

健康生活は自然の恵みに感謝から

いよいよ梅雨ですね、雨のお庭も意外好きで気持ちが落ち着きます。植物が喜んでるように見えたりしますし菜園に水がたっぷり行き届き安心しますしね。こんにちは、お庭番の市川です。

日本はとても雨の多い国です。ということは水に恵まれている国家とも言えます。蛇口をひねって水が出るといのはある意味奇跡です。まだまだ雨量も少なくインフラがゆき届かず水を自由に使えない国は多くあります。水は尊いものです。防災の観点からもその水の大切さを多くの災害で感じましたよね。

当たり前になってしまうとその有難さをつい忘れがちですが、当たり前と思わず有難く無駄遣いせず使いたいですね。人間の身体も普段意識せずに機能している事は当然と思いいその有難みを忘れがちです。意識せずに動き続ける部分は自律神経に関わる部分です。最近では自律神経の乱れでいろいろな病気に罹患している人もとても多いです。私たちの

扱う植物はその自律神経に働きかけ、人の機能を健康に保ってくれます。身近に植物を置くことでその効果を得ることが出来ます。

ガーデンセラピーという観点から私たちグリーンアドバイザーは皆様の健康にも配慮してお客様にあったご提案をしていきたいと考えています。緑のすばらしさ、自然の有難さを伝えたいそんなスタッフが揃っているのが木村植物園です。皆様のお庭に繋がる健康のパートナーとして私たちがぜひ使ってくださいね。

雨の日は独学のピアノで
脳トレしている 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]

グリーンアドバイザーの

地域自然の見どころ紹介

歩いて健康に♪ どこまでも続く紫陽花の楽園

この時期はなんといっても紫陽花ですね。近隣で話題のあじさいイベントがあります。開成町では6月8日(土)～16日(日)まであじさい祭りが開催されます。田園に映える美しい蒼を楽しみませんか？

里親も募集されていて年間を通してあじさいのお世話をする企画もあり、花の時期だけでなく行うサステナブルな取り組みが素晴らしいですね。



店長日記

ガーデン倶楽部 店長 吉田

第37回 これが噂の若返りのハーブ

最近ローズマリーティーにハマっているんです。毎日3杯は飲んでます。飲みたくなったら、玄関の横に植えているローズマリーを5cmほどとって、水で軽く洗いそのままガラスのカップへ、はちみつを小さじ1いれたらレモンのスライス(私は大量にスライスして冷凍しています)入れお湯を注ぎます。この時の香りが最高に癒されますが、5分蓋をしておいてから飲むとめっちゃ旨いです。ホットレモネードにスパシーなローズマリーの香りがマッチ。

自分は最高だと思いますが、周りの反応は好みは分かれました。若返りのハーブ、ローズマリーって意外と活用していない方多いのでぜひお試しあれ。(妊娠中および授乳中の方はお控えください)

ほっこり一言

グリーンアドバイザーの

散歩の途中でお花のあるキレイなお庭だなあと思っていたら担当しているお宅のお庭でした。ちょっと嬉しい気分になりました。 平野



雨の日にお宅に伺ったら、靴下までびしょ濡れになってしまった。帰りの車はエアコンつけて靴下の乾燥室になりました(笑) 内山



いつもの元気なあいさつでお宅に伺ったら、静かにしてくれと言われ凹んでしまい、忘れ物までしてしまいました。いつもの調子って大事なのね。 天野

