

山澤清の「手作り石鹼の素（無添加石鹼素地）」作り方

■何も加えないプレーン石鹼の作り方

【1】ボウルに石鹼素地 1000g を入れ、中央部をすり鉢状にへこませます。500g だけ作りたい場合はお湯の量も 1/2 にしてください。

【2】沸騰させたお湯 400CC を石鹼素地の中に加えます。石鹼素地 1000g に対してお湯 400cc の割合です。ぬるま湯や植物エキス等を入れたお湯ではなく「熱湯だけ」を入れてください。

【3】最初は熱いので木べら等で混ぜ合わせて熱湯を全体に良くなじませます。やけどをしないようにゴム手袋をしてから開始してください。

【4】温度が下がるとダマになりやすいので、熱いうちに手早く練り込んでいきます。

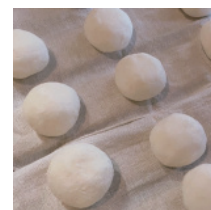
【5】30 分～ 40 分程練って、生地の中に気孔やムラがなくなったら練り上げ終了。あとは、丸める、型に入れるなどしてお好みの大きさ、形に作り上げます。

【6】室内の直射日光の当たらない場所で自然乾燥させて出来上がり。太陽光や照明の光の影響を受けないように新聞紙などをかぶせておくのはおススメです。屋外での陰干しでも結構です。

◎自然乾燥時には、石鹼は密着させず、数センチ間隔を空ける、ビニールをかぶせない、週に 1 回程度上下にひっくり返す、のがポイントです。

【7】20g 程度の小さい石鹼なら約 2 週間、100g 程度なら約 1 か月以上自然乾燥してください。3 ヶ月以上乾燥させると、硬くて溶けにくく、泡立ちもぐんと良い無添加石鹼が出来上がります。

使う石鹼以外はそのまま自然乾燥を続けて頂いても結構です。保管する際は、プラスチック以外の紙・段ボール・木箱などに入れてください。保管期間中も空気に自然乾燥が進みます。



■ハチミツ（またはエキス）を加える作り方

【1】ボウルに石鹼素地を入れ、中央部をすり鉢状にへこませます。

【2】ハチミツ（またはエキス）を加えます。

熱湯にハチミツ（合計で 400CC）を加え、キレイに溶かしてから石鹼素地に入れてください。※石鹼素地 1000g に対してお湯 400cc の割合です。

たとえばハチミツ 10g の場合は 10ml (CC) と換算し、熱湯とハチミツで 400CC になるようにしてください。ハチミツは固形ですのでかならず溶かし入れてください（沸騰前後どちらでも結構です）。

エキスや果汁を入れる場合も、全体量で 400CC になるように調整してください。入れすぎると液体温度が下がるので 50ml 程度がおススメです。

【3】最初は熱いので木べら等で混ぜ合わせて全体に良くなじませます。やけどをしないようにゴム手袋をしてから開始してください。

【4】温度が下がるとダマになりやすいので、熱いうちに手早く練り込んでいきます。

【5】都合 30 ～ 40 分程練って、生地の中に気孔やムラがなくなったら練り上げ終了。あとは、丸める、型に入れるなどしてお好みの大きさ、形に作り上げます。

あとはプレーン石鹼と同様に自然乾燥、保管をしてください。

■精油を加える作り方

【1】ボウルに石鹼素地を入れ、中央部をすり鉢状にへこませます。

【2】沸騰したお湯 400CC を石鹼素地の中に加えます。石鹼素地 1000g に対してお湯 400cc の割合です。※ぬるま湯ではなく「熱湯」を入れてください。

【3】最初は熱いので木べら等で混ぜ合わせて全体に良くなじませます。やけどをしないようにゴム手袋をしてから開始してください。

【4】温度が下がるとダマになりやすいので、熱いうちに手早く練り込んでいきます。

【5】精油を加えます。

ある程度練り込んでから精油を入れ、さらに良く練り上げてください。

◎精油は「石鹼素地 1kg に対して 5ml」を上限としてください。

◎お肌のデリケートな方はなるべく控えめにご使用ください。

都合 30 ～ 40 分程練って、生地の中に気孔やムラがなくなったら練り上げ終了。あとは、丸める、型に入れるなどしてお好みの大きさ、形に作り上げます。

あとはプレーン石鹼と同様に自然乾燥、保管をしてください。