

食べられる葉と花をガーデンに

ガーデンに植える植物を選ぶ時、何を基準に選んでいますか？花の色？咲く時期？大きさ？通常は花の色やかかわいらしさで選ぶことが多いと思いますが、同じような色や形を選んでしまうと、組み合わせた時にお互いが主張しあってうまくなじまないことも。そんな時、よく使うのがカラーリーフ。シルバーリーフやパープルリーフの植物を間に入れるだけでおしゃれに見えるから不思議です。

カラーリーフだけでなく、意外と使える！と思えるものが野菜やハーブなど。もともと葉ものとしてそこにあるのが当たり前で、葉を眺める時間の方

が長い植物たちです。タイムのような細かい葉、ディルやフェンネルのような細くて長いラインのもの。パープルリーフのバジルやシソ、紫葉のケールも存在感があります。

食べられる葉を眺める葉としてガーデンに入れられると発見するのはとても楽しくワクワクしますが、眺める花が実は食べられる花だったと知った時はもっと新鮮な驚き。エディブルフラワー（食べられる花）、春の定番としてピオラやキンギョソウがありますが、シャクヤクやチューリップまで海外では食べられているようです。公園の花は食べるようになっていないので食べないでくださいね。



※公園内の花や葉は食べられません。

エディブルフラワーの花々

鑑賞花としてはもちろん、食べられる花々をご紹介します。小花は料理やケーキの飾りに、大輪は花びらを散らしたり炒めたりして使えます。ぜひ豊洲のガーデンでも探してみてください。



パンジー F1 ナチュレ クリアレモン
イエロー系のパンジーやピオラは料理やお菓자에添えると華やぐ。味も良くエディブルフラワーの定番。



リナリアグッピーホワイツイズイエローアイ
秋から春まで小さな花が沢山つき利用価値大。他にもブルーやピンク、イエローなどもありミックスしても。



タイム ロンギカウリス
這い性のタイムで、花をエディブルフラワーとして利用可能。丸っこい花で濃いピンクが可愛い。



ダリア ビショップズチルドレン
もともとエディブルフラワーの種として購入し、ガーデンの彩りとして活躍中。花だけでなく黒葉も素敵。



ペルシカリア ファイヤーテール
雑草の赤まんまと同じ仲間食べられる。スウェーデンではケーキの飾りに。優しい甘み。



チャイブ
薬味ネギのような細い葉だけでなく、ピンクの花も料理の飾りに利用でき彩りに重宝。花はネギの風味。



ナスタチウム
花も葉もそのまま食べられるのでサラダの彩りに。ピリッとした辛みがサラダの味を引き立てる。



ヘメロカリス
花や蕾をサラダや炒め物などに。春の新芽を山菜として食べる地方もあり、花だけでなく葉も利用可能。

ピックアップ

ローズマリー

暑さや乾燥に強い植物のイメージですが2月にも花を咲かせています。少し日陰になるところでも育てられるし、とにかく丈夫。ですが、移植は苦手。苗を植えるタイミングは春から夏の成長期がおすすめです。



季節のワンポイントケア

夏の花の種まきは室内で

温かいと思ったら急に冷え込む春先ですが、夏の準備は始まっています。夏の花の発芽適温は20～25℃が多く、暖かい室内で種をまいて準備することも可能。早めに育てて暑さを乗り切る体力をつけさせましょう。



豊洲グリーン100プロジェクト

豊洲ガーデンクラブのご案内

毎週金曜日・土曜日※ 10:00～11:30

だれでも参加できます

参加費無料、お休み連絡なし遅刻早退OK

初回にメンバー登録をお願いします

※1月・8月はお休み



豊洲公園のガーデンづくりと ガーデンクラブの特徴

- できるだけ自然に近い姿かたちで植物が生き生きと育つ風景をめざしています
- 植物を介したゆるやかなコミュニティで地域とのつながりをつくります
- 年間を通して植物の成長を見守り、一緒に公園の景観としてのガーデンを育てます
- ガーデナーが植物の知識を地域に広めています
- 種から植物を育てています
- 年間200種類以上の植物を育てています
- 毎年新しい植物に出会える機会があります
- 循環型のガーデンづくりをしています



主な作業 毎週金曜日・土曜日※ 10:00～11:30

3月 夏の花の種まき・除草

4月 夏の花のポット上げ・植栽・除草・切り戻し

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | 31 | | | | |

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | |

豊洲ガーデンクラブは

「豊洲グリーン100プロジェクト」のひとつです

100年先まで続く美しい景観をみんなで育ててみんなで楽しむプロジェクト。

自立した循環型の活動で、得た収益を生かし、豊洲ガーデンクラブの活動費に充てています。

詳しくはこちら

<https://toyosugururi.jp/event/green100/>

