



あさひかわ 北彩都ガーデン

ASAHIKAWA KITASAITO GARDEN

ガーデンレター 第32号 2017年2月14日

「ガーデンで冬遊び」を開催しました

去年も人気だった雪だるま作りを1月に開催しました。旭川では真冬の気温が低く、雪がさらさらになるので雪だるまを作ったことがある人が意外と少なく、子ども達が大喜びして飾りつけしてくれました！旅行で北海道に来た方、サポーターさんたちも素敵な雪だるまを作ってくれました。ありがとうございました！



「冬のガーデン」今年も大好評でした！

ガーデン周辺と駅前広場で様々なアクティビティを楽しめる「冬のガーデン」が開催され、沢山の方々がガーデンに足を運んでくれました。去年から始まったイベントですが年々知名度を上げて、旭川ならではの冬のイベントになれば良いですね。観光客の方からも大好評でした。



今年は気温が低く、ゆっきリンクの状態が良く平日でもにぎわいを見せていました。大池ではバナナポート・ラフティングの後に今年初となるゾーブボール・バブルボールも体験できました。



イベント中に天気の良い日が多く、雪列車に乗りながら旭川の冬景色を楽しむことができました。樹氷や一面の銀世界に旅行者からも歓声があがっていました。

上川エリア・ガーデナー勉強会をしました

ガーデンセンターの体験学習室で、上川エリアのガーデナーが集まって勉強会を行いました。講師は海外経験も豊富な苫小牧・イコロの森のヘッドガーデナー3名です。参加したのは、上野ファーム、大雪森のガーデン(上川)、風のガーデン(富良野)、そして北彩都ガーデンなどです。土づくりや支柱の工夫、花壇のデザインや海外での経験など、ガーデンの魅力や意識レベルを上げるのにとっても役立つ講義となりました。また、近郊のガーデンの手入れの話やガーデナー同士の顔を合わせる事で、新鮮な刺激をもらい今後の励みになりました。春からまた気合を入れてガーデンをより良くしていこうと思います。



北彩都ガーデンアカデミー 参加者募集

テーマ：北国だからこそできる・旭川の庭づくり

講師：上野 砂由紀 さん (上野ファーム)

日時 平成29年3月4日(土)10:00~12:00

場所 あさひかわ北彩都ガーデン ガーデンセンター

定員 50名

参加申し込みはガーデンセンターへ(2月21日より受付・先着順)

0166-74-5966 (9:00~17:00、月曜日休館)



Herb Column

~ハーブコーディネーター・建部久美子さんのコラム~

季節の変わり目や冬の間は、なにかと体の不調を招きがちになりますね。今年こそ、しっかり体調を整えて寒さに負けない体づくりを!!という方におすすめなのが、温かいハーブティーです。

風邪・インフルエンザなどを予防するハーブはたくさんあります。

北彩都ガーデンでも鮮やかな花を咲かせ、楽しませてくれたエキナセアは、免疫を上げインフルエンザ予防にはとても効果があります。ペパーミントやレモンバームなどとブレンドをすると爽やかで、とても飲みやすくなります。

小花がかわいく、香りが甘いジャーマンカモミールも、風邪予防に役立つハーブです。

「カモミール」の語源はギリシャ語で「大地のリンゴ」を意味し、リンゴのような優しい甘い香りをさせます。4千年以上前のバビロニアではすでに薬草として用いられていたと言われ、ヨーロッパで最も歴史のある民間薬とされています。

カモミールティーに含まれるアズレンは炎症を抑え、アピゲニンという成分には抗酸化作用があるため、ガン予防、老化防止、アレルギー症状の緩和に作用します。

そんな万能なカモミールを、ホットミルクと合わせることで、更に体が温まり、ホットでできる一杯に...♪胃に優しく、飲んだ時のリラックス感がくせになりますよ!ぜひお試しください。

作り方

- 1、小鍋に牛乳200ccとカモミール大さじ1を入れ火にかけます。
- 2、沸騰直前で火を止め3分待ちます。
- 3、茶こしでこしながら、ティーカップに注ぎます。

●最新情報・お問い合わせはこちら●

ホームページ '北彩都ガーデン' で検索

「あさひかわ北彩都ガーデンのブログ」 <http://kitagarden.exblog.jp/>

「あさひかわ北彩都ガーデンフェイスブック」 <https://www.facebook.com/kitasaitogarden>

あさひかわ北彩都ガーデン ガーデンセンター

〒078-8392 旭川市宮前2条1丁目 Tel 0166-74-5966 FAX 0166-74-5967