに手作りのプレゼントとしても使用出来る。作成する際にはプレゼントする相手を思いながら気持ちを込めて作成すると良い。
- ・使用する材料が自然素材である事を、子ども達にわかりやすく伝え、植物が生活に使われていることを知って貰う。
- ・目分量ではなく、きちんと計量する事、クッキー型抜きを使用する事で失敗も少なく持ち帰ってもらえる。
- ・エッセンシャルオイル、パウダーを使用することで作っている時から香りを楽しめる。
- ・イベントなどで行うときは、親子でも参加をしてもらい、感想を話し合うなど会話も大切にしよう。

### 【対象者への配慮】

- ・石けん素地は、ジッパー付きの袋に入れて個別配布する。\* ジッパーは閉めておく。
- ・最初に全体の工程を説明し、作業工程に合わせて説明をしながら進めていくと良い。
- ・水の計量は中高学年であれば、自分で行ってもらい、多すぎるとどうなるか、少なすぎるとどうなるかを説明しアシスタントは、正しく計量ができるように目配りしておく。
- ・石けんの香りや手触りなどを感じて貰いながら進める。
- ・石けんが粘りのある団子状にならずに、パサパサしている時は、少量の水を大人が加えて加減をする。
- ・エッセンシャルオイルの種類は、作成するテーマやイメージによって変えることもできる。
- ・石けんの形を形成するぬき型の内側にベビーオイルを塗り終えたら、すぐに手を拭けるようにティッシュペーパーを置いておくが良い。
- ・持ち帰った石けんは、固まるまで数日乾燥させる事が必要であることを必ず説明する。
- ・固まるまでは変形しやすいので持ち歩くときには十分注意する。

## ① 事前の準備

## ■ イベント企画者との打ち合わせ

1.人数、2.予算、3.時間、4.机などの配置、5.水道のある部屋かどうかの確認（なければペットボトルに水をいれて持参）

## 事前

- ・ジッパー付きの袋に石けん素地を50gずつ測って、ジッパーでしっかり封をしておく。
- ・バラの花びらを子ども達にすり潰してもらう場合はすり鉢などを持参。



- ・ローズパウダーを用いるときは、見本としてすり潰す前の乾燥したバラの花びらを準備する。



## 当日

- ・子ども達に配布するレジュメを準備 → 帰宅後に保護者にも見ってもらう。

- ・水道がない場合、予めペットボトルなどで使用人数分の水を持参していく。



- ・机に新聞を敷いて、使用する材料を机に配布する。

- ・ホワイトボードや黒板があれば手順を大きく書いて説明の準備をする。

- ・参加する子ども達は、手を洗っておく。

- ・水などは中高学年ならば、自分で計量できるように計量カップを机に配置。低学年であれば大人が手伝う。

- ・ベビーオイルは、小さなおかずカップなどに入れて机に置いておく。



- ・石けんを丸めたり、型にいれたりするときには、ラップフィルムやビニールを机に広げ、そのうえで作業すると素地にゴミがつかなくて良い。

## ② 当日の流れ

① 計量カップで入れる水をはかる。

② 石けん素地が入っているジッパー付き袋に水をいれる。

③ 次にドライハーブや花びらなどを全体に振り入れる。

\*一ヶ所に入れると混ざりにくい



④ 袋の中にエッセンシャルオイルを5～10滴いれる。

⑤ 袋のジッパーを閉め、袋の上から手で揉みまぜる。

どんな感触か、どんな匂いがするか楽しみながら、粘りのある団子状になるまで揉む。



⑥ クッキーの型の内側にベビーオイルを手で塗っておく。

手が拭けるようにキッチンペーパーなどをおいておく。



⑦ 少しずつ材料を取り出して、型に押し込んでいく。

表裏面ともヒビや、隙間がないか確認する。

⑧ 紙屑や埃が付着してしまうので、

ラップフィルムを敷いて、型から親指でおしてラップの上に抜き出す。



⑨ 割り箸の上に平行において4～5日乾燥させる。

\*クッキー型の大きさが小さければもう一つ出来る。



## ■ 参考配布資料

スローライフをたのしむ。  
**自然派「無添加石けん」**

指導 山本 淑子

お湯または水を加えるだけで簡単にできる!

**材 料** オリジナル石けん素地 (微粉タイプ) ……50g  
 お湯または水……………15~20ml  
 ローズパウダー……………小さじ1杯  
 エッセンシャルオイル (ラベンダーなど) ……1滴  
 袋 (ミニグリップ)、石けん型

つくり方



1. ミニグリップ袋に石けん素地を入れ、お湯または水を分量どおり加えます。  
 \*水分が多すぎると柔らかくなり、少なすぎるとパサパサの石けんになります。
2. ローズパウダーを分量どおり加え、全体によく混ぜます。(香りのよいバラの花弁やラベンダーを乳鉢で細かくつぶす)
3. エッセンシャルオイル(精油)を、5~10滴加えてよく混ぜます。
4. 石けんが粘りのあるだんご状になるまで袋の中でよくこねます。  
 \*石けんがパサパサしているときは、少量のお湯または水を足してください。
5. 適量を袋から取り出し、型に押し込んで形を整えます。  
 \*型から抜けやすくするために、型の内側にベビーオイルを塗っておきます。
6. 親指でゆっくり圧力を加えながら崩さないように注意して取り出します。
7. 割り箸を平行に並べた上に置いて、4~5日乾燥させます。→ 完成

山本淑子ハーブ・アロマアカデミー  
 アロマラボ株式会社  
 お問い合わせ電話…0120-170-802

