

## つるみ〜つ

つるみで会おう、つるみ〜つ!

今年も残りわずかですね。


 Vol.68  
 2020年12月1日発行

クサボケ / 2018年12月26日撮影(日本庭園)



## 花博30周年を記念して「花ずきんちゃん」の誕生です!

花ずきんちゃんは、1990年に行われた「国際花と緑の博覧会」のマスコットキャラクターとして、約9,600点の公募作の中から選ばれたオリジナルキャラクターです。

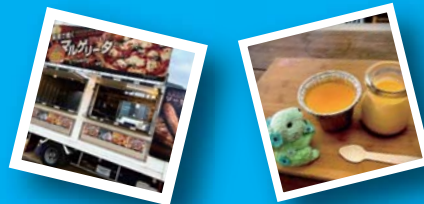
この度、11/1(日)に開催された「夢の家お仕事体験フェスティバル」に参加された子どもたちによって「鶴見スポーツセンター前」の花壇にモニュメントとして新たに製作されました。

公園のシンボルとしてこれから可愛がってあげてください。



## 12月のせせらぎマルシェは毎週日曜日に開催します!

- 場所** 花博記念公園鶴見緑地(中央通)
- 日程** 2020/12/6(日)、13(日)、20(日)、27(日)
- 時間** 9:00~16:00(※雨天決行、荒天中止)
- 問合せ** 鶴見緑地パークセンター(9:00~17:30)



鶴見緑地指定管理事業者

鶴見緑地

スマイルパートナーズ

- ・(代表)大和リース株式会社
- ・一般財団法人大阪スポーツみどり財団
- ・美津濃株式会社
- ・株式会社ウエルネスサプライ
- ・有限会社エルミオーレ・三菱電機ビルテクノサービス株式会社
- ・大和ライフネクスト株式会社

編集・発行: 鶴見緑地パークセンター(営業時間 9:00~17:30 / 休日 年末年始) 電話 06-6911-8787

新型コロナウイルスの感染拡大防止のためイベントが中止・延期になる可能性があります。予めご了承ください。

# 12月ピックアップ情報

## ノルディック・ウォーク教室開催!

- 【日時】 12/12(土)10:00～12:00 ※雨天時は室内で開催します。  
【場所】 鶴見緑地内(鶴見スポーツセンター前集合)  
【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(税込)(保険料含む)  
【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  
【服装・持物】 動きやすい服装でお越しください。ポールを持ちますので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お越しください  
【申込・問合せ】 鶴見スポーツセンター(9:00～21:00)  
電話:06-6915-2567



ウォーキングシューズの試履と骨盤ベルトの試着も行っていきます。お気軽にお声かけください♪

## アウトドアフィットネス鶴見緑地

アウトドアフィットネス鶴見緑地では、健康に特化した様々な種類のプログラムの中から好きなプログラムを選んでいただけます。もちろん、初心者大歓迎!  
「姿勢が悪い」「最近運動不足」と感じている方など、皆様のご参加をお待ちしております!  
メニューは「ヨガ、ノルディックウォーキング」をご用意しています。

- 【営業時間】 9:00～17:30  
【定休日】 水曜・木曜(その他不定休日あり)  
【対象】 18歳以上(高校生不可)  
【参加費】 1回1,100円(税込)  
月額4,180円(税込)  
【講師】 ai氏  
【問合せ】 鶴見緑地パークセンター  
電話:06-6911-8787(9:00～17:30)



詳細はこちら



Instagramを公開中です!

## 今月の特別プログラム

今月の特別プログラムでは太陽礼拝とメンズヨガを開催します!  
体力に自信のない方でもお気軽にご参加いただけます。



詳細はこちら



## 12月のフリーマーケット日程

- 【開催日】 12/13(日)、27(日) 【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)

※有料の場合もあります。事前にお問合せください。

## 咲くやこの花館

### ★花博から30年のあゆみ<園芸界、咲くやこの花館> 1990～2020

【日程】 開催中～12/13(日)

花博が園芸界に残した事、素晴らしい贈り物、そして咲くやこの花館の絶えなき進化の歴史を展示します。国際花と緑の博覧会記念協会のメモリアル展示も行います。

### ★こけ展

【日程】 2021/1/9(土)～17(日)

コケの展示をはじめ、ワークショップやフォトコンテストも開催予定。コケ界の勇者がここに集結。コケの不思議な空間はきっとあなたを魅了する!

### 改修工事のお知らせ

天井の改修工事を実施いたします。一部フラワーホールと花回廊は立ち入りできません。(植物展・展示室は通常通りご覧いただけます。)

ご迷惑をおかけいたしますがご理解・ご協力を宜しくお願いします。

【期間】 12/1(火)～2021/3/26(金)



【開館時間】 10:00～17:00(最終入館16:30)

【料金】 入館料 大人500円(税込)  
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(生徒手帳、健康手帳、敬老優待乗車証等の原本)

【休館日】 月曜(祝日の場合は翌平日)

【問合せ】 電話:06-6912-0055(9:00～17:30)



## 干支花壇が完成しました!

鶴見緑地では毎年、「山のエリア 花の辻」にある花壇に新年の干支を描く絵花壇を作っており、年賀状の題材にされるなど好評をいただいています。

画像は2021年の干支である「丑(うし)」を描いたハボタンの絵花壇です。

お越しの際は是非お立ち寄りください!



新型コロナウイルスの感染拡大防止のためイベントが中止・延期になる可能性があります。予めご了承ください。

# 園内情報

## 乗馬体験コース&初心者コース

【時間】 10:00/11:30/13:00/15:00 「(※要予約) 前日まで可」  
 【料金】 乗馬体験 1回コース  
 (一般:3,500円 / 大阪市民料金:2,700円)(税込)  
 ※別途保険料 200円がかかります  
 ※大阪市民料金適用には身分証が必要です(詳しくは乗馬苑まで)  
 【場所】 乗馬苑インドア馬場  
 【服装】 長ズボン・運動靴・軍手  
 【対象】 小学生以上(身長120cm以上の方)  
 【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)



詳細はこちら



鶴見緑地乗馬苑では、毎月開催していたふれあい・エサやり体験を再開します!  
 ウイルス感染対策のため必ずマスク着用でお越しください。  
 当日は、手指のアルコール消毒、入場制限を行いますのでご理解・ご協力の程よろしくお願ひします。  
 【開催日時】 12/6(日)12:00~13:30(※エサやり体験はエサがなくなり次第終了します)  
 (※雨天時の開催についてはお問い合わせください)

## 鶴見緑地コスプレ Day (つるコス)

~鶴見緑地で安全に安心してコスプレが楽しめるように~

【日時】 12/5(土)~6(日)  
 10:00~16:30(※受付は14:30まで)  
 【受付・更衣室】 山のエリア(政府苑跡)  
 【参加費】 500円(税込)  
 (更衣室・クローク利用料、保険料含む)  
 【問合せ】 鶴見緑地パークセンター  
 電話:06-6911-8787(9:00~17:30)  
 ※当日はキッチンカーの出店があります。



## レストハウスつるみ閉店のお知らせ

レストハウスつるみは11/30(月)をもちまして  
 閉店いたしました。  
 長らくのご愛顧ありがとうございました。

## バーベキュー場・キャンプ場休場のお知らせ

【期間】 11/30(月)~2021/2/28(月)  
 【問合せ】 バーベキュー場・キャンプ場管理事務所  
 電話:06-6915-2551(9:00~17:30)  
 ※上記期間を除く

## プール休館のお知らせ

鶴見緑地プールは、館内メンテナンスと天井工事のため  
 休館中です。  
 皆様のご理解とご協力をよろしくお願い致します。  
 【期間】 2021/3/31(水)まで  
 【問合せ】 鶴見緑地プール  
 電話:06-6915-4721(9:00~21:00)

## 鶴見緑地パークセンター年末年始休業のお知らせ

【期間】 12/29(火)~2021/1/3(日)  
 【問合せ】 鶴見緑地パークセンター  
 電話:06-6911-8787(9:00~17:30)  
 ※年末年始を除く  
 ※その他施設についてはHPをご確認いただくか直接お問い合わせください。

## ぱくぱく 公園で楽しむお弁当レシピ♪

### まぐろのステーキバジルソース(約290kcal/人)

- ① マグロ刺身ブロックに塩コショウをかけて、すりおろしたにんにくを表面にすりこむ
- ② フライパンにオリーブ油(大さじ1杯)をひいて表面を焼き、1cm程度に切る
- ③ 生バジルとオリーブ油(大さじ4杯)をフードプロセッサーにかけて、塩コショウをかけてソースを作る  
 (※生バジルが準備できない場合は市販のバジルソース(適量)でも代用可能)



クリスマス  
 レシピ!!

### 【材料(4人分)】

マグロ刺身ブロック・・・400g  
 にんにく・・・2かけ  
 塩コショウ・・・少々  
 オリーブ油・・・大さじ1杯  
 【ソースの材料】  
 オリーブ油・・・大さじ4杯  
 塩コショウ・・・少々  
 生バジル・・・10g

### Side Menu

卵とブロックリーのマヨ和え(約144kcal/人)  
 ハムチーズ揚げパン(約145kcal/個)

※サイドメニューの調理方法は、  
 ホームページの「ぱくぱく」をご覧ください。



管理栄養士 稲葉 恵

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 12月

## サザンカ (ツバキ科)

童謡「たきび」の歌詞にも登場するサザンカは、冬の季語にもなっており冬を代表する花です。

鶴見緑地でも冬の花として園内の各所に植わっており、鮮やかな彩りをもたらしてくれます。

主な開花場所・・・



## ツワブキ (キク科)

鮮やかな黄色が印象的なツワブキも鶴見緑地内に植わっている冬の園内に彩りをもたらしてくれる花です。

茎の部分は食用となるそうで、お浸しやつくだ煮にして食べることもあるそうです。

主な開花場所・・・



公式ホームページ  
QRコード  
 鶴見緑地 検索  
<https://www.tsurumi-ryokuchi.jp/>

公式Instagram  
QRコード  
 花博記念公園鶴見緑地の公式Instagramを公開中です！  
<https://www.instagram.com/tsurumiryokuchi/>

公式ツイッター  
QRコード  
 花博記念公園鶴見緑地の公式Twitterを公開中です！  
[https://twitter.com/turumi\\_ryokuchi](https://twitter.com/turumi_ryokuchi)

## No.34 鶴見緑地・バラ園

### 【アウグスタリーゼ (HT)】

1999年にドイツのバラ育種会社であるタンタウ社にて作出されました。鮮やかなサーモンピンク色とふわっとしたボリュームのある花弁は一際華やかで存在感抜群です。開花数が多い品種なので見応えもよく、遠目にもよく目立ちます。



### 【クリスマス】

こんにちは。年末年始に実家に帰る事を考えすぎてクリスマスという一大イベントがあることを完全に忘れてました。

ちなみに僕はサンタさん宛に厚かましくこれ欲しいですって手紙を書いてた記憶があります。最初はゲームとか希望の物が届いてたのですが、いつの日か靴下とかバントとかの日用品が届くようになり、当時の松尾少年は疑惑のまなざしを向けてました。

では！

### 筆者の

つぶやき



松尾