

ながくぼ

公益財団法人藤沢市まちづくり協会 長久保公園都市緑化植物園

おうち野菜をつくろう！ 水だけでカンタン♪栄養満点♪ スプラウトを育ててみよう！

スプラウトとは、主に野菜や穀類、マメ類の新芽のことで、小さな芽にはこれからどんどん成長するためのビタミンや酵素などの栄養がたっぷり蓄えられています。種まきから収穫まで間近で成長の様子を見られるので「育てて」「見て」「食べて」楽しむことができます。キッチンなど室内で季節を問わずに水替えだけでカンタンに栽培できるので、ぜひ始めてみてくださいね！

～タネまき～

- ① 容器は水受けがついた水切りかごなどを使います。使い捨てのプラスチック容器は、水切りの穴をあけます。容器はキッチン用除菌スプレーで消毒しておきましょう。



- ② 数枚重ねたカット綿やキッチンタオルを容器の底に敷いてから全体を湿らせ、タネ同士が重ならないようにばら蒔きします。



※使用するタネは、必ず薬剤処理されていないスプラウト用のタネを使いましょう。
※カビや腐敗などの原因になるので、タネや容器は素手で触らないようにしましょう。

- ③ 暗い場所に置いて、発芽するまで水を切らさないようにします。水は毎日とりかえましょう。

～水替え～

収穫するまで、毎日1～2回は新しい水に取り替えます。ミネラルウォーターではなく水道水を使いましょう。霧吹きなどで水をかけて保湿すると葉がきれいなスプラウトが育ちます。

～緑化～

スプラウトは、明るい場所で育てると伸びが止まってしまうので、発芽後も遮光して徒長させて育てます。タネまきから6～7日後、高さが5～6cmになり双葉が開いてきたら日当たりの良い場所において1～3日ほど緑化させます。このとき、直射日光や乾燥には注意してください。



ブロッコリースプラウト
タネまきから7日後



いろいろな種類のスプラウトを
試してみよう！

お花を使って「色水あそび」 身近な草花を使って色水を作ってみよう！



まずは花びらを集めます。今回はペチュニアとパンジーを使いました。アサガオ、ホウセンカ、オシロイバナなどがよく色が出ます。



透明なビニール袋に花びらと少しの水をいれて花びらごと「にぎにぎ」揉みます。



少し経つと色が出てきます。赤ワインのような深い赤ムラサキ色になりました。

～あそびかたいろいろ～

ガーゼを染めてみたよ



絵の具にしてお絵かき



右がパンジー、左がペチュニア

濃いムラサキの色水にお酒を入ると...



色変マジック!!



あれれ～?



鮮やかなピンク色になったよ!

緑化講習会	対象	藤沢市在住の方 (一部講習会をのぞく)	場所	みどりの相談所研修室 又は園内
5/15 (土) マツの手入れ ~みどり摘み~ 講師：日本ガーデンデザイン専門学校 嶋下 文秀 氏	6/6 (日) ブルーベリー栽培をはじめよう！ 講師：長久保公園みどりの相談員 坂本 立弥	7/7 (水) 夏の自然・植物観察会 講師：長久保公園みどりの相談員 六浦 勉		
5/16 (日) さつき盆栽講習会 ~花後の整枝、剪定とお礼肥~ 講師：神奈川県さつき会 会員	6/12 (土) 盆栽講習会 ~季節の手入れ~ 講師：湘南盆栽会 会員	7/9 (金) 初夏の草木染め教室 ~キブシでシルクストールを染めよう~ 講師：染色デザイナー 山田 美知子 氏		
5/19、5/26、6/9 (いずれも水) 一眼デジタルカメラで花の写真を 撮ってみよう (全3回講座) 講師：フォトアドバイザー 小島 潤一 氏	6/13 (日) 菊の講習会 ~定植の仕方・三枝の誘引~ 講師：藤沢菊花会 会員	7/10 (土) 観葉植物栽培入門 講師：長久保公園みどりの相談員 坂本 立弥		
5/21、6/11、7/16、10/22、11/5 12/10、1/28、2/18 (いずれも金) 初心者ハーブサークル (全8回講座) 講師：各回により異なります ※詳しくはお問合せ下さい	6/16 (水) ハーブ講習会 (仮称) 講師：未定			
5/22 (土) バラの開花中の手入れ 講師：樹木医 川島 一平 氏	6/18 (金) はじめてのハンギングバスケット 講師：長久保公園 宮城 香澄			
6/2 (水)、6/5 (土) ※どちらも同内容 庭木の手入れ (初級編) ~ウメの手入れ~ 講師：長久保公園みどりの相談員 廣田 邦夫	6/20 (日) さつき盆栽講習会 ~挿し芽からの苗木の作り方と小品盆栽への移行~ 講師：神奈川県さつき会 会員			
6/3 (木) 花屋さんが教える お花たっぷりのアレンジメント 講師：ルッカ代表 斉藤 雄太 氏	6/26 (土) アロマセラピー講座 ~アロマ石けん作り~ 講師：AEAJ認定アロマセラピーインストラクター 環境カオリスト 藤田 英美子 氏			
<p>各講習会の開催日・内容は、変更又は中止となる場合があります。 また、各講習会の申込方法や開催時間、参加費用その他の詳細については「広報ふじさわ」や長久保公園内掲示板、長久保公園ホームページ等をご覧ください。 なお、お申込みにつきましては、公平を保つため1回 (往復はがきの場合1枚) のお申込みでお1人様分の受付となります。ご了承ください。 【その他の詳細は長久保公園までお問い合わせください。】</p>				



みどりの展示会	場所	みどりの相談所 1階 展示ホール	各展示会の開催日・内容は、変更又は中止となる場合があります。 また、時間その他の詳細については「広報ふじさわ」や長久保公園内の掲示板、又は長久保公園ホームページ等をご覧ください。 【その他の詳細は長久保公園までお問い合わせください。】
※中止となりました イワドリと山野草葉芸展 (出展団体：湘南いわどり保存会)	6/2 (水) ~6/10 (木) カナダワインザー市の紹介パネル展 (出展団体：長久保公園自主展示)		
※中止となりました 盆栽展 (出展団体：湘南盆栽会)	6/12 (土) ~6/13 (日) 雪割草・山野草葉芸展 (出展団体：湘南雪割草保存会)		7/17 (土) ~7/25 (日) カワセミ写真展 (出展団体：湘南カワセミクラブ)
5/15 (土) ~5/16 (日) さつき花季展 (出展団体：湘南遊行さつき会)	6/19 (土) ~6/20 (日) ウチョウランと苔玉展 (出展団体：酔蘭香房 庵)		7/17 (土) ~7/25 (日) ナショナルトラストパネル展 (出展団体：長久保公園)
5/21 (金) ~5/23 (日) さつき花季展 (出展団体：神奈川県さつき会)	6/25 (金) ~6/26 (土) ハーブ&香り展 (出展団体：ながくぼグリーンサポーター・ハーブ部会)		7/29 (木) ~8/8 (日) 植物バイオテクノロジーのパネル展 (出展団体：長久保公園)
5/29 (土) ~5/30 (日) 山アジサイと苔玉展 (出展団体：酔蘭香房 庵)	7/8 (木) ~7/14 (水) 長久保公園花の写真展 (出展団体：写真講習会参加者)		7/29 (木) ~8/8 (日) 病害虫のミニ展示 (出展団体：長久保公園)

インフォメーション

みどりの贈りもの (藤沢市民対象)

出生・結婚・パートナーシップ宣誓・新築のお祝いに記念樹を差し上げます。
引換期間は、出生・結婚の場合その日付から、新築の場合は証明書類の日付からそれぞれ6ヶ月です。

グリーンバンク制度 (藤沢市民対象)

ご家庭で不要になった樹木、草花、園芸資材についての情報を、みどりの相談所掲示板及びホームページで公開しています。譲りたいものがありましたら、長久保公園へご連絡ください。

みどりの相談コーナー

専門の相談員が植物に関するご相談に無料でお答えします。電話やメールでもご相談を受け付けておりますので、お気軽にご相談ください (メールの場合は必ず件名を入れてください)。

生垣設置用苗木の無償交付 (藤沢市民対象)

一定の条件を満たす方に、生垣を設置するための苗木を差し上げます。条件の内容などの詳細については、長久保公園にお問い合わせください。
申請方法：5/7 (金) ~5/14 (金) に来園で。
※5/10 (月) は除きます
交付時期：6月下旬頃

春の植木市開催 (植木・草花・園芸資材の販売)

開催期間：7/4 (日) まで
時間：午前10時~午後4時
定休日：毎週月曜日 (月曜日が祝日の場合は開催)
・祝日の翌日 (土日は開催します)
※雨天 (荒天) の場合、中止になることがあります。

長久保公園都市緑化植物園のご利用案内

交通のご案内

- ☆バス
「藤沢駅北口」2番乗り場、長久保経由辻堂駅行き又は、辻堂団地行「長久保」バス停で下車 徒歩約3分
- ☆小田急江ノ島線
「本鵜沼駅」下車 徒歩約15分
- ☆駐車場 無料85台 (身障者用3台含む)

開園時間 午前8時30分~午後5時
※みどりの相談所及びハーブ見本園は、毎週月曜日及び祝日の翌日に休みとなります (年末年始は12/28~1/4の間お休みです)

主な業務内容 記念樹引換/緑化講習会/みどりの展示会/みどりの相談コーナーなど

長久保公園都市緑化植物園
ホームページ
<https://www.nagakubo-kouen.jp>

電話 0466-34-8422
FAX 0466-36-6700
メール nagakubo-kouen@f-machikyo.or.jp
(メールをご利用の際は、必ず件名を入れてください)

ホームページのQRコードはこちら