

花びと通信

No.37 2022年3月31日
花びと会ちば

【令和3年度 市民公開講座】

テーマ：コロナ禍における園芸療法 ～花と緑で心も元気～

開催日：2022年2月18日（土）13：30～16：15

会場：千葉中央コミュニティセンター 8階 千鳥・海鷗

講師：岩崎寛（千葉大学園芸学研究院）

岩崎寛先生の公開講座を聴講し、普段、漠然と感じていた「花や緑の効用」について科学的根拠に基づき再認識することができ、家庭での園芸や当会の活動にも役立つ示唆に富む内容でした。

コロナ禍で公園などの身近な緑地に人が多く集まったり、ホームセンターで園芸用品が飛ぶように売れたり、緑が見えるカフェでリモートワークしたりといった緑を求める行動は、人としての生死に関わる危機に対する本能的な行動なのだそうです。



園芸療法は、植物によるストレス緩和効果が、「病気を治す」ことではなく、神経系・免疫系・内分泌系のバランスを整え「体調を元の良い状態に戻す」こと、このメカニズムを応用しています。園芸療法の基本は、①植物を育てること、②収穫すること。「育てる」ことは、将来への楽しみ、期待感、継続意欲に、「収穫」は、満足感、幸福感、達成感に繋がります。花や緑を見るだけでなく積極的に関わることで心身の健康効果がより高まります。

園芸療法の科学的根拠（エビデンス）について1つ紹介します。緑の中で5分間休憩での血圧の変化を、高血圧・正常値・低血圧のグループ毎に計測。高血圧の人は下がり、低血圧の人は上がり、いずれも正常値に近づく結果に。たった5分間の休憩でも緑の中であれば人間の体は正常な状態に戻ろうとするのです。

講義後「本物と偽物で植物の効果にどんな差があるのか」という質問がありました。「視覚だけでは騙されることがあるが、近くで見れば本物と偽物の違いは分かる。植物を触ってみればその違いは歴然。『五感』で植物と触れ合うことが大切、視覚だけに頼らず、触覚、嗅覚、味覚など五感を使うこと、即ち触接的であるほど効果がある…」との答え。

現代社会はとかく視覚に頼ることが多くなりがちですが、五感を使って花や緑と触れ合うことの大切さについて再認識した次第です。

【斉藤久芳】

今後の予定

花びと会ちば 総会 4月20日（水）13：30～ 生涯学習センター

大賀ハスマつり開催予定 6月18日（土）～ 6月26日（日）千葉公園・蓮華亭

大賀ハス開花70周年記念フォーラム 6月25日（土）13：30～ 生涯学習センター

【バス研修に参加して】

令和3年12月6日のバス研修にお誘いを頂いた。研修先は養老溪谷（栗又の滝周辺）と市原市（チバニアン）で、俳句の句材を得られることやここ数年来行きたいと思っていた「チバニアン」が行程に入っていることで、二つ返事で参加させていただいた。

森林インストラクターの渡辺さんの野外講座資料から ①「紅葉の秋 葉が赤くなるのは誰のため」や、②「チバニアンの決め手 白尾層」をバスの中で事前学習しつつ、養老溪谷へと近づく。一行20数名は滝までの道のりを元気に歩く。この2年間コロナ禍で外出もままならなかったエネルギーがハイキングに放出され、紅葉真っ盛りの山道を栗又の滝へと下る。流れ落ちる滝水は豊富で、溪谷を左見右見しながら講師の説明に耳を傾ける。濡れた崖肌には枯れたふじ蔓が張り付き、見事な景であった。川の水は澄み、水底の小石も意志あるごとく揺れている。



「チバニアン」では、片足を養老川に浸しつつ講師の説明に地層を見上げる。地磁気逆転の記録が世界で最もよく残っている市原市田淵にあるこの地層は、令和2年1月「チバニアン（ラテン語）」として世界的に認められることとなった。77万4千年前の地層に立っていることに心が震えた素晴らしいバス旅であった。

【俳句】 地層見る冬川に足とられつつ 冬凧や濡るる地層に試掘痕

【加藤 峰子】

【花議連さんとの意見交換会】

日時：2021年11月11日

会場：千葉市議会議会棟 会議室

有志の市議さんたちにより超党派で構成される「花のあふれるまちづくり推進議員連盟（略称“花議連”）」と花びと会ちばとで、例年実施されている意見交換会が11月11日に開催されました。

今回のメインテーマは、令和4年に開花70周年となる大賀ハスの記念イベントについてでした。どのようなイベントになるのかは、今後の記事に譲ることとしますが、今回は例年にも増して活発な意見交換会となり、イベントのみならず、この貴重な大賀ハスを歴史・文化・学術的な観点からも大いにアプローチしていくべきことに意見は一致しました。

それには、教育委員会をはじめとするオール千葉市、観光協会さんなど市に関係する多くの機関の協力を頂戴して取り組む必要があること。そのためのご尽力もくださるとのご意見もいただきました。

花びと会と花議連さんとお互いに可能となる活動をそれぞれ推進し、今後も一層の連携をもっていくことも気持ちよく確認したところです。

このように年々意見交換を重ねることで、本会の趣旨・活動に深くご理解いただき、惜しみないご協力を賜れること、またこのような有意義な場をご提供いただけることを、花議連のみなさまをはじめ関係各位に本紙面を借りて改めてお礼を申し上げます。

【日野 達弥】

【ミニ蓮栽培講習】

日時：2022年3月5日（土） 10：00～11：30

場所：千葉公園内 蓮華亭

春の日差しを受けて公園内の河津桜は満開、綿打池では親子でボートに乗る姿が見られた土曜日に、当会主催のミニ蓮栽培講習を行いました。3月号の市政だよりで公募をしたところ、定員の倍の応募があり抽選で幸運を引き当てた17名が集まりました。

南先生から始めに蓮の種類、生育地、花の形状、花弁による分類等についてスライドを見ながらお話を伺いました。市の花である「大賀ハス」についての発見から魅力についてもお話をされ参加者は熱心に耳を傾けておられました。



いよいよ、ミニ蓮の育て方については、植付け方、年間の管理法、病害虫の防除、栽培用土等についてテキストをみながら学びました。実演では、昨年植え付けた鉢から蓮根を取り出す方法、種レンコンの植付け方を学びました。参加者からは、多くの質問があり関心の深さを知りました。容器、用土、種レンコンを渡され、大事そうに持ち帰られました。6月頃見事な花がそれぞれのご家庭で咲く事でしょう。

【大賀ハス開花 70 周年記念事業】

月1回の全体会議を2月22日までに9回開催してまいりました。各委員が役割を担い実行委員会にそれぞれ進捗状況の報告をしております。その事業内容については、下記の通りです。

1. 大賀ハス開花 70 周年記念フォーラム

第1部の記念講演は、加賀美幸子さん（元 NHK アナウンサー）をお迎えし「万葉の花」のご講演をお願いいたしました。

第2部のシンポジウムでは、まず基調報告として「千葉市における大賀ハスの取り組み」について、千葉市公園緑地部長からの報告後、基調講演として金子明雄さん（元京都府立植物園長）に「大賀ハスの魅力について」お話を伺います。その後、大賀ハスを活かしたまちづくりをテーマにパネルディスカッションを実施する予定です。

2. 大賀ハス開花 70 周年記念誌の発行・・・令和5年発行予定

3. 認証事業の実施・・・実行委員会の認証を受けて様々な市民団体等が企画する事業

4. 蓮華亭展示リニューアル（千葉公園）

5. 大賀ハスのパネル作成

6. 広告・PR活動（市政だより、各種メディア等への働きかけ）

この70周年記念事業が市民の心に残り、これからの千葉にとって意義のある事業にしたいと考えております。

【榎浦敏彰】

《開催案内》

開催日：2022年6月25日（土） 13：30～17：00

会場：千葉市生涯学習センター 大ホール（300名）

【ちはなちゃんのお誕生会】

11月20日(土)千葉公園蓮華亭にて、ちはなちゃんのお誕生会が行われました。子ども達やご家族、おじいちゃんおばあちゃんなど幅広い年代の方々が集まりお祝いしてくれました。ちはなちゃんは、千葉市の「花のあふれるまちづくり」のシンボルキャラクターで、市の花「オオガハス」の妖精として活躍しています。式典では、大きな「ちはなちゃんゼリー」をプレゼントしました。これは千葉市内小学校の給食で出されている人参ゼリーです。容器の蓋には、ちはなちゃんのイラストがプリントされていて子ども達には人気があります。コロナ禍で、大きな声で歌う事は出来ませんでした。音楽を流し、クラッカーを鳴らしてお祝いしました。



式典後は、外で昔遊びの紙トンボやコマ廻し、草バッタ作りをして遊んだり、蓮華亭内では、オオガハス VR 体験、缶バッジ作り、ハスクイズ、紙芝居、バルーンアートなどを楽しんでもらいました。これからも、ちはなちゃんの活躍にご期待下さい。

【大重 喬嗣】

【フラワーフェスティバルちば 2021】

10月21日から17日まで、千葉市緑政課主催で三陽メディアフラワーミュージアムにて開催されました。当会では様々な事業で参加協力いたしました。2014年より新規事業としてスタートした親子寄せ植え教室も定着し、毎回、広報と同時に満員御礼となります。4年連続で参加している小学生も



おり、植物に対する姿勢や取り組みは、これぞまさしく『花育』

です。リース・こけ玉講習会は、リースは木の実やリボンを使って、ハロウィン仕様のオンリーワンに。コケ玉作りは今年も根強い人気があり、2日間で40名の参加がありました。花カフェは、あいにくの雨降りで開店休業。それでも、会員の焼いた自慢のビスコッティをお土産にと購入されていく方々があり「毎年

楽しみにしているのよ」とのお声をいただきました。草バッタ講習は、シュロの若葉を編んで作成します。出来上がったバッタは本物そっくり！

花議連さんのコンテナ制作に、花材集めや植え込みの手伝いをしております。参加される議員さんも年々多くなり、各区に分かれて、コンテナに花苗を植えて頂いております。出来上がった作品は、会場の入口に展示しております。終了後は市役所の議会棟入口に展示をしています。



個人会員&賛助会員 募集！

花や緑に関心のある方一緒に活動しませんか。

研修会、講座、講演会等を開催しています。

- ◆個人会員 年会費:1,000円
- ◆賛助会員 個人:年会費:3,000円
団体・企業年会費:5,000円

花びと会ちは事務局

「千葉市都市局公園緑地部緑政課」

Tel043-245-5753 Fax043-245-5885

midoritohana@city.chiba.lg.jp