

# め だ か



## うめ ぼ 梅干し

さいじき 梅干し  
歳時記 (5,6,7月)

さいじき きせつ ぎょうじ しょもつ えどじだい しゅ はい  
歳時記は、季節の行事やできごとなどをまとめた書物です。江戸時代に、主として俳  
く きご あつ せいり かいせつ だいひょうてき く しょうかい しょもつ さ  
句の季語を集めて整理して、解説や代表的な句などを紹介した書物のことを指すよう  
になりました。「歳事記」とも書きます。

### うめほ 梅干すや庭にしたたる紫蘇の汁 まさおかしき 正岡子規

#### うめ でまわ 5月ごろに梅が出回ります

いいかおり…



さいろ じゅく  
黄色くきれいに  
熟した梅の実を  
つかいます

#### ★梅干しはスゴイぞ！

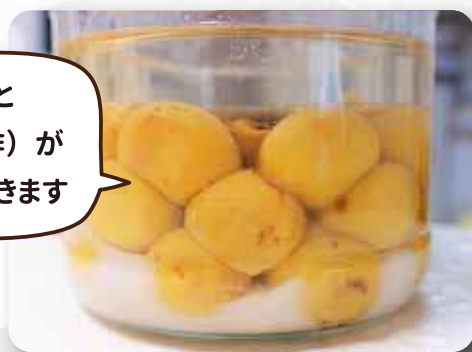
すく しょくひん  
梅干しは優れた食品です。



- ① 抗菌・殺菌作用がある
- ② すっぱいクエン酸で疲れしらず
- ③ おなかの調子を整える

#### つゆ じき っ 6月、梅雨の時期に梅を漬けます

じわじわと  
汁(梅酢)が  
あがってきます



などののはたらきがあります。1日ひと粒をめやすに、ご飯のときやお弁当にも！

#### 梅干しものがたり

せんさんびやくわん ちゅうごく  
梅の木は千三百年ほどむかしに、中国からもちこまれたようです。はじめは花を樂しんだり、実を塩漬けにした汁(梅酢)が利用されていましたが、平安時代から、漬けたあとの実を食用にするようになりました。



#### てんびほ 7月の梅雨あけごろに天日干しします

あかしそ  
赤紫蘇をしばった汁で漬けるとあざやかな赤い梅干しができます

自然ふれあい情報館  
〒114-0031 北区十条仲原4-2-1 清水坂公園内  
TEL: 03-3908-0804  
E-mail: jyohokan@eco-plan.jp  
※月曜休館(祝日の時は翌日)  
ブログ: <https://jyohokan.exblog.jp>



情報館ブログ

みどりと環境の情報館(エコベルデ)  
〒114-0003 北区豊島5-6-1 豊島五丁目遊び場内  
TEL: 03-3913-8340  
FAX: 03-5902-3887  
※月曜・火曜休館(祝日の時は翌日)  
ブログ: <https://ecoverde.exblog.jp>



エコベルデブログ

# スタッフは見た！しぜんの事件簿

じけんぼ

ゴールデンウィークまっ盛りの5月5日。縁起のよい花が咲いているのを見ました。フェンスに巻きつくスイカズラという植物で、咲きはじめてのときは白色ですが、一日すぎると黄色くなることから、「金銀花」と呼ばれます。葉っぱのかげにかくれて咲くことが多いので、見かけてちょっとトクした気分でした。



咲きはじめ

つぎの日

## 修了生日記

しゅう りょう せい にっ き



4月12日、自然園上部にある草地予定地に林縁を好む草花が生えてくるよう、生育を阻害してしまうアズマネザサを根元から掘り起こして除草を行いました。活動中にも近くで咲いていたハルジオンに、モンシロチョウやナミアゲハが飛来する様子も観察できたので、今後に期待です。活動に興味のある方は、自然ふれあい情報館までお問い合わせください。

※修了生とは、北区環境リーダー養成講座に参加された方の総称です。

## イベント情報

詳しくは各施設のブログ、ホームページをご確認ください。

北区の生きもの再発見！

## ～武蔵野台地の草地を調べて、保全と再生をしよう！～

武蔵野台地の崖線部にある自然園、その草地を調査し、保全と環境づくりの手法や考え方を学びます（北区環境リーダー養成講座フォローアップコース）。

日時：7月5日（日）、7月12日（日）、7月26日（日）

9：30～11：30

対象：区内在住、在勤、在学の18才以上の方

定員：13名（抽選）

会場：自然ふれあい情報館

申し込み：往復はがき、または「自然ふれあい情報館ブログ」内にある申込フォームよりお申し込み。

※はがきの記入方法：住所、電話番号、参加者の氏名、年齢、（在勤、在学の方は勤務先、学校名）

申し込み締切：6月26日（金）必着



武蔵野台地の突端に位置する自然園の斜面林

お問い合わせ：自然ふれあい情報館

〒114-0031

北区十条仲原4-2-1 清水坂公園内

TEL：03-3908-0804

E-mail：jyohokan@eco-plan.jp

※月曜休館（祝日の時は翌日）

ブログ：https://jyohokan.exblog.jp



情報館ブログ

