

つるみで会おう、つるみ〜つ！  
秋は楽しいイベントが盛りだくさん！  
ご参加お待ちしております！



11 / 3・4  
FRI SAT  
小雨決行・荒天中止

10:00～16:00  
(熱気球のみ6:30～11:30)

## 花博記念公園鶴見緑地

楽しい！ 美味しい！ 面白い！

# 鶴見緑地フェスタ

# 2022

【お問合せ】  
鶴見緑地パークセンター  
TEL.06-6911-8787(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・三菱電機ビルソリューションズ株式会社
- ・大和ライフネクスト株式会社



今月のテーマは“ココロとカラダに栄養と潤いを”  
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】 kanako、midori、kanae
- 【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)



ホームページ



Instagram



LINE



プログラムスケジュール



## 今月のヨガマインド&ポーズ

長く続いた暑さから、お肌や髪が気になる季節です。お肌や髪は新陳代謝から作り出されるもので、身体の内側を反映しています。  
深い呼吸とともに動くこと、自然の中で深呼吸して、全身に血流をめぐらせることで、心身に栄養と潤いを行き渡らせましょう。心身をとのえて、一年で最も感性が高まる時期を楽しみましょう。

### 三角のポーズ

腰元と頭頂部を遠ざけるように伸び、胸を大きく開いて深い呼吸を3~5回ほど繰り返します！

股関節の柔軟性や脚力UP、また内臓を捻ることで便秘解消にも効果的なポーズです。  
下の手が足元に降りにくい場合は、腿の上に置くか椅子を使用して行ってみましょう！



### 咲くやこの花館情報

#### ★ 秋の山野草展

山野草は花のみならず自然の草姿を見せてくれます。  
約250鉢の秋の山野草と鉢の調和をお楽しみください。  
山野草苗販売や相談コーナー、大阪山草会の受付あり。  
★会期中にご入会で伝市鉢と苗をプレゼント！

【日程】 10/27(金) ~ 29(日)



#### ★ 富貴蘭美術品大会

日本の自然が育んだフウラン。暖地の樹木に着生するランで、稀に斑入り葉、変わり葉などが見られ、江戸時代中期に将軍や大名が愛好し、以降富貴蘭と呼ばれています。葉の形や模様、根の色などさまざまな“芸”が鑑賞ポイント。  
近畿風貴蘭会による販売会も同日開催！※なくなり次第終了

【日程】 10/28(土) ~ 29(日)



### <11月のイベント>

#### ★ 秋の洋ラン展・寒蘭展・ペゴニア展

【日程】 11/14(火) ~ 19(日)



#### ★ 秋の押し花展

【日程】 11/14(火) ~ 26(日)



#### ★ 入館無料！ 関西文化の日

【日程】 11/18(土) ~ 19(日)



【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)

※11/18 ~ 19は関西文化の日につき入館無料

【休館日】 月曜日(祝日の場合は翌平日)

【問合せ】 06-6912-0055(9:00 ~ 17:30)



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。

大阪市内の4大公園（鶴見緑地・大阪城公園・天王寺公園・長居公園）による連携イベント！  
鶴見緑地では園内の様々な見どころを巡るつるみめぐりを開催！  
風車の丘やバラ園、花の万博パビリオン跡地の国際庭園を解説付きでご案内します。

- 【日程】 10/14(土) 9:30～11:00※雨天の場合は翌日
- 【参加費】 500円
- 【定員】 10名
- 【申込方法】 電話申込 ※9/30(土)10:00～受付
- 【問合せ】 鶴見緑地パークセンター  
06-6911-8787(9:00～17:30)



ホームページ

昨年に引き続きコスモスの抜き取り体験イベントを開催！  
抜き取ったコスモスはお持ち帰り出来ますので、ぜひご参加ください。  
※皆さまからいただいた参加費はTSURUMI こどもホスピスへ寄付させていただきます。

- 【日程】 11/12(日) 14:00～16:00※雨天中止
- 【会場】 風車の丘大花壇
- 【参加費】 5株500円
- 【定員】 400名
- 【受付】 風車の丘南側
- 【申込方法】 ネット予約(10/14 10:00～受付)  
※当日受付も行いますがお並びいただく可能性があります。
- 【持ち物】 軍手、持ち帰り用袋
- 【問合せ】 鶴見緑地パークセンター  
06-6911-8787(9:00～17:30)



ホームページ

クラフトビアホリデイ 2023 in 鶴見緑地

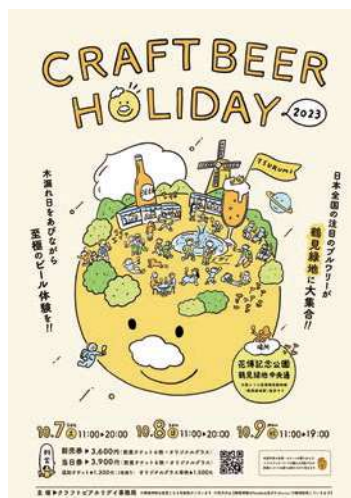
日本全国の注目のブルワリーが鶴見緑地に大集合！  
木漏れ日をあびながら至極のビール体験を！！

- 【日程】 10/7(土)～9(月・祝) ※荒天中止  
11:00～20:00 ※10/9のみ19:00まで
- 【会場】 中央通
- 【料金】 前売券：3,600円(飲食チケット6枚+オリジナルグラス)  
当日券：3,900円(飲食チケット6枚+オリジナルグラス)  
追加チケット：1,300円 ※当日のみ  
オリジナルグラス単体：1,500円
- 【問合せ】 クラフトビアホリデイ事務局  
06-4791-3613(平日 10:00～18:00)



ホームページ

チケットの購入はイベントホームページから。



フリーマーケット

- 【日程】 10/7(土)、28(土)～29(日)
- 【場所】 附属展示場
- 【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。

せせらぎマルシェ(毎週日曜開催)

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20店舗が集結！

- 【日程】 10/8(日)、15(日)、22(日)、28(土)～29(日)  
9:00～16:30 ※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。



ホームページ



ちょっと一服 お茶点て出しコーナー

- 本格茶室で至福のひと時を味わいませんか？
- 【日程】 10/21(土)～22(日) 10:00～16:00
- 【参加費】 抹茶セット：500円(なくなり次第終了)
- 【場所】 茶室「むらさき亭」
- 【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(祝日の場合は翌日)

10/22(日)はお点前を行います！

- 【時間】 ①11:00～、②12:00～、③13:00～、④14:00～
- 【参加費】 抹茶セット：800円
- 【定員】 各回4名

馬のふれあいイベント

ポニーや馬たちに癒されてみませんか？  
えさやり体験や写真撮影コーナーもあります。

- 【日程】 10/8(日) ※雨天中止  
12:00～13:30
- 【参加費】 100円 ※当日受付のみ
- 【場所】 乗馬苑
- 【問合せ】 乗馬苑  
06-6915-0034(9:00～18:00)  
※火曜定休日



乗馬苑の公式LINEを登録で  
馬のおやつが1カップ無料！



LINE

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。



# 花ごよみ10月

## キンモクセイ (モクセイ科)

ジンチョウゲ、クチナシと合わせて「日本三大香木」の一つです。  
風水では金運を招く木とされており、生垣や記念樹などに幅広く利用されています。  
鶴見緑地ではモナコ庭園、鶴見新山、花博通沿い等でご覧いただくことができ、例年10月中旬頃に見頃を迎え、周囲一帯に香りが漂います。



## ジュウガツザクラ (バラ科)

エドヒガンとマメザクラの交雑種であるコヒガンを原種としたサクラです。  
最大の特徴は秋から早春にかけて咲く二季咲きであり、10月上旬頃から翌春まで直径2~3cmの花を長期間咲かせます。  
鶴見緑地では花の谷と鶴見新山東側の園内バス道沿いでご覧いただけます。





←公式ホームページ



←公式Instagram



←公式X(旧Twitter)



←公式Instagram



←公式X(旧Twitter)



←公式ホームページ

## 鶴見緑地バラ園

<ディープボルドー>

2014年にドイツのバラ育種会社であるコルデス社によって作出されたバラです。  
深い赤色がシックな装いで、樹勢・耐寒性・耐病性が強く、ティ香と呼ばれる紅茶を思わせる上品な香りが特徴です。



### 【イベントのお知らせ】

10月14日(土)に園内のガイドツアーを開催します。  
ガイドを務めるのは私です。鶴見緑地の成り立ちから風車の丘やバラ園、国際庭園の解説を行いながら園内を一緒に散策していただきます。普段何気なく見ている景色に思わぬ発見があるかも。詳細は中面に掲載しておりますのでぜひご覧ください。

また今回のイベントは他の公園との連携イベントになっており、大阪城公園・天王寺公園・長居公園でそれぞれイベントを開催しております。こちらも併せてぜひご参加ください。  
※詳細はQRコードを読み込んでください



筆者の

