

コールドプロセスってこんなにすごい！ 本格的コールドプロセス製造法のすすめ

基本の石鹸をつくる

まずはペットボトルで作った原料と同じ油脂の配合で基本の石鹸を作ってみましょう。

油脂	ピュアオリーブ油	250g
	パーム核油	150g
	パーム油	100g
水	精製水	170g (油脂全量の 34%)
	苛性ソーダ	67g (10%ディスカウント)
その他	もしも香りをつけたい場合は精油を	11g (1.5%)



石鹸作りの道具たち

身につける物：手袋、エプロン、メガネ、マスク

その他：新聞紙、塗れた雑巾、ビニール袋

秤：1g から計れて、最低でも 2kg は計れるものがよい。

ポリプロピレン製のボール：2個 大き目 (1.5ℓ ほど) で安定性のある物、
できれば1つは注ぎ口がついているものが便利
(一つは苛性ソーダ水溶液を冷ますために使用します)
鍋でも OK

ポリプロピレン製のビーカー：苛性ソーダ水溶液をつくる 500ml

ステンレス製のスプーン：苛性ソーダを取り出す

紙コップ：苛性ソーダを計り取る

泡立て器：油脂と苛性ソーダ水溶液を混ぜるために使用する

ゴムへら：型へ入れるときに生地をきれいにとる

温度計：2本 1本は油脂の温度を計る。もう1本はステンレスの物があると便利。

これは苛性ソーダ水溶液の温度を計る。また水溶液を混ぜるのにも使用できる

型 (モールド)：石鹸の生地を固めるのに使用する。牛乳パックやお菓子のシリコン型、プラスチック容器、密閉容器、豆腐やヨーグルトの入れ物などさまざまなもので工夫できる。プラスチック、シリコン性のものを使い、鉄やアルミ製のものは使用しない。グリセリンソープのタネはサラサラなので隙間がなくこぼれない型を使う。

発泡スチロールの箱：石鹸生地を保温する (その他梱包用のプチプチもあると便利)

pH 試験紙：出来上がった石鹸の pH を計る

道具や原料が揃ったら、時間をゆっくりととって石鹸作りを始めましょう！

①環境を整える

まずは環境を整えましょう。石鹸をつくるスペースには新聞紙やビニールを引き、ゆったりとした気持ちではじめましょう。時間にゆとりはありますか？余分なものは出ていませんか？道具は全て揃っていますか？身なりは準備が整っていますか？

②原料を確認する

作る目的の油脂や香りなど全ての原料は揃っていますか？確認しましょう。

③手順

(1) 水を計ります。

ポリプロピレンの 500mL のビーカーに精製水を 170g 計ります。

(2) ポリプロピレン製のボールにすべての油脂を計る。

オリーブ油 285g パーム核油145g パーム油100g を計ります。 ※もしも香りをつけるのであればこのタイミングに精油も計っておきましょう。

(3) 苛性ソーダを計る。

紙コップ（ポリエチレンまたはポリプロピレン製のビーカーでもよい）をはかりにのせて、スプーンで苛性ソーダを 67g 計ります。

(4) 苛性ソーダ水溶液を作る

換気扇を回し、ボール（鍋でも OK）に水を張っておきます。ステンレスの温度計のスイッチを入れ、シンクの中で精製水の入った容器に苛性ソーダをゆっくりと注ぎます。テーブルで行う場合は、ビニールを敷き、その上に新聞紙を重ねて敷きます。こぼさない注意しながら作業をしてください。

すべての水を入れたら、片手でビーカーをしっかりと押さえ、温度計で苛性ソーダが完全に溶けるまでゆっくりと混ぜ続けます。

温度が急激に上がり、匂いのきつい蒸気が発生しますが、吸い込まないように気をつけてください。

一旦 85 度から 90 度に上がった温度が徐々に下がり始めます。完全に苛性ソーダが溶けたことを確認したら、用意しておいた水を張ったボールにつけて 45 度前後まで冷まします。



(5) 油脂を温める

苛性ソーダ水溶液の温度が下がる間に計った油脂を温めます。油脂の入った容器を電子レンジに入れて、温度が上がり過ぎないように少しずつ何回かに分けて45度～50度くらいまで（固形の油脂が完全に溶けるまで）注意しながら温めます。※精油など香りをつけたいときは、このタイミングで香りをつけてしまいます。



(6) 油脂に苛性ソーダを入れて混ぜる

油脂の温度を再度計り 45 度前後になったら、片手に泡立て器を持ち、そこに苛性ソーダ溶液 45 度前後をゆっくりと混ぜながら注ぎ入れます。この作業もシンクの中で行うと安全です。



(7) 生地が型入れ時になるまで(トレースができる)休みをいれながら混ぜ続ける。

はじめの 10 分間は休まず、頑張って混ぜ続けましょう。その後は休みを間に挟みながら型入れ時になるまでかき混ぜます。少しずつ、油脂と苛性ソーダが混ざり合い、色がうっすらと変わってくるのがわかると思います。



油脂にもよりますが、このレシピの場合はカスタードクリームのような色に近づいてきます。だんだんと泡立てるときの感触が重くなり、色も変わり、泡立て器を持ち上げた時に垂れる液体で生地に線が残る硬さになれば型入れ時（トレース）がでた合図です。



なかなかトレースがでない場合は、生地の温度が下がっている場合があります。そんな場合は、苛性ソーダ水溶液を冷ますのに使用したボールにお湯を張り、湯煎をして生地を40度以上になるまで温めてください。

(8) いよいよ型（モールド）に生地を流します。

トレースがでたら、石鹸の型（モールド）にゆっくりと泡がかまないように生地を流し込みます。気泡が気になる場合は、トントンと型をテーブルの上でたたくと気泡が上に上がり、少なくすることが出来ます。ボールに残った生地はゴムベラでキレイに取り、いれてしまいましょう。



(9) 型の上をラップでふたをして発泡スチロールの箱の中で24時間保温します。発泡スチロールがない場合は保温シートや毛布などにくるんでその上をまた梱包用のプチプチで覆い、ダンボールの中に入れてもよいでしょう。



(10) 24時間きっちりと保温したら、保温箱から出してみましょう。

(11) 保温箱から出したら、もう1日様子を見て型から石鹸をだします。型と石鹸の合間の様子を伺って、まだやわらかく型出ししにくそうな場合は2～3日様子を見てください。



11



(12) 石鹸をカットしましょう。

出来上がった石鹸をカットします。様子を見てカットできそうであれば、手袋をして、石鹸カッターや包丁で石鹸を好みの大きさにカットしていきます。外側はある程度乾燥がすすんでいても中がまだとてもやわらかいとカットしにくい場合があります。そんなときはあせらずもう2～3日乾燥させてからカットすると切りやすいです。

(12) いよいよ、完成！

あとは風通しのよい、光の当たらない場所で、1ヶ月熟成させれば完成です

12



完成



ハンドメイド石けんマイスター協会 監修
プロが丁寧に基礎とコツを教える「手作り石けん」の本です