



# イルカの空中散歩

～海が目の前のすてきな場所でのいやしのひととき～

第 213 号

2018/09/01

客室乗務員発行

担当♥山口

皆さま、こんにちは。本日もご搭乗ありがとうございます。9月もまだ残暑が続きそうですね…。今年の夏は、スーパーで売っている袋入りのかき氷に牛乳をかけて食べるのにはまりました(^)練乳も美味しいですが、牛乳もなかなかいけますよ♪

さて、今月はアロマ好きな私がオススメしたい天草市高浜にある『HIGH BEACH relax』（ハイビーチリラックス）さんをご紹介します。天草空港から下田方面へ車で約 1 時間。白鶴浜海水浴場のすぐ近くにあります。

爽やかな暖簾が目印です★こちらで、天草ホーリーバジルの蒸留体験と蒸留したハーブウォーターを使ったアロマクラフト作りをしてきました。

まずは、ホーリーバジルの蒸留から。フレッシュなホーリーバジルは、とても香りが柔らかでこの時点ですでに癒しの空間に♪乾燥したホーリーバジルのお茶は飲んだことがあったのですが、フレッシュなホーリーバジルは初めて



でした。葉っぱの部分、穂の部分、其々に香りが違いました。今回は、穂の部分だけを蒸留しました。葉っぱと穂の部分を手で分けていきます。30～40束くらいから



お皿いっぱいになる量の穂がとれました。



次に、水をはった装置に入れていきます。全て入れ終わったら、装置を温めていきます。20分ほどたつと、装置の中の水が温まり、水蒸気が上がって、左側の入れ物に出来たてホヤホヤのハーブウォーターが出てくる仕組みです♪理科の実験をし



右側の容器から水蒸気が上がって、左側の容器にホーリーバジルのハーブウォーターがでています。この間も良い香りですつまれます♥



ているみたいで、待っている時間もワクワクします♪時間がたつにつれ、穂の下のお水の色が濃くなってきました。このお水もエキスとして、お風呂に入れる等、活用できるそうです。また、今回は穂の部分を蒸留しましたが、葉や花・根・果皮なども同じように蒸留することが出来ます☆しばらくするとフレッシュなハーブウォーターと精油が左側の下の容器に出



てきます。精油はほんの少し、泡のように見える○の部分です。今回は、出来上がったハーブウォーターとこの精油も一緒に使って、乳液を作りました♪材料を湯煎にかけ、よく溶かした後に白いメレンゲのような状



態になるまで混ぜるのですが、お菓子作りのように楽しい♪何度も食べたくなりました(\*^\_^\*)



メレンゲ状になったところで、好きな香りの精油を 2 種類（私はレモングラスとゼラニウムにしました♥）入れ、混ぜ合わせれば完成～♪



サラッとしたつけ心地の気持ちのいい～乳液に仕上がりました♪冷蔵庫に入れておけばひんやりして、お風呂上がりにもオススメです☆

「HIGH BEACH relax」さんでは、この他にも天草ハーブや天草ミツロウを使ったアロマ体験ができます♪体にも安全で優しい、自然の恵みに癒されながらご自分に合ったアロマ体験、いかがですか?♥

# HIGH BEACH~relax~

☎863-2805

熊本県天草市天草町高浜北  
897-26

☎0969-42-1812

OPEN: 10:30~16:00

定休日: 月曜日

\*日曜日は予約制

HP: [highbeach345.com](http://highbeach345.com)



## ✿天草アロマクラフト作り体験✿

\*所要時間: 15~30分

\*料金(材料費込): ¥500~1,500

## ✿天草蒸留体験✿

\*要予約

\*所要時間: 60~90分

\*料金(材料費込): お一人様¥2,500

\*オプションで蒸留したウォーターを使ったクラフト作り(化粧水 or 乳液 or ルームスプレー)は、通常のクラフト作り体験より500円引きの+¥1,000で体験できます♪

# なぞなぞ

①カメとラクダとサイが買い物をしています。なにを買うのでしょうか?

②大きくなるほど小さくなるものってなあに?

③弟に2つあって妹に1つしかないものなあに?

④クジラより大きくて、メダカより小さい動物なあに?

⑤世界の真ん中にいる虫ってなあに?

⑥「たちつみと」ってなあに?



こたえは一番下を見てね★

# AMX INFORMATION

## 【10月運休便のお知らせ】

○10/2(火): 運休6便

天草 ⇄ 熊本 F201・F202

熊本 ⇄ 大阪(伊丹) F801・F802

天草 ⇄ 福岡 F105・F106

●10/3(水)、10/5(金)、10/10(水)、10/11(木)、  
10/16(火)、10/19(金)、10/23(火)、10/25(木)  
10/31(水): 運休3便

熊本 → 天草 F202

天草 ⇄ 福岡 F105-F106

●の期間は、天草⇄福岡 F107-F108の出発時刻・  
到着時刻が其々20分遅くなります。

ご利用のお客様には、大変ご迷惑をお掛け致します。

## ★みぞか号で行くお得な旅情報★

利用期間: 平成30年7月7日出発~平成30年10月31日帰郷まで  
※設定販売日: 平成30年7月5日~8月20日、9月1日、9月8日

2DAYモニタープラン!  
福岡発着 天草エアラインで世界遺産へ!  
ホテルアレグリアガーデンズ天草に泊まる

天草時津集落  
天草くると周遊バスでのんびり2日間

旅行代金 24,900円~32,200円

九州産交ツーリズム(株)  
0969-24-3151

詳しい内容につきましては、  
天草エアラインホーム  
ページをご覧ください。



★なぞなぞのこたえ★①カメラ(カメラクダサイ) ②ようふく③「と」(おとうと・いもうと) ④イルカ(そんなのイルカ)  
⑤蚊(セカイ) ⑥てがみ(たちつとと→「て」が「み」)