



## じゃがいもスクール in 鶴見緑地 参加者大募集

### 【日 時】

- 第1回 植付け  
3月4日(土) 14:30～(受付は14:00～)  
※雨天の場合は翌日5日(日)に順延
- 第2回 芽かき  
4月15日(土) 14:30～(受付は14:00～)※小雨決行
- 第3回 除草  
5月20日(土) 14:30～(受付は14:00～)※小雨決行
- 第4回 収穫・学習  
6月10日(土) 14:30～(受付は14:00～)  
※雨天の場合は翌日11日(日)に順延



【場 所】 鶴見緑地 体験学習施設

【参加費】 500円/1組

【対 象】 3歳～小学6年生までのお子さまと保護者の方  
全4回にすべてご参加頂ける方  
保護者とお子さまと一緒に参加できる方

【持ち物】 軍手、スコップ、タオル、飲み物等をお持ちください。  
汚れてもよい服でご参加ください。

【申 込】 往復ハガキに住所・参加者全員の氏名・参加者全員の年齢・連絡先を明記のうえ  
鶴見緑地パークセンターまで郵送してください。

※1家族につき1組のみ参加可

※お電話では受け付けておりません

【締 切】 平成29年2月14日(火) 必着

【定 員】 50組(応募者多数の際は抽選にて決定いたします)

【その他】 3組のご家族合同で1畝分のじゃがいもを育てていただきます。  
育てたじゃがいもは、収穫後に3組のご家族で分配してお持ち帰り  
いただきます。

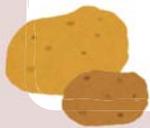
【送付先・問合せ】 鶴見緑地パークセンター

〒538-0036 大阪市鶴見区緑地公園 2-163

電話：06-6911-8787 (9:00～17:30)



植え付けから収穫まで、みんなでじゃがいもを育てよう！  
毎回参加してね！



2  
月  
号

公園に持っていきたい！お弁当レシピ紹介！

## はくはく

### 鶏ささみのアスパラ巻



### 2月 鶏ささみのアスパラ巻

あさりと筍ごはん、れんこんのじゃこ炒め、筍の煮物

お弁当1人分あたり688kcal

1 鶏ささみを開き、筋は取り除きます。

2 アスパラは根元の固い皮はピーラーでむきます。  
半分に切ったアスパラを電子レンジで2分ほど加熱します。

3 鶏ささみに塩コショウを振り、アスパラを巻いていきます。

4 フライパンにサラダ油をひいて加熱し、巻き目が下にくるように  
フライパンに並べ弱火で焼いていきます。

<材料/4人分>

鶏ささみ…4枚 アスパラ…4本  
サラダ油…適量 塩・こしょう…少々

point

鶏ささみは低カロリーで良質なたんぱく質を含んでいます。疲労回復  
に効果のあるナイアシン(ビタミンB<sub>3</sub>の一種)も多く含んでいます。

管理栄養士  
岡花泉見

# 2

## 月のピックアップイベント

### ハナミズキホール・附属展示場

#### 家具のアウトレット大バザール

【日程】2月10日(金)、11日(土祝)、12日(日)  
 【主催】玉井家具株式会社  
 お電話：072-996-2601

### カカオとコーヒー展 特別プログラム

全て事前予約制です。  
 お電話にて先着順で受付中！

- ◆ブラジルで見たコーヒー農園のおはなし  
 【日程】2月4日(土) 14:00～(約30分)  
 【定員】30名【参加費】300円
  - ◆コーヒー豆の手網焙煎にチャレンジ！  
 【日程】2月4日(土) 10:30～  
 11日(土祝) 14:00～(約90分)  
 【定員】各日10名(小学生以下は保護者同伴)  
 【参加費】1,500円
  - ◆コーヒーの生豆入りポタニカルキャンドル作り  
 【日程】2月5日(日) 12:00～/14:00～  
 (約120分…作業時間は60分程度で、冷やし固めるまでの約60分は館内をご覧ください)  
 【定員】各回15名(小学生以下は保護者同伴)  
 【参加費】2,500円
  - ◆コーヒー鑑定士のお仕事体験  
 【日程】2月11日(土祝) 10:30～(約90分)  
 【定員】10名(小学生以下は保護者同伴)  
 【参加費】2,000円  
 【講師】コーヒー鑑定士 新宅勇介氏  
 (COBO COFFEE 株式会社)
  - ◆太田シェフが見た、  
 アマゾンカカオの美味しいおはなし  
 【日程】2月12日(日) 11:00～、14:00～(各45分)  
 【定員】25名【参加費】1,000円(試食付き)  
 【講師】世界中の「予約の取れないレストラン」で  
 ご活躍のシェフ 太田哲雄氏
- ※定員間近のプログラムもございますので、必ず事前にお問い合わせください。

ご予約・お問い合わせ：咲くやこの花館  
 電話：06-6912-0055

鶴見緑地指定管理者

鶴見緑地スマイル5  
 TSURUMIRYOKUCHI SMILE FIVE

### 咲くやこの花館

#### 第38回 大阪市立中学校造形展

#### 第57回 近畿中学校美術展

大阪市立中学校の生徒が制作した木彫、粘土などの立体作品を中心に展示。近畿地区の中学生による美術作品の展示も同時開催します。

【期間】現在開催中～2017年2月12日(日)まで  
 【主催】大阪市立中学校教育研究会美術部  
 近畿中学校美術教育連盟

#### クリスマスローズ、原種シクラメン、 山野草展示販売会

専門家が育てたクリスマスローズ類や原種シクラメン、宿根草、山野草、灌木、茶花などを展示販売いたします。

【期間】2017年2月24日(金)～26日(日)  
 【協力】横山園芸、陽春園植物場、船坂農園、ミヨシ、石黒紅葉園

#### カカオとコーヒー展

チョコレートやコーヒーの原料となる果実は、どんな姿をしているのでしょうか？結実している植物の様子や、人との関わりの歴史をはじめ、製品になるまでの製造工程などを紹介します。  
 ※植物の状態により実がつかないこともあります。

【期間】開催中～2月26日(日)  
 【場所】1階 フラワーホール

#### 【カカオとコーヒーのなるほど！ライブ解説】

【日程】期間中毎日開催  
 【時間】①11:45～ ②13:45～ ③15:45～  
 (各所要時間約15分)

人とカカオ&コーヒーの歴史やその加工方法などを紹介します。また、チョコレートの材料となるカカオニブスなどの試食も楽しめます。

【開館時間】10:00～17:00(最終入館16:30)  
 【料金】入館料500円  
 中学生以下・障がい者手帳等をお持ちの方(介護者1名を含む)  
 大阪市内在住の65歳以上の方は無料  
 【要証明(健康手帳、敬老優待乗車証等の原本)】  
 【休館日】月曜日(祝日の場合は翌日)  
 【お問い合わせ】咲くやこの花館  
 電話：06-6912-0055 (9:00～17:30)



鶴見緑地パークセンターの  
 公式インスタグラムを公開中です！

<https://www.instagram.com/tsurumiryokuchi/>



【QRコード】

# 公園からのお知らせ

## 2月のイベント予定

### 2月度 ノルディック・ウォーク教室

【日 時】 2月18日(土)10:00～12:00 雨天決行  
【場 所】 鶴見緑地内(集合は鶴見スポーツセンター前)  
【対 象】 16歳以上  
【定 員】 電話による事前申込 先着30名様  
【参加費】 1,000円  
【講 師】 (一社)全日本ノルディック・ウォーク連盟  
インストラクター 鳴滝 勝彦氏(ミズノ株)  
【服装・持物】 動きやすい服装でお越しください。  
ボールを持てるように両手があくように  
してください。  
水分補給ができる用意をしてご参加ください  
【申込・問合せ】 鶴見緑地パークセンター(9:00～17:30)  
電話:06-6911-8787

### 2月度 フリーマーケット予定日程

【日 程】 2月19日(日)、25日(土)、26日(日)  
【お問い合わせ】 ホール・茶室管理事務所  
電話:06-6915-3246  
(月曜日以外9:00～17:30)

鶴見緑地を一緒に歩きませんか?  
レンタルボールをご用意しております。  
お気軽にご参加ください♪



## お知らせ

### バラ園のバラに新種が仲間入りします!

鶴見緑地のバラ園には、約300品種、約1,300株のバラがありますが、今年の5月の開花シーズンに向けて、新しくバラの苗を植え付けします。下記の10品種100株が新たに仲間入りの予定です。

どの品種も香り高いものですので、開花の際には香りもお楽しみください。

- 夜来香(イエライシャン)
- 薫乃(カオルノ)
- ディオールサン(デュオレッセンス)
- マリー ルイズドゥ・ララメー
- 桃香
- モンクウール
- 結愛
- 夢香
- ヨハネパウロ2世
- ローズ・シナクティブ

5月には毎年恒例、ローズツアーも開催予定です。  
日程は、ホームページやつるみ〜つ等で  
お知らせいたします。  
ふるってご参加ください!

## 鳥ごよみ

今回は、山野と水辺の冬鳥を1種類ずつ紹介します。ぜひ探してみてください。

### ●ツグミ(ヒタキ科)

冬の鶴見でお馴染みの冬鳥、ツグミ。大きさはスズメとハトの間ぐらいで、秋にシベリア方面からやって来ます。エサは木の実やミミズ、昆虫類などで、ピラカンサ(今月号の花ごよみにて紹介しています)の実を食べることもあります。秋には樹林地に多いのですが、冬になると、開けた場所でよく目にするようになります。これは、冬が深まるにつれて、エサとなる木の実が減っていくことと関係しているかもしれません。今の時期、大芝生などで小走りに移動しては立ち止まるツグミの姿をよく目にしますが、なにを食べているのか、ぜひ観察してみてください。



### ●ユリカモメ(カモメ科)

冬を告げる白い使者(?)、ユリカモメ。この鳥は水辺周辺を群れで行動していることが多いので、比較的見つけやすいかと思います。ユリカモメの成鳥には、嘴(くちばし)と脚(あし)の色が赤い、という特徴がありますが、よく観察してみると、群れの中にこれらの色が黄色いものが混じっていることがあります。この写真にも黄色いものが混じっているのですが、わかるでしょうか? 実はこれは、若いユリカモメなのです。もし機会があれば、ぜひ嘴と脚の色に注目して観察してみてください。



鳥ごよみ 写真・文:西中 康明

当公園内にはごみ箱を設置しておりません。来園者の皆様にはごみの持ち帰りを  
お願いしております。公園の美化運動と快適な公園づくりにご協力をお願いします。



# 花ごよみ

花ごよみ2月号 文・写真：西中 康明



## 鶴見緑地の見ごろのお花をご紹介します

### プリムラ・マラコイデス (サクラソウ科)

[くすのき通東便所花壇、花の辻花壇、フランス庭園]

可愛らしいピンク色の花が魅力のプリムラ・マラコイデス。この植物は中国原産で、日本のサクラソウに近い仲間です。パンジーやピオラ (つるみ〜つ Vol. 19 参照) などと比べると、派手さはあまりありませんが、野生の植物のような可憐さがあります。園内だとフランス庭園やくすのき通東便所前、花の辻の前にある花壇などに植栽していますので、この機会にぜひご覧になってください。

※主な植え付け場所…●印



絵花壇には、バレンタイン花壇が登場する予定です。お楽しみに！



### ピラカンサ (バラ科)

[大池南東部 (レストハウスつるみ東側)]

皆さんは園内で、写真のような赤い果実をご覧になったことがありますか？場所は大池南東部。レストハウスつるみの東側の辺りで、大体11~2月頃までこの果実を見ることができます。正解は「ピラカンサ」という低木の果実。毒があるため、果実が出来てもしばらくの間は鳥たちもあまり食べません。でも、2月頃には毒は弱まっています。今の時期、果実には11月頃のような新鮮さはありませんが、野鳥たちには「美味しそう」に見えるかもしれません。 ※主な植え付け場所…◆印

ぱくぱく〜レシピの料理を作ったご感想や写真を、鶴見緑地パークセンターへ郵送でお寄せください。

①氏名②電話番号③感想、写真などを添え 宛先 〒538-0036 大阪市鶴見区緑地公園 2-163 鶴見緑地パークセンター 事業課

\*お送り頂いたご感想や写真、個人情報は、鶴見緑地パークセンターの広報活動にのみ使用させていただきます。