

こもれびのガーデンセラピー ～緑に包まれるやさしい時間～

庭の緑が、一段と生き生きとしてきましたね。あたたかい風が吹いて、木々の葉っぱの間から木もれ日が、お庭にきれいな光の模様を描いています。

新緑が風にそよそよと揺れるのを見ていると、なんだか心が安らぎますね。木陰に入ると、ひんやりとして気持ちがいいのは、まるで木が涼しい風を送ってくれているみたいです。

木もれ日の光と影の移り変わりを眺めたり、鳥のさえずりに耳を傾けたり。お庭でゆっくり過ごしていると、ふと心が満たされていくのを感じませんか？

庭でしゃがんで、草花にそっと触れてみるとこれから伸びるぞーという凛としたエネルギーを感じます。植物の生命力は、心と体に心地よい刺激をくれますね。庭仕事に夢中になっていると、いつの間にか気分転換になっていることに気づいたりします。

庭のベンチでお茶でも飲みながら、木もれびを浴びてゆっくりする時間も、またいいものですね。難しいことは考えずに、緑の中で深呼吸すれば、体の中から元気をもらえますからね。

この時期は、ぜひお庭に出て、緑の中で心身ともにリフレッシュしてみたいかがでしょうか。自然の力が、きっとあなたの毎日を豊かにしてくれると思います。

この時期になると山に登りたくなり余計な登山ウエアを買ってしまう 市川

お庭や植木のお手入れのご相談は、**お庭番** まで（土・日曜日・祝日 定休日）  **0120-152-887** [ダイヤル3番]

今月のお手入れワンポイント 春に咲いた花木は7月までに剪定をしてその後の剪定は注意しましょう。ツツジは花ガラと一緒に刈込むのがいいタイミングです！

グリーンアドバイザー
柳川の

地域自然の見どころ紹介

今回は青空に泳ぐ沢山のこいのぼりをご紹介します

秦野の水無川のイベント カルチャーパーク前みずなし川緑地では毎年「こいのぼり掲揚」が見られます。秦野市では、子どもたちの夢と希望を託す気持ちを込めて「こいのぼり掲揚」を1987年から実施している思いのバトンがつながれたイベントです。川沿いには色とりどりの吹き流しやたくさんのこいのぼりが悠々と泳ぎます。掲揚は5月6日（火）までだそうです。川沿いの自然を歩きながらこちよい風に当たりませんか。



森の美味しい♪ デリ情報

ナチュラルでハーブ三昧♪

自家製フレッシュハーブの力を感じてください。

ここでしか飲めない10種類以上のスペシャルブレンド！

気持ち良いテラスで飲むハーブティーは心も体も癒されます。



森の中のカフェレストラン
Cafe Nature
カフェ ナチュラル

金曜定休日 ☎0463-58-9522



Instagram

日本一美味しいかもしれないと本気で思う 齋藤

グリーンアドバイザーのほっこり一言

先日夜に自宅近くを車で走っていたらシカのご一行様に遭遇しました。親シカは動じることなく、こちらをジッと見て家族が通り過ぎてから静かに去りました。あの座った肝がうらやましい。 柳川



この仕事についてから植物と人間の関係を考えるようになりました。今まで意識してこなかったけどやっぱり人は自然に大きな影響を受けるのだなとつくづく感じています。 齋藤



先日自分の誕生日があったのですが、娘たちにプレゼントをもらいました。いろいろ考えて買ったり作ったりしてくれたんだと、その品そのものよりも自分の為に考え時間を作ってくれたその気持ちがうれしかったです。 市川

