



(公財) 兵庫県園芸・公園協会 花と緑のまちづくりセンター

花緑に癒される脳

第4回 「花と緑の中で人が人を癒す」

兵庫県立大学大学院 緑環境景観マネジメント研究科 教授／

兵庫県立淡路景観園芸学校 園芸療法課程 主任景観園芸専門員 豊田 正博

草花を見た時、花や野菜の苗を植えた時、私たちは「きれい」「かわいい」「早く大きくなってほしい」と思い、そばに人がいれば、その気持ちを口に出す。その言葉を聞いた人は「そうですね」と共感し、穏やかな気持ちになる。私たちは、造花より生花を好み、空や水の青さ、森の緑、花の多彩な色彩に快を感じる。

バイオフィリア（生命愛）仮説といって「人は植物や他の生物を含めた自然と結びつきを持つ傾向がある」という考えがある。バイオは生命、フィリアは愛情だ。この考えは1990年代に当時ハーバード大学教授のウイelson氏、イェール大学教授のケラート氏らが広め、今も世界的に支持されている。

また、「人の進化の起源であり、見通しがきくアフリカの草原（サバンナ）は、いつ猛獣と遭遇するかわからない森林より安全で安心である。サバンナのような緑のある景観を好む人が、長い進化の歴史の中で危険な森林を好む人より多く生き残り、その遺伝的特性は今の私たちにも備わっている」という考えもある。これはテキサスA&M大学教授のウルリヒ氏が提唱したもので、やはり世界的に支持されている。

人の生存に不可欠な酸素、水、食料、どれも自然由来である。植物や動物が生存できる自然環境が整ってこそ、人も生きてゆける。自然、植物、動物とつながりたいという気持ちは、人も自然の一員であり、つながりずには生きられないことを認識している証である。そして、誰にもバイオフィリアが備わっているからこそ、植物を見て誰にも共感が生まれる。

他人の表情やしぐさを見る時、他人が何かを感じている時、自分は何もしていなくても脳は反応する。スポーツを見て興奮する、ドラマを見てもらい泣きするのもその例である。こうした働きをする脳領域

はミラーニューロンと呼ばれ、高等なサルや人で見づかり、他者の行動理解や共感に重要な働きをしている。

市民花壇に花苗を植えるといった集団の園芸活動では、同じ作業の体験はもちろん、きれい、よい香り、気持ちのよい感触、心地よい音などを共に感じる体験、微笑む表情などをお互いに見る場面が生まれる。こうした共通の運動体験や感覚体験時にミラーニューロンが働き、言葉を介さなくても情動的な共感が生まれる。

そのため、植物を介した活動は、特に植物好きの人でなくても参加しやすく、集団にも受け込みやすい。

つまり、一人でも植物や園芸の楽しみは得られるが、他者とつながる中で、一人の時とは異なる“共感を伴う癒しの時間”が生まれるのである。これが、「花と緑の中で人が人を癒す」ということになる。

今年度、花緑と脳という視点から普段、何気なく楽しんでいる植物や園芸の話をさせていただいた。こうした植物の癒しを使って人を健康にする園芸療法を学ぶ学校が兵庫県にはある。興味のある方は、淡路景観園芸学校園芸療法課程のHPをぜひ、ご覧ください。



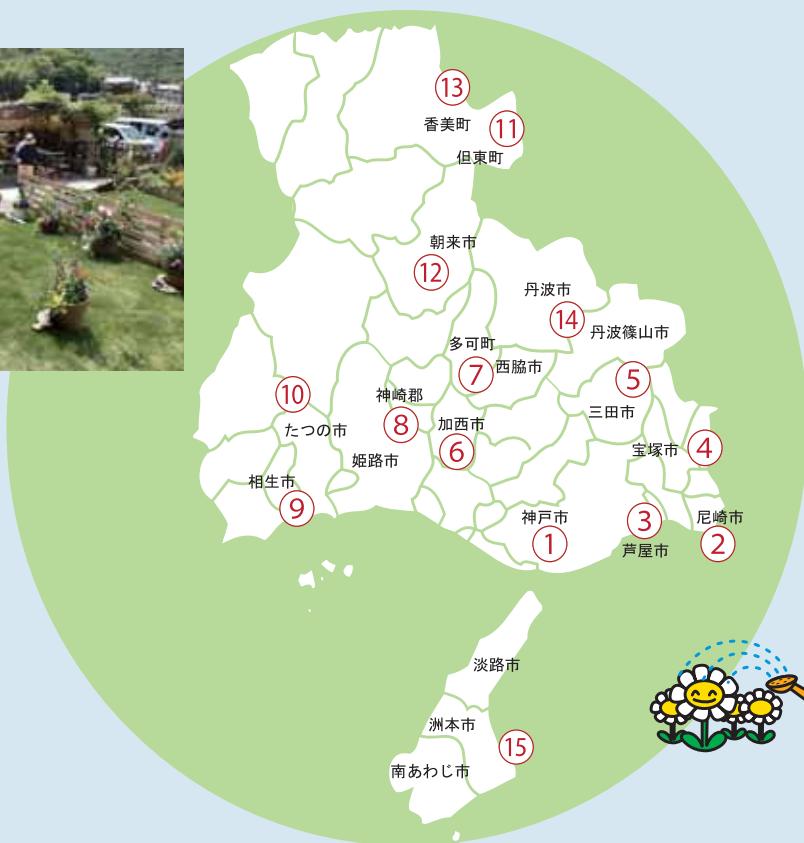
見通しのきくみどりの景観の中で

(2) センターだより

2022オープンガーデン情報

4月から5月にかけて、兵庫県下で開催されるオープンガーデンの情報をご案内します。また、ウェブサイト「ひょうごはなまち」にも掲載されていますのでご覧ください。

※令和4年3月初旬時点での情報です。新型コロナウイルス対策による開催の詳細については、直接主催団体までお問い合わせください。個人連絡先については、花と緑のまちづくりセンター（P3下記記載）にお問い合わせください。



HP ホームページあり
 IG インスタグラムあり

名称	地域	日程	主催・問い合わせ先
① 神戸オープンガーデン 2022	神戸市	4月15日(金)～17日(日) 5月6日(金)～8日(日) 5月13日(金)～15日(日) 5月20日(金)～22日(日) 5月27日(金)～29日(日) 10時～17時	神戸オープンガーデン実行委員会 (公財)神戸市公園緑化協会気付 Tel 078-351-6756 HP
② 堀江ガーデン	尼崎市	5月7日(土)、8日(日) 13時～16時	お問い合わせ：花と緑のまちづくりセンター Tel 078-918-2405
③ 芦屋オープンガーデン 2022	芦屋市	4月16日(土)～20日(水) 5月11日(水)～15日(日) 10時～16時	芦屋市都市建設部街路樹課 Tel 0797-38-2470 Fax 0797-38-2163 HP
④ 宝塚オープンガーデンフェスタ 2022	宝塚市	4月23日(土)～25日(月) 5月13日(金)～15日(日) 10時～16時	あいあいパーク オープンガーデン担当 Tel 0797-89-5933 宝塚市役所農政課 Tel 0797-77-2036 HP IG

名 称	地 域	日 程	主催・問い合わせ先
⑤ 第23回 三田グリーンネット チャリティオープンガーデン	三田市 神戸市北区 西宮市	5月21日(土)・22日(日) 9時～17時 5月28日(土)・29日(日) 9時～17時	三田グリーンネット ホームページ内お問い合わせ先参照 
⑥ 鶉野中町花家族の会	加西市	5月14日(土)・15日(日) 10時～16時	団体代表 尾花 お問い合わせ：花と緑のまちづくりセンター Tel 078-918-2405
⑦ 多可オープンガーデン 2022	多可町 西脇市	4月中旬～5月下旬 ★庭主さんにより日時が異なります。	多可町観光交流協会事務局 Tel 0795-32-4779 [TAKA JOY] 検索 
⑧ オープンガーデン なかはりま2022	姫路市 福崎町 市川町 神河町	4月15日(金)～17日(日) 5月22日(日)～24日(火)	(一財)姫路市まちづくり振興機構 緑化推進部 Tel 079-291-1914 
⑨ 野瀬の里オープンガーデン	相生市	4月30日(土)～5月1日(日) 9時～16時	お問い合わせ：花と緑のまちづくりセンター Tel 078-918-2405
⑩ 2022 オープンガーデン in しんぐう	たつの市新宮町	4月8日(金)～17日(日) 10時～16時	たつの市花と緑の協会新宮支部 Tel 0791-75-0251 Fax 0791-75-0264
⑪ あいはしみちばたオープンガーデン	豊岡市但東町	5月28日(土)・29日(日) 9時～17時	静暖の里 Tel 0796-53-4666
⑫ あさごオープンガーデン	朝来市	前期：5月1日(日)～8日(日) 後期：5月14日(土)・15日(日) 10時～17時	朝来市役所朝来支所 Tel 079-677-1165 Fax 079-677-1513
⑬ 香美町香りの花フェスタ オープンガーデン	香美町	4月17日(日)・18日(月) 9時～16時	香美町役場町民課 Tel 0796-36-1110
⑭ たんばオープンガーデン 2022	丹波市 丹波篠山市	4月24日(日)・25日(月) 5月22日(日)・23日(月) 9時～12時、13時～17時	丹波の森花くらぶ 代表 星見 ホームページ内お問い合わせ先参照 
⑮ あわじオープンガーデン	淡路市・洲本市 南あわじ市	4月16日(土)・17日(日) 5月14日(土)・15日(日) 10時～16時	あわじオープンガーデン実行委員会 ホームページ内お問い合わせ先参照 

2022オープンガーデン情報

事務局 078-918-2405

花と緑のまちづくりセンター



[ひょうごはなまち] 検索



令和3年度花緑いっぱい運動推進員ワークショップ報告

年間6回各地域で花緑いっぱい運動推進員の所属する緑化活動団体同志、また地域住民の交流を深め、花緑活動の活性化と地域の魅力向上を図る目的で、ひょうごガーデンマイスターなどを講師として開催しています。

コロナ禍で新しい生活様式となり2年が過ぎます。その中で「ステイ・ホーム」が広がり、日常に彩りと、ストレス緩和、新たな趣味として多様に園芸を取り入れる楽しみが広がり、関係産業は今までにないにぎわいのようです。

当ワークショップでは、花緑活動による地域活性活動ボランティアに興味をお持ちの方のご参加をお待ちしています。

但馬地域 稲澤範治 講師
ひょうごガーデンマイスター
5月7日(金) 豊岡市日高町
西気地区コミュニティセンター

午前中は、基本的な土づくりの方法、植栽する植物の特徴を学習。植栽の配置について質問、意見を出し合いながら植栽計画を決定。

午後に植栽計画を基に配置し、適宜間隔など修正しながら植栽を実施した。小学校跡の地域活動拠点がいろどりをもち、明るい印象となりました。



稲澤範治 講師



門上幸子 講師

中播磨・西播磨地域 門上幸子 講師
フラワーセンター非常勤講師

11月5日(金) 姫路市網干区
姫路市立網干公園

「公園を彩る花壇作り」午前中は、網干公民館にて、人が集う場所・環境に合わせた植栽デザイン、またアイデアによる見せ方について学習。

午後は公園植栽帯へ、視点をもとに草丈とその後のメンテナンス性を踏まえて通路の確保も考えた植栽を実施。開花時期が楽しみとなる花壇となりました。

阪神南・阪神北地域 橋本敏明 講師
ひょうごガーデンマイスター
11月8日(月) 三田市学園3丁目
コミュニティガーデンふるる

午前中は、バタフライガーデンによってコミュニティを築いた経験話をはじめ、蝶の生態と植物との関係、学習の場としても役に立つとの講義を受けました。

午後は、植栽体にて蝶を誘引する植物をデザインし植栽を実施しました。季節の移り変わりの楽しみが増えました。



橋本敏明 講師



東・北播磨地域 壺井幸次郎 講師

(株)壺井造園

11月11日(木) 加東市下滝野
播磨中央公園

午前は、「公園を彩る花壇作り」として、草花や肥料の基礎知識から花壇作りの計画管理について研修会として講義を受けました。

午後は公園駐車場入口花壇の植栽計画を、公共の場にふさわしい整然とした明るいデザインで植栽を実施しました。視認性もよく遠くからも明るい印象になりました。



壺井幸次郎 講師



稲澤範治 講師

丹波地域 稲澤範治 講師

ひょうごガーデンマイスター

11月17日(水) 丹波篠山市中野
丹波篠山市立丹南児童館

午前中は、基本的な土づくりの方法、植栽する植物の特徴を学習。植栽の配置について勾配や日当たり、色彩を意識しながら植栽計画を決定。

午後に植栽計画を基に配置し、間隔など修正しながら植栽を実施しました。地域交流の場がさらに明るくなりました。

淡路地域 稲澤範治 講師

ひょうごガーデンマイスター

11月24日(水) 南あわじ市市福永
市福永第一老人クラブ花壇

午前中は、基本的な土づくり方法、植栽する植物の特徴を学習。植栽の配置について質問、意見を出し合いながら植栽計画を決定。

午後に計画を基に配置し、間隔などを調整し植栽を実施しました。道路沿いの植栽で地域も明るい印象となりました。



稲澤範治 講師



花緑いっぱい運動推進員募集

兵庫県では、花と緑あふれる美しい県土づくりを推進するため、花と緑のまちづくりに一定の技術や知識をお持ちで、地域における花緑活動のボランティアリーダーとして実践活動や人材育成に取り組んでいただける方を募集しています。令和4年3月1日現在、191名の方が花緑いっぱい運動推進員として活動されています。応募、推薦について詳しくは、下記のお問い合わせ先へご連絡ください。

(公財) 兵庫県園芸・公園協会 花と緑のまちづくりセンター

〒673-0847 明石市明石公園1-27

電話 078-918-2405 FAX 078-919-5186

[ひょうごはなまち] 検索



ほっと

・・・ 相談員ニュース ・・・

バラと植物ホルモン

緑の相談員 花元 仁

【春のバラ生育】

バラを育てている皆様。冬作業ご苦労様でした。冬の手入れの成果が出てくる時期が来ました。3月10日前後早咲き品種、3月中旬以降から遅咲き種から芽が伸び始めます。つまり、根の活動が活発に動き始めるということですね。ということは、冬の間は根は動かないという事ではありません。土壤の温度は高低差が小さい事と、水分（雨水、湿度）がありますので少しずつでも動いています。

【オーキシンとシュート、根の関係】

根やシュートの成長は、天然オーキシン（インドール-3-酢酸、I A A）という植物ホルモンが関わっています。I A Aは、主にシュート頂分裂組織か、先端部分の葉でつくられると言われています。

そこから木部、師部を通過して根の方向に流れていきます。根の成長の順番は、まず主根が出来て、側根が出来て、不定根、毛根ができます。植物によっては、ユキヤナギの様な側根、不定根の成長で育つ植物もたくさんあります。

I A Aという植物ホルモンは、茎の光屈性や、根の重力屈性にも働いています。光が当たる枝の反対側にI A Aが集まり、その影響で光が当たる側に曲がります。横に伸びてる根の場合の重力屈性は、I A Aが下側に集まり根の上側が伸びて下に伸びていきます。

これは、I A Aが成長阻害する性質があるということです。挿し木をする時の発根剤の主成分は、I A Aです。発根させる穂木にI A A（ルートンなど）をつけて鹿沼土、パーミキュライト



CLスパニッシュビューティー
白い枝は、石灰硫黄合剤散布枝

などに挿し木しますがI A Aをつけた部分の細胞伸長が阻害され膨れて側根、不定根が発生します。ツルバラの誘引にもこの性質を利用しています。

冬のツルバラの誘引で垂直にシュートを伸ばして誘引してもあまり花は着きません。伸ばしたままより、水平に近い角度で上側へとツルを人工的に曲げた場所にI A Aの活性化を促し、元気なサイドシュートを生育させ今年の冬に誘引を行い花咲かせる枝を育ててくれます。

人工的に曲げて誘引した場合、曲げた下側にI A Aが凝縮し阻害剤が働き、曲げた上側の芽がサイドシュートになりやすく、1.0~1.5m程伸びて来年の枝として使えます。

【花後の処理】

花が咲いた後花殻取りを行います。この作業は次の花を咲かすための作業で、取らないと次の花芽の伸びが鈍化します。花殻取りは、花だけを除く場合と、花から下がって最初の5枚葉の芽の上切ると1番花より少し小さいですが2番花が上がってきます。気温が25℃を超えると、花色が悪くなったり崩れたりしてきますので、蕾が大きく色づいて来たら切り花として室内に飾る事をお勧めします。

** 園芸相談コーナー **

10:00~12:00 13:00~16:00
火曜日を除く毎日

TEL 078 (918) 2405

FAX 078 (919) 5186

MAIL info_midori@hyogopark.com

当分の間、電話又はファックス、
メールのみの相談としています
ので、ご了承ください。



グリーンメッセージ

花と緑のまちづくり

～今後の方向性など感じるままに～

元兵庫県参与・(公財)兵庫県園芸・公園協会元顧問
石原 憲一郎

花や緑のまちづくりは、植物の持つ力を理解し、まちづくりに最大限に活用するもので、身近な生活環境の質の向上、個性豊かなまちなみの創造、地域コミュニティの形成、美しい景観づくりや観光等の地域創生、健康寿命の延伸、子どもの情操教育、さらに、地球的視野で見ると地球温暖化防止や気象変動に伴う災害の軽減、生物多様性の確保等の環境問題など多様な価値をもつものです。今後2030年を見据えたSDGs*1の目標とも連動し、ますます重要になっています。

また、国民のLOHAS*2な暮らし方への希求から、花や緑を取り入れた生活のニーズが高まっており、個人のガーデニングやインドアグリーンはもちろん、公園や道路等公共空間、校園庭の緑花、企業用地の緑化などまちづくりの視点で緑花運動が広がっています。

なにより老若男女誰もが気軽に参加でき、近年電脳化する子どもたちがリアルな「生命」や、世代を超えたコミュニケーションが体験できる貴重な機会としても非常に有益です。

また、2019年から世界的に爆発的な感染拡大をもたらしている新型コロナ・ウイルス感染防止のため新しい生活様式が求められていますが、健康二次被害を防止するため日常での心身の健康維持増進という役割について、屋内外での花や緑につつまれた環境の重要性が再認識されており、特に、花と緑の拠点ともいべき公園の利用の促進を図ることが重要です。今後、ウイズコロナ社会への移行のなか、まちなかにある公園や公園的空間の利活用や維持・運営管理に新たな知見と具体的対応が求められています。

兵庫県では、1995年の阪神・淡路大震災の復旧・復興の過程で、被災者の心のケア、復興まちづくりや地域コミュニティの再生に花と緑が果たした大きな役割と効果を震災の教訓の一つとして「花と緑のまちづくり」を積極的に進めていくことを確認しました。

花と緑のもつ役割や効果を県政に活かすため、多くの県民による花緑活動を支援し、協力するた

め、様々な施策の推進を図ってきました。現在、県下の花と緑のまちづくり活動団体は、推計ですが約2500団体、構成員約7万人です。これは、1999年4月の兵庫県立淡路景観園芸学校の開校、2000年の淡路花博の開催、その後の大型花緑イベント、さらに、2006年の県民緑税（県民まちなみ緑化）の創設、県民の花緑活動を後押しする中核的施設として2007年4月に開設した「花と緑のまちづくりセンター」がなど、他県にない様々な取り組みが大きな効果を与えています。

その結果の一つとして、活動団体や県民の皆さんのご努力により、農林水産省と国土交通省が提唱している「全国花のまちづくりコンクール」で毎年のように大臣賞を受賞するなど、兵庫県は、全国有数の花と緑のまちづくり活動先進地域として成長しました。今後、さらに、「まちづくり」としての視点だけではなく、種々の社会的課題の解決に有効な運動として、さらに発展していくために活動への参加者の増加や活動内容のブラッシュアップなど対応が問われています。

しかし、現実には地域の人口構成の変化から「花と緑のまちづくり」の担い手である花・緑活動団体の変換時期を迎え持続可能な活動の維持について関係する自治体も含めて対策を講じる必要に迫られています。

*1 Sustainable Development Goals 持続可能な開発目標

*2 Lifestyles Of Health And Sustainability 心と身体、地球にやさしい持続可能な生活様式



花と緑のまちづくりを一層進める、県民主体の
ひょうごまちなみガーデンショー

園芸教室

令和4年度 令和4年4月～6月

実施日	タイトル	講師名	受講料【円】	受付開始日
4/17 日 午後	ガーデンデザイン ① 「寄せ植え・コンテナガーデン」の紹介	ガーデンデザイン研究家 中山 正範	100	4/ 1
4/24 日 午後	華やかに彩る春のハンギングバスケット	日本ハンギングバスケット協会 兵庫県支部	3,600	4/ 1
5/ 1 日 午前	◆ 明石公園の自然観察 ①	明石公園の自然に親しむ会 代表 兼光 たか子	100	4/15
5/ 8 日 午後	◆ 母の日のフラワーアレンジ	フラワーサークル花里主宰 東田 里美	2,600	4/15
5/15 日 午後	◆ シルクスカーフをハーブで染める	ジャパンハーブソサイエティ 上級インストラクター 松尾 あや子	2,600	4/15
5/20 金 午後	ランの手入れ	花と緑のまちづくりセンター 相談所長 松永 龍児	100	5/ 1
5/27 金 午後	庭木の手入れ ① 低木の管理	(株)あすか園芸舎 代表取締役 大西 進	100	5/ 1
5/29 日 午後	◆ 薬になる木・草を学ぶ	(一社)明石市薬剤師会 高橋 宏和	600	5/ 1
6/ 5 日 午前	◆ 明石公園の自然観察 ②	明石公園の自然に親しむ会 代表 兼光 たか子	100	5/15
6/19 日 午後	多肉植物(ハオルチア)の寄せ植え	園芸研究家 田上 義信	2,500	6/ 1
6/24 金 午後	夏の風物詩! つりしのぶづくり	つりしのぶ園 園主 市原 誠	3,100	6/ 1
6/26 日 午前	◆ 明石公園の樹木を観察しよう	花と緑のまちづくりセンター 樹木医 山中 正宏	100	6/ 1

花緑博士へチャレンジ!!

◆印は小学生以上が対象です。対象の教室を5回以上参加した小中学生には、花緑博士の認定証を進呈します。

★★お申し込み・お問い合わせ★★ 花と緑のまちづくりセンター

Tel 078-918-2405

受付時間は、9時から17時迄です

お申込み開始日より先着順 ※電話のみの受付

ホームページ「ひょうごはなまち」
以外にも、ボランティアさんの花手水
作品などをInstagramからも配信し
ています。
是非ご覧ください!



開催場所
花と緑のまちづくりセンター 研修室



花と緑のまちづくりセンターだより 60号

●令和4年3月22日(年4回発行)

●編集発行 公益財団法人兵庫県園芸・公園協会花と緑のまちづくりセンター長 福田 稔

〒673-0847 明石市明石公園1-27 花と緑のまちづくりセンター

TEL:078(918)2405 FAX:078(919)5186 Eメール:info_midori@hyogopark.com