

はなみとPAPER

🌸はなと🌿みどりの①情報センター広報誌 | 2025.1-6月

TAKE FREE

特集① **みんなのはなみど講習会**

18



はなみど探検隊 〇18 | 今号の表紙 場所: 佐井寺南が丘公園 写真: 東郷 憲志

周辺はマンションが多く、ローラーすべり台やちびっこ遊具もあり、いつも親子連れで賑わう人気の公園です。はなみど探検隊は園内を散策した後、公園で一際目を引くブルーの大型複合遊具へ。3人が連なってすべり台をすべる姿は、服の色も相まってまるで三色団子のような。新春にふさわしいかわいらしい瞬間を撮影できました。

花とみどりがもっと好きになる! みんなのはなみど講習会

お花が好きな人も初心者さんも、
みんなと一緒に参加できる多彩なジャンルが魅力のはなみど講習会。
花とみどりがある暮らしは、毎日に彩りと安らぎを届けてくれます。ぜひご参加ください!



親子で寄せ植えワークショップ

はなみど
有元祐子先生

こんな人におすすめ
・子どもと一緒に参加したい
・初心者歓迎

体験した親子
うたくん(4さい) & パパ



はじめての
寄せ植え
がんばるもん!



鉢に鉢底石を敷き、最初は2cmほど土を入れます。土を入れるのが楽しくてつい入れたいけれど、まずは少なめに!



全部のお花が見えるようにレイアウトを考えます。背の高いセロシアは後ろに、ハツユキカズラは手前にするのがポイント。



ポットからお花を出してバランスを見ながら植え付けていきます。植物の株元を持ってポットを抜くと簡単です。



たっぷり土を入れないと根が張らないので、割り箸を土に刺して隙間を埋めていきます。苗の隙間にも土を入れて整えたら完成。



思い出に残る親子の寄せ植え体験

10月5日(土) 佐井寺南が丘公園で開催した『つつつ市』のイベントの一つとして、「親子で寄せ植えワークショップ」を実施。今回はセロシア、マリーゴールド、ハツユキカズラの3種類のお花の寄せ植えに挑戦しました。初めて体験するお子さんも多いなか、有元先生がお花の特徴や寄せ植えの重要なポイントを伝え、集中してお花と向き合う子どもたちの姿が! うたくんも土を入れたり、植える場所を考えたり、パパと一緒に最後まで楽しく取り組むことができました。土にふれる、植物の色を楽しむ、お花の匂いを嗅ぐなど、五感を刺激する寄せ植え体験は心に残る思い出になるはず。持ち帰った後、おうちで育てる喜びを味わってください。

ろうそくみたいなお花がかわいかったです。おうちで水やりがんばるぞー! また寄せ植えやりたいなよ!



シダと苔のテラリウム

shida design シダデザイン 嶋崎 敬太先生

こんな人におすすめ
・植物に癒されたい・お家をおしゃれにしたい



ガラス容器に広がる小さな自然の世界

近年、インテリアとしても人気が高まっているテラリウム。水と光だけで育ち、生命力が強く、室内で気軽に楽しむところが魅力です。小さくて可愛らしいシダと苔に癒されながら、思い思いの自然をイメージして風景を作っていきます。シダと苔の特性や育て方についてもしっかりお伝えするので、初心者さんにもおすすめです。



土台となる土で高低差をつくり、シダや苔、小石を配置して自然を表現します。



好きなお花で寄せ植えしよう

Green note... 曾谷恵美先生

こんな人におすすめ
・初心者歓迎・お花が好き



“好き”を花の組み合わせで表現

箕面のガーデニングショップ『Green note...』の曾谷恵美先生をお招きして、お花の組み合わせのコツや鉢とのバランスなど、寄せ植えの極意を教わりました。たくさんのお花の中から自分の好きなお花を選んで植えるので、完成した鉢は十人十色。自分で選んだお花に癒されながら、おうちを華やかに彩ってみてはいかがでしょうか。



小さなスペースで楽しめる寄せ植えは、季節の花や色を取り入れるのもおすすめです。



暮らしのハーブを楽しもう

はなみど 細川先生

こんな人におすすめ
・香りが好き・料理好き・くいしんぼう

大切な人にも活用できるハーブの魅力

私たちの暮らしに役立つ植物「ハーブ」。香りを楽しみながら、季節のハーブのつかい方を学びます。これまでにハーブの蒸留、キッチンハーブの寄せ植え、パームづくりなどを開催しました。セルフケアはもちろん、家族の健康ケア、来客のおもてなしなど、大切な人にも活用できるハーブは、知れば知るほど多面的な魅力の虜になります。



食・健康・美容・染色など、五感で楽しみながら暮らしに役立つハーブを紹介しています。



藍で染めよう

はなみど カワバタ先生

こんな人におすすめ
・親子で体験したい・植物の色が好き

淡い色合いが美しい藍の生葉染め

はなみどで育てたタデ藍の生葉をつかって、さわやかなブルーに染める藍染体験。火を使わずに簡単に染められる生葉染めは、お子さんも安心して体験できます。ビー玉や輪ゴムで自分だけのオリジナルの模様を付けてお、広げた時の感動はひとしお。世界に一つだけのオリジナルアイテムは宝物になるはずです。



「藍の葉を見るのは、はじめて!」という方も。葉っぱを摘み取って染色液を作ります。



うちとまちを彩る! はなみどりのアプローチ

プロジェクトやイベントなど「はなみど」のさまざまな取り組みを紹介します。

Event つつ市@佐井寺南が丘公園

開催日: 2024年10月5日(土)

今回は新たなチャレンジとして、佐井寺南が丘公園を会場にイベントを開催しました。佐井寺南が丘公園は吹田市のおよそ中心部“すいたのおへそ”にあり、子どもから大人まで楽しめる人気の公園です。この日は自然工作や寄せ植えワークショップ、飲食コーナーなどが加わり、公園を楽しむメニューが増え、多くの方にはなみどりの活動を紹介することができました。



おにぎり屋さんやコーヒショップなどが出店。



体験コーナーも親子で楽しめるイベントをめざしました。



Event 第100回吹田市花と緑のフェア

開催日: 2024年11月3日(日・祝) 場所: 千里南公園

前日の大雨から一転、快晴の空のもと花と緑のフェアを開催しました。100回をお祝いするステージにはプロのミュージシャンが駆けつけ弾き語りライブを開催! 人気のお弁当やスイーツなどを片手に、公園で一日のんびり楽しめるイベントとして今年にもぎわいました。「毎年楽しみにしている」「これからも続けて欲しい」というお声をいただき、美しいまちのみどりがこれからもずっと継承されていくことを願うメモリアルな一日となりました。



今年も色々なジャンルのグリーンが大集合。



お腹も心も満たされるおいしいお店でお買い物。



青空が広がる公園で植物の魅力を感じる体験を。



100回を記念したオリジナルステッカーをつくりました。

Lecture ガーデンセミナー2024@いずみの園公園

開催日: 第3土曜日(全8回)



園芸の技術を学び、お花でまちを彩る活動が3年目を迎えました。年間を通して季節ごとのお手入れを中心に、たくさん植物に触れながらみんなで楽しく花壇づくりをしています。11月は2つのグループに分かれて、予算や配色を考えながらお花を植え付けました。通りがかった方から「お花を楽しみにしています」といったお声をいただくことがあり、ますますやりがいを感じています。



ツメレンゲとガーデンシクラメン。



ウィンターコスモスやアネモネなど。

Project すいた樹木ガイド

開催日: 第4土曜日(全9回)



樹木の名札掛けなどの活動をしている「すいたみどりのサポーターの会」のご協力のもと、四季折々に変化する街の樹木にスポットをあてたガイドツアーを実施しています。9月は津雲公園、10月は佐竹公園、11月は味舌水路遊歩道を散策しました。参加される方が理解しやすいよう観察ポイントの資料作成、説明を聞き取りやすいよう2班に分かれるなど工夫を凝らしています。

Info キッズスペースの新設と植物販売コーナーのリニューアル



花とみどりの情報センターの展示スペースに、お出かけの合間に休憩したり、親子で絵本を楽しめるキッズスペースができました。はなみどおすすめ絵本や、たたみベンチ、テントを設置しているので、親子でのんびりご利用ください。また、スタッフ厳選の観葉植物コーナーも模様替え。オリジナルブレンドの園芸用土や、色々なサイズの素焼き鉢なども取り揃えています。

はなみど講習会レポートカレンダー

2024 7月

- おそとではなみど食虫植物の苔玉(7/20)
- 親子で街の木を知ろう(7/28)



8月

- 夏のハーブを楽しもう(8/4)
- 藍でパンダナを染めよう(8/8)

9月

- かわいい多肉植物の寄せ植え(9/7)
- シダと苔のテラリウム(9/29)



10月

- ガーデンシクラメンの寄せ植えギャザリング(10/17)
- おそとではなみど山野草の寄せ植え(10/19)



11月

- おそとではなみど冬のお花の寄せ植え(10/16)
- ピオラのハンギングバスケット寄せ植えギャザリング(11/21)



12月

- お正月の寄せ植えギャザリング(12/19)
- おそとではなみどお正月の寄せ植え(12/21)



木とともにだちになる

知ること、あそぶことで、当たり前にある木が身近な存在に！



第12回
マテバシイ

炒ってよし、発酵させてよきな食用ドングリ

マテバシイは常緑の木で、街路や公園に植えられています。本来の自生地は、関東以西の太平洋側～九州、沖縄ですが、街路樹などで広く植栽されるようになりました。秋には枝に並ぶようにドングリが付きまします。このドングリは食用としても用いられ、味はドングリ界の芋。アクはほとんどなく、炒って食べるとおいしいです。マテバシイの焼酎もあり、「イモ焼酎に近いのかな？」と味を想像します。実は、大豆をドングリに変えるだけでドングリ味噌が作れます。知ったきっかけは「戦時中、ドングリで味噌を作っていた」という話を秩父で聞いたこと。最初はアクを抜いたクヌギのドングリで作ってみると、真っ黒な味噌が完成。クマ調査をしている人に食べてもらおうと「色と言いい香りと言いつやと言い、クマ糞そっくりだ！」と言われ、がっかり…。

しばらくドングリを拾う気にもなりませんでした。 「マテバシイならアクが無いので、作りやすいのでは？」と、気を取り直して作ることに。ドングリは虫が出ると思われていますが、マテバシイは殻が硬すぎて虫はほぼいません（大量のドングリを割っている私が証言します）。



▲マテバシイの雄花。おしべは生臭い匂いが漂う。



▲去年の6月に咲いた雌花が受粉して大きくなってきたもの。

＼ 岩谷先生流 / 木とあそぼう！

昔の人の知恵に学びつつ、今風にアレンジしたあそびをご紹介します。木とあそぶ体験がきっかけで、身近な木とともだちのような関係になれるかも。みどりを大切に思う気持ちがあなたの心に芽生えますように。

① 安全性とアレルギーについて

紹介している内容については、医学的な安全性が証明されているわけではありません。アレルギーに不安のある方は食べることはしないでください。

ドングリ味噌を作ろう！

用意するもの

- 米麴 塩 ドングリ
- ウォーターポンプブライヤー
- キッチンスケール 圧力鍋
- マッシャー ボウル 保存容器
- 重し(塩) ラップ



ドングリは洗ってポリ袋に密封して入れ、保冷室で保存すれば半年ほどもちます。



▲ドングリ味噌の味噌汁はほんのりピンク色になります。キュウリに付けて食べるのもおすすめです。

① ドングリを拾う



できるだけきれいな服装で、「あらかじめいいドングリ」という感じで優雅に拾います。(ガツガツ拾っているのが目立たなくなります。)

② 実を割る



ウォーターポンプブライヤーという工具は実のサイズに合わせて調節できるので割るのに便利です。ペンチやトンカチでも代用できます。

④ 潰して混ぜる



柔らかくなった実をマッシャーで適度につぶし、麴と塩(11%)を混ぜ、煮汁を少し加えてほどよい硬さにします。

⑤ 発酵させる



ドングリ味噌を容器に入れてラップし、上に重し(塩の袋)をのせて冷蔵庫で保存します。8カ月～1年後くらいが食べごろです。

③ 圧力鍋で煮る



ドングリがひたひたに浸かる程度に水を入れ、簡単に崩れるぐらいの柔らかさになるまで圧力鍋で煮ます。電気圧力釜なら加圧10分ぐらいです。

＼ 教えてくれた人 / 岩谷美苗さん



1967年島根県生まれ。東京学芸大学卒業後、森林インストラクター第一期の試験に合格し、女性初の森林インストラクターとなる。1998年、樹木医に。2000年、「NPO法人樹木生態研究会」を設立。現在、「街の木らぼ」代表。「木で笑いが取れたら幸せ」をモットーに、講演・出張授業等を多数こなす。「散歩で見かける樹木の見分け方図鑑」など著書多数。YouTubeチャンネル「樹木医のつた植生活」配信中。

はなみどアルバム #はなみど



Instagramにて「はなみど」に関する投稿の中から、とっておきの一枚をご紹介します

#はなみど #すいたはなみど #はなみどアルバム

緑豊かな吹田の街で暮らす、あなたのポタニカルライフを発信してみませんか。季節を感じる公園や街路樹の木々、おうちで愛情いっぱい育てているグリーン、思わず見とれてしまうかわいいお花、収穫したハーブや木の実で作るオリジナルのクラフトなどなど・・・左記のハッシュタグをつけて投稿してください。投稿していただいた中から、「はなみどPAPER」でご紹介させていただきます。



senricandle



夏の夕日に照らされる千里南公園。
Photo by マエシュ
#千里南公園 #千里ニュータウン
#千里キャンドルロード



hokuto7



優しい小さい葉のペゴニアは、家の中で1年に何度も花を咲かせてくれます。
#ペゴニア協会関西支部ワークショップ #花友達
#うちのみどり



naomitsukitani



花と緑のフェアで苔玉作りに参加。
#植物のある暮らし #苔玉
#アロマティカス #はなみど



n.hiikaa.h



自然あふれる公園に素敵なお店屋さんたちが並ぶSpecialな一日。
#はなみど #娘とデート #思い通りの笑顔で楽しめ!



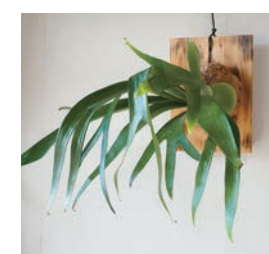
petit_bois21



大好きなイラストレーターさんご本人とお話しながら描いてもらった似顔絵缶バッジ。
#鈴木裕之 #花と緑のフェア #はなみど



photo22_a



3月のはなみど講習会で板付けしたビカクシダ、ますますカッコよく生育中!
#ビカクシダ #ビフルカツム #はなみど講習会
#うちのみどり

🌸はなと🌿みどりの📍情報センター

阪急南千里駅前 千里ニュータウンプラザ1F 〒565-0862 吹田市津雲台1-2-1 [TEL]06-6155-1987 [FAX]06-6831-5087
[開館時間]10:00~18:00 [休館日]毎週月曜日、祝日、年末年始 ※祝日が月曜日のときはその翌日も休館

講習会やイベントの最新情報はHPでもご紹介!

HP: <https://www.suitahanamido.com>



発行:吹田市花とみどりの情報センター 指定管理者:株式会社比谷アメニス
取材:吹田市花とみどりの情報センター 編集:デザイン:ondoデザイン室

