

花びと通信

花と緑のあふれるまちづくり

No.41 2024年3月30日
花びと会ちば

【令和5年度 市民公開講座】

- ◆ テーマ:花と緑で健康づくり
- ◆ 開催日:2024年2月17日(土) 13:30~16:00
- ◆ 会場:千葉市役所1階正庁
- ◆ 講師:岩崎寛(千葉大学大学院園芸研究院 教授)
- ◆ 参加者:60名



花や緑にふれると心癒されることは多い。岩崎寛教授の市民公開講座を初めて聴講して、植物のもつ様々な効果を科学的に広く知ることができたように思いました。

コロナ禍において、ホームセンターでは園芸用品が売り上げを伸ばし、なぜ植物を育てる人が増えたのか？公園に行く人が多くなったのか？植物とのふれあいがストレス緩和に効果的であるとして園芸療法がにわかにメディアに注目されたそうです。日本園芸療法学会の理事を務める岩崎教授が提唱する森林浴ならぬ“公園”も再認識されたそうです。

人はコロナ禍のような大きな不安やストレスがかかると体調を壊します。自律神経や抵抗力、ホルモンなどのバランスが崩れてしまいます。園芸療法は、そのバランスを整え、その刺激を緩和させることで「体調を元の(良い)状態に戻す」というメカニズムを応用するそうです。植物で「病気を完全に治す」ことではなく人が持つ自然治癒力を高めて体調を本来の状態に戻していくそうです。

昔から人は自然の中で植物と共生することで健康に暮らしてきたので、植物を求めるのは人の本能の表れで、必然なこと。都市化・ストレス社会においては植物の力がさらに重要になってくるのではと、実感しました。

緑と人の健康に関する研究データのラベンダー実証実験によると緑の中に、わずか5分間いるだけで高血圧の人は血圧が下がり、低血圧の人は上がり、いずれも正常値に近づいたという。園芸療法の基本は①育てること=期待感や将来への楽しみも育ちます。②収穫すること=満足感や幸福感が得られます。ちなみにある調査では65歳以上の趣味の1位は園芸(庭いじり)だそうです。五感を使い、体と心に有効で「リハビリ」にも有用と聞き納得でした。

植物を見ているとストレスが緩和され、元気がでる。今回の講座のテーマ「花と緑で健康づくり」は千葉市における花のあふれるまちづくりの推進を目的に設立された「花びと会ちば」の方向性と同じでした。みんなが自然に健康になれるような「ゼロ次予防」にも興味を芽生えました。

【中尾良枝】

令和6年度総会・講演会のお知らせ

日時:令和6年4月17日(水)午後1時30分~4時

場所:千葉市民活動支援センター 9階 会議室

講演会:公園の魅力創生(昭和の森&泉自然公園) 講師:斉藤久芳氏

【花のあふれるまちづくり推進議員連盟との意見交換会】



「花のあふれるまちづくり推進議員連盟(略称:花議連)」と当会との意見交換会が、昨年11月7日に新しくなった千葉市役所低層棟6階の第一委員会室で開催されました。

今回は、4年ぶりに以前のスケールに復活した大賀ハスまつりについての意見交換がメインテーマとなりました。とにかく無事に「大賀ハスまつり」を開催できたことは、千葉市にとっても、また千葉市民にとってもよかったということで話が始まりました。いつも通りのオープニングセレモニーで花議連の皆さんに来ていただき、蓮華亭で音楽イベントや紙芝居などを実施、象鼻杯も一般の方が参加して開催、公園内の出店も関係団体を含め土日には20を超えるテントやキッチンカーが並び、ちば産学官連携プラットフォームの協力もあって高評価のうちに開催できたことが報告されました。その一方で、千葉公園の改良工事が進行中だったため入口が制限されたことや、来場者用の駐車場が無いことなどの問題点が提起されました。

さらに、今回も広報の面が十分でなかったことや YohaS との関係の理解、若い世代や子供たちにまだまだ千葉市の花「オオガハス」が浸透してないことなどの話が出て、活発で前向きな意見交換が行われました。観光資源として「大賀ハスまつり」を位置づけることや、千葉市観光協会にもっと関わっていただきたいこと、そして観光議連への声掛けなど積極的な話も提出されました。

最後に仙波会長から、大賀ハスまつりの開催を通じて、オオガハスのPRやその始まりが千葉市であることなどをもっと知ってもらいたい旨発言があり、そのためにはこの「オオガハス」をオール千葉市でバックアップしてほしいという要望を伝える形となり、花議連の皆さんもそれに賛同する形で意見交換会は幕を閉じました。

【榎浦敏彰】

【宇都宮市花と緑のまちづくり推進協議会との交流会】

日時:2023年10月25日(水) 10:00~12:00

場所:千葉公園 蓮華亭

「宇都宮市花と緑のまちづくり推進協議会」さまからの視察のご要望があり、同推進協議会の会員のみなさま40人をお迎えして初めての交流会が千葉公園・蓮華亭で開かれました。同協議会は市民・事業者・行政からなる147団体と210人の個人で構成



されている大きな組織で、緑化事業、花や緑に関わる人づくりなどを通じて「花と緑あふれる、美しいまちづくり」に貢献することを目的としています。交流会では仙波会長や高橋副会長が花びと会の運営・活動状況や「大賀ハスまつり」関連事業の現状などを説明しました。同協議会が開催するビッグイベントである「花と緑のフェスティバル」の活性化などが話題に上りました。話題はイベント PR の効率化、協賛資金、高齢化、などの問題に及び、有意義な交流会となりました。

バスが交通渋滞に巻き込まれ、到着時刻が大幅に遅れて心配しましたが、「千葉のみなさんは元気で、私たちも頑張ろうと思いました。宇都宮は餃子だけではなく、街なか花壇や大谷石文化、新交通システム・LRTなど見どころも多いので、ぜひお越しください」とのことでした。宇都宮のみなさまも、オオガハスの咲く頃にまた蓮華亭に来てください。再会を楽しみにしております。

【コンテナガーデンコンテスト&ちはなちゃん誕生日会】

日時 2023年11月18日(土)～19日(日)

場所 千葉公園 蓮華亭 綿打池周辺

◆人気の体験講座、親子寄せ植え講座には、父親との参加、祖父母との参加はたまた一家総出での参加と、バラエティーに富み、まるでご自分の庭先で楽しみながら作業をしているという 日常のほほえましい光景がくり広げられていました。



【出来上がった作品の前でポーズ！】

◆花議連(参加者17名)さんとの

共同制作は、今年は元気の出る赤を基調に中央にオベリ

スクを配し、ポインセチアやシクラメン、ストック、パンジーで制作。その周りには各区競作?の12個のプランターで飾り、11月の寂しいハス池に彩りを添えました。終了後は、市役所新庁舎の入口に展示しました。今は、プランターのパンジーが元気に咲いています。

◆ワンコイン講習の X'mas リースは早々に定員オーバーとなり、2 回の追加講習を行ない、多くの皆さんにご参加いただきました。木の実を使った素朴なかわいらしさが人気の的でした。



*****ちはなちゃんの誕生会の様子*****

みなさんこんにちは。私は千葉市の花「オオガハス」の妖精「ちはなちゃん」で～す。



みなさんご存じかしら？私のお誕生日は 11月21日なの。前日の 20 日の日曜日に、花びと会ちばのみなさんが中心になって、私の住んでる千葉公園のハス池近くにある蓮華亭でお誕生日会を開いてくれたのよ！たくさんのお友達に来てくれて、ハッピーバースデーを歌ってくれて、プレゼントまでもらっちゃたの。みんなと記念撮影もしたし、ホントに楽しい1日だったなあ。みんなありがとう！！ お友達も私の絵が描かれた缶バッジを大学生のお兄さんやお姉さんと一緒に作ったり、私のぬり絵

をしたりして楽しんでくれたみたい。ボランティアで手伝ってくれたみなさん、ありがとう！そしてね、びっくりしたことがあったの。なんと、その日に私と同じ名前の「ちはなちゃん」が5人も、同じ誕生日のお友達が3人も来てくれたの！ホントにおどろいちゃった。思わずプレゼントあげちゃったの。

今年もまたお誕生日会を開いてくれるそうなんですって！嬉しいな。楽しいだろうな！ワクワクたぶん、私のお誕生日近くの日曜日あたりかな？また私と同じお名前、同じお誕生日のお友達も来てね。おうちの人でも同じだったら教えてね。今年もみんなと会えるのがとっても楽しみ。去年は来られなかったお友達も絶対に来てね！約束だよ。じゃ、今度は6月の大賀ハスマつりで会おうね。

【ちはな】

【ちはなちゃん誕生日会・読み聞かせ絵本】

手作り絵本の森（代表 森淳 花びと会賛助会員）

大賀ハス開花 70 周年記念事業として作成した読み聞かせ絵本「ハスの実コロコロポン」を 6 月 18 日の大賀ハスマつりに続いて 2 回目の上演をしました。当日は多くの親子連れと花びと会の



皆さんにも楽しんでいただきました。この絵本は「ハスの実はなぜ 2 0 0 0 年も長生きしたの？」をテーマに絵本の会の 12 人のメンバーでつながりのない 8 話の 26 ページのジャバラ絵本です。(写真中) 第 7 話では「実はね～ハスは高い知能を持っていて 今も虎視眈々と世界征服を狙っている」など奇想天外の内容で最後は「それでは皆さん外に出て まだ眠っているかもしれない種を探してみよう」で終わります。来場の皆さんは読み手(写真右)の「ハスの実ー ころころ ポーン」に声を合わせ両手を上げて蓮華亭が一つになった上演でした。練習を重ねた絵本の会のメンバーは大感激でした。

【森アツシ】

【市民会館 花壇】

年 2 回の植栽を依頼され、11 月末に植えたパンジーが、暖冬の影響か今を盛りと咲き誇っています。今回のパンジーは大輪で存在感があり、道行く人々の目を引いています。年 2 回の植栽では、一年中きれいな花壇作りは非常に厳しく、4 カ月程がんばってくれるパンジーは強い味方です。端境期の時に植えたゴールドンモップやハツユキカズラも順調に育っています。只今、作業スタッフ募集中!! (毎月 第 3 月曜日 9 時)

【講師派遣事業】

今年度も、市内の 6 公民館や美浜いきいきプラザさんから、コケ玉講習、寄せ植え講座、ハイドロカルチャー講座等の依頼を頂き、講師を派遣しました。来年度もすでに講師依頼が届いております。

【今後の予定】

月 日	内 容	場 所
4 月 17 日(水)	令和 6 年度総会	千葉市民活動支援センター
6 月 15 日(土)～23 日(日)	大賀ハスマつり	千葉公園蓮華亭・綿打池周辺
7 月中旬	会員研修	東京大学のハスの圃場見学

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
- ◆団体会員 年会費：5,000 円
- ◆賛助会員 個人：年会費 一□ 3,000 円
団体・企業年会費 一□ 5,000 円



花びと会ちば事務局

「千葉市都市局公園緑地部緑政課」

Tel 043-245-5753 Fax043-245-5885

midoritohana@city.chiba.lg.jp