

つるみ〜つ

つるみで会おう、つるみ〜つ!
あけましておめでとうございます!
今年もよろしくお祈りします!



ハボタン / 2020年11月29日撮影(花の辻)

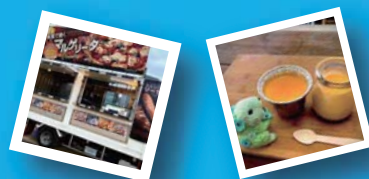


1月のせせらぎマルシェは(第1日曜を除く)日曜日に開催します!

場所 鶴見緑地(中央通)
日程 1/10(日)、17(日)、24(日)、31(日)
時間 9:00~16:00
問合せ 鶴見緑地パークセンター(9:00~17:30)



詳細はこちら



※画像はイメージです

予告!! 第1回キッチンカーグランプリ ワールドグルメバトル in 鶴見緑地 開催決定!

「世界の味を楽しめるワールドグルメ」をコンセプトに、様々な国のグルメをお楽しみいただけます。
来場された皆様に各キッチンカーのグルメメニューを食べていただき、皆様の投票によりNo.1キッチンカーを選んでいただき、来場者参加型のグルメイベントです!
スモールサイズメニューもご用意しておりますので、是非この機会に鶴見緑地へお越しください!



※画像はイメージです

場所 鶴見緑地(中央通)
日程 2/20(土)、21(日)、27(土)、28(日)
時間 10:00~16:00
問合せ 鶴見緑地パークセンター
電話:06-6911-8787

詳細は次月号またはホームページでご紹介します。お楽しみに!!

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。

1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】 1/9(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ご参加ください
- 【申込・問合せ】 鶴見スポーツセンター
電話:06-6915-2567(9:00～21:00)



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。
※1月からメンズヨガがスタートします!

- 【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はこちら!
皆様のご参加をお待ちしております。

セルフメンテナンスヨガ

新年初ヨガ ～グラウンディングと瞑想～

ぽかぽか温活ヨガ



詳細はこちら



1月のフリーマーケット日程

- 【開催日】 1/9(土)、10(日)、11(月・祝)、17(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

★こけ展

- 【日程】 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!

★クリスマスローズ、原種シクラメン、山野草展示販売会

- 【日程】 2/26(金)～28(日)
- 常緑の葉を茂らせるクリスマスローズや育てやすい原種シクラメンの栽培に挑戦してみませんか?
2/27(土)には、NHK「趣味の園芸」でもおなじみの横山直樹氏による「咲くや塾」を開催予定です。

改修工事のお知らせ

現在、天井の改修工事を実施しています。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】 2021/3/26(金)まで



- 【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)



干支花壇を展示しています!

鶴見緑地では新年の干支を描く絵花壇を作っており、毎年、年賀状の題材にされるなどご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。

※展示は1月末までを予定しています。



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：前日まで可能
 【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



1月の馬のふれあい・エサやり体験は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため開催を中止とさせていただきます。皆様のご理解とご協力を宜しくお願いします。

第45回鶴見区民たこあげ大会

各地域による大だこあげ、ちびっこによるたこあげが開催されます。
 また、たこの修理も行います。※たこはご持参ください。

【日時】 1/17(日) 10:00~12:00 ※雨天中止
 【場所】 鶴見緑地内(第2運動場)
 【対象】 どなたでも※当日参加可
 【主催】 鶴見区コミュニティ育成事業実行委員会
 鶴見区役所
 【問合せ】 NPO法人 大阪鶴見ええまちネットワーク
 電話:06-6912-6133



家具のアウトレット大バザール

【日時】 1/29(金)~31(日) 10:00~19:00
 【場所】 ハナミズキホール
 【主催】 玉井家具株式会社
 【問合せ】 電話:072-996-2601(9:00~17:00)



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。

【休館期間】 3/31(水)まで
 【問合せ】 鶴見緑地プール
 電話:06-6915-4721(9:00~21:00)

バーベキュー場・キャンプ場休場のお知らせ

ただ今、冬季休場中です。
 ※3/1(火)以降のご予約は
 ご利用日の1ヶ月前から可能です。

【休場期間】 2/28(月)まで



バーベキュー場・キャンプ場の緑のせせらぎ東側バーベキュー広場のご予約はこちら。

いばくパーク 公園で楽しむお弁当レシピ♪

豚しゃぶの冬野菜包み甘辛和え(約340kcal/人)

- ① にんじん、ブロッコリーの芯、レンコンを縦5cm程度に切って、ごま油で焼いた後、塩こしょうをする。
- ② 豚しゃぶ肉に①を包んで小麦粉をつけてサラダ油で焼く。
- ③ タレの材料を絡めて完成。

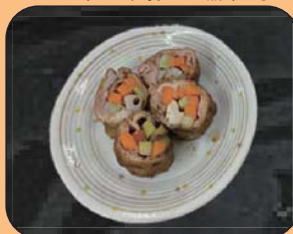


管理栄養士 稲葉 恵

Side Menu

二色なます(約40kcal/人)
 雑穀里芋ご飯(約180kcal/個)

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



【材料(4人分)】

豚しゃぶ肉.....400g
 にんじん.....40g
 ブロッコリーの芯.....40g
 レンコン.....80g
 ごま油.....小さじ4杯
 塩こしょう.....少々
 小麦粉.....大さじ2杯
 サラダ油.....大さじ1杯

【タレの作り方】

醤油.....大さじ2杯
 砂糖.....大さじ1杯
 みりん.....大さじ2杯
 白ごま.....2g

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。

ニホンズイセン (ヒガンバナ科)

地中海原産のフサザキスイセンが日本に定着し野生化したものがニホンズイセンとされており、純白の花びらの他に副冠(ふくかん)と呼ばれる盃状(はいじょう)の芳香のある花びらのようなものを付けます。

鶴見緑地内ではスイス庭園やイギリス庭園で見ることができ、1月下旬頃にはご覧いただくことができます。

主な開花場所・・・



ロウバイ (ロウバイ科)

蠟細工のような半透明でつやのある花びらと、爽やかな甘いにおいが特徴的です。鶴見緑地では梅林付近でご覧いただくことができ、例年1月中旬頃からご覧いただくことができます。

主な開花場所・・・



花ごよみ 1月

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Twitter
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

No.35 鶴見緑地・バラ園

【ローズオオサカ (HT)】

2001年に寺西菊雄氏によって作出された四季咲きのバラで、「世界バラ会議大阪大会2006」のシンボルローズです。

樹は丈夫で、厚みのあるしっかりとした花びらと鮮やかな赤色が力強さを醸し出しています。



【あけましておめでとうございます】

こんにちは。明けましておめでとうございます。今年は何年ですね。

実は僕、亥年生まれの25歳で去年は厄年でした。注意はしていたものの、前方不注意の大型トラックにひかれそうになり肝を冷しました。厄年だからと言ってあまり負いすぎると本当に厄が舞い降りてくるかもしれないので、今年厄年の方は焦らず負いせずにいつも通りの生活を送って下さいね。今年もよろしくおねがいします。

筆者の

つぶやき



松尾