

雨音と香りを楽しむ、
癒しのガーデンセラピー時間

いよいよ梅雨ですね。庭好きにとっては「雨かあ…」と少し残念に感じる季節かもしれません。でも僕は意外とこの時期、好きなんです。休日にキャンプへ行こうと思ったのに、雨で断念…なんて日もありますが、そんな日は家でじっくり植物と向き合えるチャンスでもあるんです。

先日、うちのワンコ「ベンジー」と一緒に古民家カフェに行こうと思ったら見事に雨。仕方なく家でDIYでもやるかと、ワイヤーメッシュをまげて板を置くだけの棚を作り始めたんですが、なかなかオシャレにできたのでこれに植物を飾ったらどうだろう?と思いついてね。結果、観葉植物やハーブを並べた棚が完成し、身近なグリーンのおかげでとても心地よくなりました。自画自賛(^^)でも本当に潤うんです。緑のあるお部屋とそうでないお部屋は大違いこれはバイオフィリアだなと実感しました。気になる方は調べてください(あえて言わない)

実は、梅雨の室内でも楽しめるガーデンセラピーはたくさんあ

るんです。例えば、多肉植物の寄せ植え。土いじりは心を落ち着かせる効果があって、多肉植物なら小さなスペースでも簡単に始められます。お気に入りのカップや器に植え替えるだけで、ちょっとしたアート気分も味わえますよ。

また、雨音をBGMにちょっと贅沢なコーヒーを淹れて植物を眺めているだけでも、不思議と心が落ち着いてきます。梅雨のこの静かな時間が、密かな楽しみになっています。

皆さんは、雨の日のお家時間、どんなふうに植物と過ごしていますか?今月のテーマとしてぜひお試しください。素敵なアイデアがあったら教えてください。

皆さんからの実践の感想も教えてください!



ペペロンチーノのバスタを作るとき辛くしすぎる失敗を繰り返す 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 6月は手入れのシーズン 春に伸びたやわらかい枝葉がいちど固まる今が手入れのタイミングです!

グリーンアドバイザー
柳川の



地域自然の見どころ紹介

出雲大社分祠 近くに流れる小川の幻想的なホタル

初夏の夜にホタルを楽しみませんか? 秦野市にある出雲大社相模分祠では、境内の西側に流れる千年の杜の清らかな湧水の小川周辺で、ゲンジボタルが美しい光を放っています。見ごろは湿度が高めの日の夜7:45 ~ 8:30頃。7月末まで幻想的な光景が楽しめ、その後にはヘイケボタルも登場します。評判の美味しい湧水を味わいながら小川のほとりに腰をおろし、ホタルの優しい光に癒されるひとときを過ごしてみませんか。夏の訪れを感じる特別な夜をぜひ体験してください!



森のおいしい♪ デリ情報

自家製ビネガーソーダ

梅雨にぴったり! ナチュラル特製自家製ビネガーソーダで爽やかに!

真夏直前の健康対策にも! 彩り豊かに豊富な種類のフルーツを漬込んでます♪



SNS映えて
気分もあがる♪

森の中のカフェレストラン
 Café Nature
カフェ ナチュラル

金曜定休日 ☎0463-58-9522



Instagram



日頃の疲れはビネガーソーダを飲んで乗り切るつもり 齋藤

グリーンアドバイザーの
実はわたし…

実は私人の3倍ガンバラないと人並な事ができないタイプなんです。でも辛くはないんです。性格的に心の奥では楽観的なところが、日々を楽しんじゃってます。 齋藤



わたしは実はいや実はでもないんですが、車がとても好きで、車を走らせたいが為にお酒はあまり飲みません。お酒飲むなら車をいじりたい。そんな感じで3度のメシより車好きなタイプです。 柳川



実は私、超へたくそですがピアノを弾いています。人には聞かせられませんが、ちょっとワンフレーズきれいに弾けると、ジュワッといいホルモンが出て幸せになります。他人には雑音ですがね。 市川

