



# あさひかわ 北彩都ガーデン

ASAHIKAWA KITASAITO GARDEN

ガーデンレター 第14号 2015年1月15日

新年あけましておめでとうございます。北彩都ガーデンはいよいよ今年の夏にグランドオープンします。サポーター活動やイベントなどもより充実させていきたいと思っております。今年もどうぞよろしくお願いたします。

## ガーデントーク参加者募集

テーマ:「ハーブの楽しみ」 講師:ハーブコーディネーター・建部久美子

昨年2月に旭川市科学館で行った、ガーデントーク「ハーブの楽しみ」が大好評でした。今年2月にも、待望の2回目のトークを行うことになりました。建部先生にハーブの効用などをお話してもらおう他、ガーデナーからは、北彩都ガーデンに植えるハーブの育て方をお話しします。今回もハーブティを用意します。去年とは違う種類のハーブを使いますのでどうぞお楽しみに。受付は定員になり次第終了となりますので、お早めにお申し込みください。

開催日時: 平成27年2月11日(水・祝) 10:00~12:00

会場: 旭川市科学館サイパル 1階学習研修室

定員: 50人

申し込み: 北彩都事業課にお電話にて  
0166-25-6212(平日8:45~17:15)



ハーブティーの試飲会もやります  
(写真は去年の様子)

## 冬のガーデンを歩こう!

冬の間、ガーデンは除雪をしないので冬眠状態です。ですが行ってみると散歩をしている人もいますし、これからさらに雪が積もると一部が歩くスキーコースとして利用されます。

先日、試しにスノーシューを履いて冬のガーデンを散策してみたら結構面白いんです! ガーデンの木の冬芽を観察したり、ちょうど良い運動にもなりました。

氷点下になるこの時期、特に早朝はガーデンの木が樹氷に覆われ、忠別川から川霧が出る事があります。気象条件が良ければダイヤモンドダストを見られる日もあります。

こうした自然現象も、旭川ならではの魅力として伝えられないかと思ひ、寒~い冬の朝に歩くツアーを企画してみました。当日は午前7時から約1時間かけて、ガーデンの周辺を歩きます。早起きで時間を持て余しているそこのアナタ! 是非参加してみませんか?

冷え込むので、暖かい服装・長靴でご参加ください。散策の際には「かんじき」を貸し出します。

開催日時: 平成27年2月25日(水) 午前7:00~8:00

場所: 旭川駅南側東口集合、アウネの広場周辺を散策

定員: 10人

申し込み: 北彩都事業課にお電話にて 0166-25-6212(平日8:45~17:15)



今年の干支「未(ひつじ)」の顔  
にも見えるオニグルミ

## Herb Column

～ハーブコーディネーター・建部久美子さんのコラム～

2015年。新しい年がスタートしました。旭川での1月は厳しい寒さと、真っ白な雪景色が、1年のスタートを知らせてくれます。氷点下が作り出す数々の自然現象は神秘的ですが、寒さには勝てず、愛犬と散歩しながら楽しむ間もなく、そうそう室内へ...やはり私は窓から外を眺め、温かいハーブティーを飲みながらホッとするのが大好きです。

みなさんは年の初めにお茶を飲まれましたか。家族や大切な人にお茶を淹れる。もちろん自分のためにも。おいしいお茶があるだけで、何気ない会話が楽しい会話になります。昔からお茶はコミュニケーションのツールとして使われていますが、ハーブティーもその1つ。リラックス効果のあるハーブティーを飲むと、心が穏やかになりますよ。疲れ気味の心を優しくいたわってあげてください。カモミール、レモンバーム、ローズなどがお勧めです♪

そして、なんとか風邪を引かず乗り切りたいですね。そこで、今回は、万能ハーブうがい薬のご紹介！冬のお助けハーブといえば「タイム」！！

シソ科のタイムはハーブの中で殺菌力NO. 1です。このタイムで簡単にうがい薬が作れちゃいます。タイムには、殺菌剤や歯磨き粉などにも使われる、有効成分「チモール」が含まれ、このチモールが、細菌やウイルスから身を守ってくれます。タイムのうがい薬は、菌の消滅に役立つ他に、去瘀作用や、口内炎などの予防、口臭予防にもなります。ぜひ、作ってみてください。

### 材 料

タイムドライハーブ 10g  
(タイムフレッシュハーブの場合 小枝約10本)  
ウオッカ又はホワイトリカー(35～40度) 100ml

### 作り方

タイムを消毒したジャムの空き瓶などに入れ、ウオッカ又はホワイトリカーを注ぎ入れて毎日シェイクしながら2週間置き、ハーブを漉して出来上がりです。

### 使用法

使用量はコップ1杯にスポイト5滴程度。

北彩都ガーデンにも、タイムがすくすく育ち楽しませてくれる予定です。私達にはまだまだ遠く感じる春ですが、植物達はもうすぐ春の準備を始めます。雪解けが楽しみです。



## 採用情報 ガーデナー募集のお知らせ

北彩都ガーデンでは、平成27年4月からガーデンを管理する職員(ガーデナー)を1名募集します。

どなたかガーデンの仕事をしてみたいという方はいらっしゃいませんか？ガーデンを支えるスタッフとして、植物管理だけでなく、イベント企画運営、広報活動、サポーター活動の運営、見学ツアーのガイドなど、幅広い業務(パソコンのスキルも必要)を担当できるスタッフを探しています。

詳しい求人情報は、ハローワーク旭川で1月下旬から公開されます。尚、情報公開・お問い合わせ窓口もハローワークとなりますのでご注意ください。

ハローワーク旭川 ホームページ:<http://hokkaido-hellowork.jsite.mhlw.go.jp/list/asahikawa/>

所在地・電話: 〒070-0902旭川市春光町10番58 TEL (0166)51-0176

### ●最新情報・お問い合わせはこちら●

公式ホームページ <http://www.city.asahikawa.hokkaido.jp/files/kitasaito/garden.htm>

「あさひかわ北彩都ガーデンのブログ」

<http://kitagarden.exblog.jp/>

旭川市役所 都市建築部 北彩都事業課

〒070-8525 旭川市6条通10丁目 旭川市第3庁舎4階 TEL 0166-25-6212 FAX 0166-27-3466

