

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。  
今年もよろしくお願いいたします♪



## ハボタン

【撮影日】：2021/11/29  
【場 所】：中央噴水広場

# つるもび。

## TSURU mobi

鶴見緑地の

新しい

お散歩



スタイル



ホームページ

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

鶴見緑地パークセンターは年末年始(12/29 ~ 1/3)の期間、休業いたします。

その他施設の年末年始休業については、各施設へお問い合わせいただくかホームページをご確認ください。

# 1月ピックアップ情報

## 1月のせせらぎマルシェ

各地のこだわり生産者からのスイーツ、キッチンカーなど約15店舗が集結！

【日時】 1/9(日)、16(日)、23(日)、30(日)  
9:00～16:00 ※小雨決行、荒天中止  
【場所】 中央通  
【問合せ】 鶴見緑地パークセンター  
06-6911-8787(9:00～17:30)

店舗数は変更する場合があります。  
予めご了承ください。



Instagram



## アウトドアフィットネス鶴見緑地

今月のテーマは“Active Rest”  
皆様のご参加をお待ちしています！

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



### 今月の特別プログラム

新年初ヨガ～グラウンディングと瞑想～

【日時】 1/6(木)  
10:30～11:45

やさしいフローと瞑想

【日時】 1/6(木)、14(金)、18(火)、23(日)  
29(土)  
各日 13:30～14:45

ぽかぽか温活ヨガ

【日時】 1/8(土)、10(月・祝)、16(日)  
22(土)、25(火)  
各日 10:00～11:00



ホームページ



Instagram



LINE



プログラムスケジュール

## フリーマーケット日程

【日程】 1/10(月・祝)  
【問合せ】 ホール・茶室管理事務所  
06-6915-3246(9:00～17:30) ※月曜定休日(祝日の場合は翌平日)

入場料が必要な場合もあります。  
事前にお問い合わせください。

## 咲くやこの花館

### ★ POPなきのご展

光るきのこ(ヤコウタケ)や冬虫夏草生体標本、香りの展示、きのこの琥珀化石も登場！  
今回初登場のフォトスポットは切り絵作家 下村優介氏とコラボ！

【日程】 1/23(日)まで

### ★ こけ展

コケの盆栽、コケテラリウムの展示など、コケの園芸文化の発展に向けて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。  
※詳しくはホームページをご覧ください。

【日程】 1/8(土)～23(日)

1/8(土)～10(月・祝)には、きのこリウム展示、SNSでバズった!?きのこリウムフォトスポットが今年も登場。  
トークショーやワークショップも盛りだくさん！  
※詳しくはホームページをご覧ください。  
※ヤコウタケは発光が確認でき次第展示します。



### ☆ 自分でつくるきのこリウム～なめこ編～

【日程】 1/10(月・祝)  
【時間】 ①11:00～12:30  
②15:00～16:30(各約90分)  
【参加費】 6,500円  
(オリジナルガラス容器・コケ・菌床等材料費含む)  
【講師】 樋口 和智氏(きのこリウム作家)  
岡村 真史氏(コケのインテリア コケリウム代表)  
【申込方法】 お電話にて申込 ※先着順



【開館時間】 10:00～17:00(最終入館16:30)

【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(生徒手帳、健康手帳、敬老優待乗車証等の原本)

【休館日】 月曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始(12/28～1/4)  
【問合せ】 06-6912-0055(9:00～17:30)



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】 9:00/11:00/13:00/15:00 「(※要予約) 各時間先着1名様まで」  
 【料金】 乗馬体験1回コース(一般:3,500円/大阪市民料金:2,750円)  
 ※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(祝日の場合は翌平日)  
 【問合せ】 鶴見緑地乗馬苑  
 06-6915-0034(8:00~18:00)



ホームページ



ポニーふれあいイベントを毎月1回、開催しています♪  
 1月開催日→1/9(日)  
 詳しくはお問合せいただくか、ホームページをご覧ください。

## 家具のアウトレット大バザール

ベッド・ソファー・ダイニングなどアウトレット家具が大集合!  
 【日時】 1/28(金)~30(日) 10:00~19:00  
 【場所】 ハナミズキホール  
 【問合せ】 玉井家具株式会社  
 072-996-2601(9:00~17:30)  
 ※日曜・祝日は除く



## 第7回つるみエンジョイマラソン

【日時】 2/13(日) ※雨天決行  
 【場所】 鶴見緑地内  
 【種目】 ファミリーマラソン(約2km)【定員:150組】  
 リレーマラソン(42.195km)【定員:100組】  
 ※先着順  
 【申込方法】 下記QRコードより  
 【申込締切】 1/17(月)  
 【問合せ】 つるみエンジョイマラソン大会実行委員会  
 06-6915-2567(10:00~17:00)  
 月曜定休日(祝日の場合は翌平日)



## 新春ドッグ2022

【日時】 1/8(土)~9(日) 10:00~16:00  
 【場所】 ハナミズキホール及び附属展示場  
 【入場料】 500円(中学生以下、ペット同伴無料、再入場可)  
 ※別途有料スペース有り  
 【問合せ】 人と犬・愛犬笑顔の日普及事務局  
 event@hitotoinu-nekoru.com



### イベント内容

新春マルシェ  
 フードパーク  
 ドッグラン  
 ドッグダンス  
 エクストリーム着物グランプリ  
 犬ワングランプリ  
 新春ドッグオフ会  
 ...他多数



公園で楽しむお弁当レシピ♪

## ぱくぱく

### ごぼうのつくねバーグ

<約250kcal/人>

- ① ごぼうをみじん切りにする。
- ② ①、厚揚げ、鶏ももミンチを合わせたものに塩コショウをし、混ぜて成形する。その後、大葉を巻く。
- ③ フライパンにサラダ油を引いて強火で片面を焼き、焼き目が付いたら裏返し、蓋を閉め、弱火で蒸し焼きにする。十分火が通ったら、Aをつくねにからめる。



管理栄養士 稲葉 恵氏



ごぼうつくねバーグ

<side menu> 菊芋のきんぴら  
 豚肉とほうれん草の海苔巻き

<材料/4人分>

鶏ももミンチ...320g ゴボウ...1/2本 厚揚げ...1個 大葉...4枚 塩...少々 コショウ...少々 サラダ油...適量  
 A {ポン酢...大さじ1杯 みりん...大さじ1杯}



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。

# 花ごよみ一月

## 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、爽やかな甘い香りが特徴です。漢字で「臘梅」と表記するためウメの仲間と思われるがちですが、ウメはバラ科であるため別種です。

名前の由来は様々な説があり、中国名「臘梅(ラーメイ)」からロウバイに転じた、ウメに似ており花の色や光沢が蜜蝋を連想させる、などがあります。

鶴見緑地では、ソシンロウバイと言う明るい黄色一色の品種が植わっており、梅林付近でご覧いただけます。

主な植栽場所・・・



## スイセン (ヒガンバナ科)

地中海沿岸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言われており、お正月の生け花として定番の花です。

花の中央にある黄色の部位は「副花冠」と呼ばれ、スイセンの他にはキョウチクトウやトケイソウなどに見られます。

鶴見緑地では、スイス庭園、ハナミズキホール前花壇など園内各所でご覧いただけます。

主な植栽場所・・・



鶴見緑地 検索  
←公式ホームページ



←公式Instagram



←公式Twitter

## No.47 鶴見緑地・バラ園

### 【桃山(HT)】

1981年に京阪ひらかた園芸株式会社(現:京阪園芸株式会社)によって作出されたバラです。花弁は分厚く、明るいピンク色に「桃山」と言う名前も相まって、どこか「和」の雰囲気を感じさせてくれます。花径は10~12cmと大きく、見応えも十分です。



### 【明けましておめでとうございます】

明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。今月はお正月にちなんでお雑煮について。お雑煮って地域によって多種多様で、作り方に正解がないユニークな料理だと思のですが、皆様のご家庭ではどうでしょう。我が家では、あご出汁に茹でた丸餅・ニンジン・ダイコン・きこの類を合わせたものですが、地域によってはあんこ餅やお肉や魚を入れたり、出汁が味噌や鶏ガラだったり。さらに、お餅は焼く派か茹でる派か、そもそも形は丸か四角かなど、とても奥が深いです。今年は例年とは違うお雑煮を食べてみるのも、新たな発見があって面白いかもしれませんね。

### 筆者の

つぶやき



松尾