



## 鶴見緑地コスプレ Day(つるコス)

- 【日 時】** 12月2日(土)～3日(日)  
各日 10:00～16:00  
(受付時間は14:30まで)
- 【受付・更衣室】** 鶴見緑地 山のエリア(政府苑跡)
- 【参加費】** 500円(更衣室、クローク利用料として)
- 【問合せ】** 鶴見緑地パークセンター  
電話:06-6911-8787(9:00～17:30)  
<http://tsurumi-popcul.org/>

HAPPY マルシェもやってきます♪



※写真はイメージです



詳しくはQRコードを  
読み込んでね。

## ノルディック・ウォーク教室

- 【日 時】** 12月9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。  
ポ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

初めてでも大丈夫!  
皆と一緒に歩きましょう♪



## クリスマスイベント リースを作ろう!



リースの土台に色んなお花や木の実をくっつけてオリジナルのリースをつくろう♪

- 【日 時】** 12月9日(土) ※雨天決行  
①10:00～12:00/②14:00～16:00  
(希望時間①②どちらかを選んでください)
- 【会 場】** 鶴見緑地パークセンター2階 会議室
- 【対 象】** 幼児～小学生とその保護者
- 【参加費】** 500円/リース1個  
※お子さまお一人につき、1個のリースを作製。保護者の方もリース1個/500円でご参加いただけます。
- 【定 員】** 各回先着10組
- 【持ち物】** リース持ち帰り用の袋
- 【申込・問合せ】** お電話にてお申込みください。  
鶴見緑地パークセンター  
電話:06-6911-8787(9:00～17:30)



※画像はイメージです

当公園内にはごみ箱を設置していません。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。

# 12月ピックアップ情報

## 鶴見緑地のクリスマス

### クリスマスツリーライトアップ

中央噴水がツリーに変身♪

鶴見緑地のシンボル・中央噴水が高さ5mの巨大ツリーに変身します。

12月2日(土)には、16:45より大阪府立城東工科高等学校吹奏楽部の皆さんによる演奏とともに、ツリーの点灯式を行います。

【期間】 12月2日(土)～25日(月)

【時間】 17:00～21:00

【場所】 中央噴水広場

【問合せ】 鶴見緑地パークセンター

電話：06-6911-8787 (9:00～17:30)



### 咲く‘夜’この花館 ウィンターナイトガーデン

夜の「咲くやこの花館」は一味違う!?

普段は見るできない、夜に放つ植物の香りや神秘的な姿を体感してみませんか?

植物の幻想的な姿と10mを超える光に輝く圧巻の屋内噴水やコンサート、ナイトカフェの出店も毎回開催。

【日時】 12月1日(金)・2日(土)・8日(金)・9日(土)

18:00～21:00(最終入館20:30)

【場所】 咲くやこの花館

【入館料】 夜間入館料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)は無料。要証明

【問合せ】 咲くやこの花館

電話：06-6912-0055 (9:00～17:30)



## 咲くやこの花館

★植物でたどるクリスマス～あなたはまだほんとうのクリスマスを知らない～

クリスマスに関連する植物の紹介や館内にいる世界のサンタを探す「クリスマスラリー」。

キリスト誕生にまつわる植物の解説や試食を体験し、気分は2,000年前にタイムスリップ!?

期間中は様々なワークショップやクリスマスの食・香りに関するセミナー、期間限定カフェ出店などイベント盛りだくさん!

【期間】 11月28日(火)～12月24日(日)

【参加費】 無料(別途入館料)

◆クリスマスの起源を味わうライブ解説

【期間】 期間中毎日開催 ～12月24日(日)

【時間】 ①11:45～②13:45～③15:45～(各所要時間15分)

【場所】 1F フラワーホール

【参加費】 無料(別途入館料)

◆クリスマスコンサート

【日時】 12月16日(土)・17日(日)・23日(土・祝)

15:00～16:15

【場所】 1F フラワーホール

【参加費】 無料(別途入館料)

【出演】 大阪府立四條畷高等学校

大阪国際滝井高等学校

大阪信愛女学院中・高等学校(出演日順)

咲くやこの花館・年末年始休館

2017年12月28日(木)～2018年1月4日(木)

★オリジナルカレンダー配布

ご来館された方に

「咲くやこの花館・オリジナルカレンダー2018」をプレゼント!

※おひとり様1部。無くなり次第終了となります。



咲くやこの花館

【開館時間】 10:00～17:00(最終入館16:30)

【料金】 入館料 大人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】 月曜休館(祝日の場合は翌平日)

【問合せ】 電話：06-6912-0055 (9:00～17:30)



鶴見緑地指定管理者

鶴見緑地スマイル5

TSURUMIRYOKUCHI SMILE FIVE

一般財団法人 大阪スポーツみどり財団・  
美津濃株式会社・三菱電機ビルテクノサービス株式会社・  
株式会社ウエルネスサプライ・有限会社エルミオーレ

# 12月ピックアップ情報

## ハナミズキホール・附属展示場

### ◎12月度フリーマーケット日程

- ・12月16日(土) ・12月17日(日)
- ・12月23日(土・祝)



【問合せ】ホール・茶室管理事務所  
電話：06-6915-3246  
(月曜日以外 9:00 ~ 17:30)

## 鶴見緑地乗馬苑



### 乗馬体験コース&初心者コース

- 【時間】 10:00/11:00/13:00/14:00/15:00  
要予約(前日まで)
- 【場所】 乗馬苑
- 【対象】 小学生以上(身長120cm以上の方)
- 【服装】 動きやすい服装、長ズボン、運動靴
- 【定休日】 火曜日
- 【問合せ】 鶴見緑地乗馬苑
- 【電話】 06-6915-0034(9:00 ~ 18:00)



詳しくはQRコードを読み込んでね。

## 公園からのお知らせ

※中央噴水は、11月27日(月)~翌年3月31日(土)の期間、冬期運転停止とさせていただきます。

## 年末年始休業のお知らせ

鶴見緑地パークセンターは、12月29日(金)~翌年1月3日(水)の期間、休業いたします。  
なお、山のエリア「西アジアレストハウス」も同期間、閉鎖いたします。  
皆さまにはご不便をお掛けしますが、ご理解の程よろしくお願いいたします。



## ぱくぱく

公園に持っていきたいお弁当レシピ♪

### かぼちゃとおからのコロケ (約250kcal/人)

- (1) かぼちゃの皮をむき、一口大に切る
- (2) (1)を電子レンジで温めて柔らかくして、つぶす
- (3) 油をひき、おからをAで炒めて(2)を混ぜ合わせて5等分にして丸める
- (4) 薄力粉→卵→パン粉をつける→揚げる



### 【材料(4人分)】

- |                  |      |     |
|------------------|------|-----|
| かぼちゃ             | 200g |     |
| おから              | 160g |     |
| サラダ油             | 大さじ4 | } A |
| カレー粉             | 4g   |     |
| マヨネーズ            | 大さじ4 |     |
| 砂糖               | 大さじ4 |     |
| 揚げ油              | 適量   |     |
| パン粉付け(小麦粉、卵、パン粉) | 適量   |     |



管理栄養士 稲葉 恵

### 【サイドメニュー】

- 梅れんこんサラダ (約13kcal/人)
- 白菜寿司 (約160kcal/4貫)

ぱくぱくレシピの料理を作った感想や写真を、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。

## 鶴見スポーツセンター

### 第5回つるみエンジョイマラソン 参加チーム・参加者募集!!

- 【開催日】 2018年2月25日(日) ※雨天決行
- 【場所】 鶴見緑地内
- 【種目】 ファミリーマラソン(約2.2km)【定員150組】  
リレーマラソン(42.195km)【定員100組】
- 【申込】 ランネットによるお申込み  
→<http://runnet.jp/>



スポーツエントリーによるお申込み  
→<http://spoen.net>



- 【締切】 2018年1月15日(月)
- 【問合せ】 つるみエンジョイマラソン大会実行委員会  
(鶴見緑地内 鶴見スポーツセンター内)
- 【電話】 06-6915-2567 / 10:00 ~ 17:00 受付  
(月曜日は除く。但し、月曜日が祝日の場合翌火曜日が振り替えとなります。)  
※年末年始12/28 ~ 1/4は休み。



# 花ごよみ十二月

文・写真 高井風人

## ハボタン (アブラナ科)

[中央噴水前・花の辻]

秋の冬の園芸植物として昔からの定番。漢字で書くと葉牡丹で、葉が牡丹(ボタン)の花のようになることから付けられた名前です。鶴見緑地ではハボタンを用いて新年の干支を描く絵花壇を毎年作っており、ご来園の皆様にご好評をいただいています。

画像は、2018年の干支の「戌(いぬ)」を描いたハボタンの絵花壇です。

※主な植え付け場所…◆印



山のエリア  
開園時間 4~10月...9:00~17:30/11~3月...9:00~16:30

トイレ	お手洗い	トイレットペーパーがあるお手洗い	公衆電話	レストラン	遊具
健康遊具	健康遊具	健康遊具	休憩所	売店	園芸売店
警備室(通子・環し物室)	警備室(通子・環し物室)	警備室(通子・環し物室)	駅	バス乗り場	自転車置き場
			階段	駐車場	バス停

公式Instagram QRコード  
鶴見緑地パークセンターの公式Instagramを公開中です!  
<https://www.instagram.com/tsurumiryokuchi/>

公式ホームページ QRコード  
<http://www.tsurumi-ryokuchi.jp/>

鶴見緑地 検索

No.1



## 鶴見緑地・バラ紹介



鶴見緑地の山のエリア内のバラ園には310品種ものバラが植わっています。これらのバラを毎月1品種ずつご紹介したいと思います。

鶴見緑地の鶴見の文字を冠したバラ。【鶴見'90 (HT)】

1990年に鶴見緑地で開催された花博を記念して命名されたバラで、発表当時には「光るバラ」として話題になりました。光り輝くような蛍光色のオレンジにややピンクがかかる独特の花色で、たいへん目立つバラです。バラ園では南側の一角に鶴見'90のコーナーがあり、品種の案内看板が立っています。

