

ハーブガーデン小話

Herb Garden Short Story



人と自然の共生館スタッフ
まいまい

ひんやりさわやか！ 夏のハーブティーをつくろう！

ハーブティーと言ったら「寝る前に」「休憩中に」ほっと一息つくことのできる温かい飲み物のイメージはありませんか？実は、緑茶や紅茶と同じく冷たくして飲んでもおいしいです！暑い夏にピッタリの、さわやかな冷たいフレッシュハーブティーをお試ください。

バタフライピー+レモングラス



ミント+フェンネル +ローズゼラニウム



ハイビスカスローゼル +レモングラス



アイ스티ーにするときは濃いめにつくって、氷をたくさんいれるとおいしいです



フレッシュハーブティー 基本のいれ方

- ① ハーブを摘んでよく洗っておく。
できれば、当日の摘みたてのハーブを使いましょう！
- ② ポットにフレッシュハーブを入れて、沸騰したお湯を入れる。
★ハーブの量を多めに使い、濃いハーブティーをいれましょう！
★ホットで飲む場合の蒸らし時間は3-4分程度、今回はもう少し長めに待ってみましょう。
- ③ お好みの濃さになったら、ポットごと流水にさらして粗熱を取る。
- ④ ポットからハーブを取り除き、ハーブティーに氷をたくさん入れたら完成！

★ハーブを入れたままにすると苦味が出ることもあります。

<おすすめハーブ>

ミント、レモングラス、レモンバーベナ、レモンバームなど。さらに、バタフライピーやハイビスカスローゼルを使うと見た目が華やかになりますよ！
私のおすすめはミントを多めに数種類ミックスして作ること！お好みのハーブを入れて作ってみてくださいね！



畑のおたより

Hatake no otayori



農業スタッフ しおちゃん

夏の田んぼを観察しよう！

みなさんは夏の田んぼを知っていますか？
田植え直後の心もとなかったイネが夏になると茎をたくさん増やして堂々とした姿になっています。
どんなことが起きているのか、イネの生長の様子を見てみましょう！

5月末～9月ごろ：水管理



水を入れると
いろいろな生きものが
集まってくるよ！



田んぼのイネにとって、水は生長するうえで欠かせないものです。イネは水を好む作物で、根は水中でも呼吸したり栄養を吸収したりできるので、健康に育ちます。都市農の水管理は、主に池の雨水を利用し、夏はイネの生長に合わせ、水の深さや温度を変えています。

7月上旬ごろ：中干し～間断灌水



干からびてても大丈夫！

イネの茎が1株25本程度になると田んぼを完全に乾かします(中干し)。これは、地中深くに根を伸ばし、丈夫なイネを作るためです。田んぼは約4日間乾かし、再び水を入れます。その後、根の生長を促すため、水を止め、干上がったたら水を入れる、という工程を出穂するまで繰り返します(間断灌水)。

8月上旬ごろ：出穂



5～7日間くらいしか見られません。

イネの花

見えている白い部分はおしべ

8月はイネが穂を出して花が咲き始めるころ。イネの花は花びらが無い小さな白い花。午前中の数時間しか咲かないため、見られたらとてもラッキー！

※穂がでてくると、鳥たちに狙われやすいので稲刈りまでイネの上にネットをはって対策をするため、観察しづらくなります。

