

# 緑化だより

No.27 平成20年5月号



レンゲツツジ：平成19年4月30日撮影

- きのこのない食卓なんて
- 樹のあれこれ
- 研修会・イベント報告
- 4/11:4月の自然探勝

- 研修会・イベント紹介
- 花だより
- お知らせ・案内

**生き物いっぱい 自然いっぱい**

**広島県緑化センター・広島県立広島緑化植物公園**

**〒732-0036 広島市東区福田町 166-2**

TEL 082-899-2811 FAX 082-899-2843

URL <http://www.hiroshima-cdas.or.jp/ryokka-c>

E-mail [ryokka-c@hiroshima-cdas.or.jp](mailto:ryokka-c@hiroshima-cdas.or.jp)



## きのこのない食卓なんて

きのこ類は、植物繊維が多いので野菜と似たような栄養分があると思われているようですが、**カルシウム**の吸収を助ける**ビタミンD**が多いという点で野菜とは異なっているのです。

正確に言うと、ビタミンDの元になる物質「**エルゴステロール**」を多く含んでいます。女性に多いと言われる骨粗鬆症の予防になります。以前では、乾燥シイタケは天日乾燥されていたのでビタミンDが多かったのですが、最近は機械で乾燥することが多くビタミンDは少ないのです。そこで、食べる前にシイタケを日光にあてれば1時間で20倍以上にもビタミンDが増えるというデータがあります。

**エルゴステロール**が多いヒダの部分を上にして日にあてるのがコツです。一度増えたビタミンDはなかなか分解せず、乾燥シイタケを冷蔵庫内で保存すれば半年たっても含量はほとんど同じであることが知られています。

忙しくてシイタケを日にあてる時間がない時は、シイタケを食べた後で自らが日光浴をすれば体の中でビタミンDが増えるそうです。一度お試しを。



シイタケ

## 『第2話 骨粗鬆症の予防』

## 樹のあれこれ

『**ハンカチノキ**』ダヴィディア科ダヴィディア属

**ハンカチノキ**は、緑化センターでも人気のある木の1つです。管理事務所の西側に2本あります。その他、レストハウスの裏や見本園内にも植栽されていますが、花を付けるのは管理事務所の横にある1本だけです。

4mぐらいの高さですが、一昨年は100個以上の花を付けました。4月末～5月上旬にかけて、花を包む白い苞(ホウ:葉が変形したもの)が2枚つきます。この苞がハンカチが垂れ下がっているように見えるところから、『**ハンカチノキ**』と名付けられました。その中央に見える球形の部分に小さい花が集まって咲いています。

フランス人神父:アルマン・ダビット(1829～1900)によって、1867年中国四川省で発見されました。1869年にはジャイアントパンダも発見しています。

中国の南西部にだけ自生する1科1属1種の珍しい木です。日本には1952年に導入されました。

(分類は、オオギリ科やミズキ科、ハンカチノキ科として扱う人もいます。)



ハンカチノキ:平成18年5月6日撮影



ハンカチノキ:平成18年5月6日撮影

# 研修会・イベント報告

4月11日(金) 『4月の自然探勝』

好天に恵まれソメイヨシノが満開となった11日に自然探勝会を開催しました。

探勝会は管理事務所の前を出発して苗畑、県木の森、桜の森、ファミリー広場、樹木見本園、管理事務所を巡るコースで桜・コバノミツ

バツツジ・コブシなどが咲き乱れる園内を散策しました。今回のコースは庭園や苗畑に植栽されたものと山林部分で自生しているもの両方を観察しました。この他にも、モッコク・シヤリンバイ・モミジバフウ・ハウチワカエデ・レンギョウ・ヤブツバキ・ネジキ・ヒメヤシヤブシなど観察しました。苗畑にはチョウセンレンギョウとヤマトレンギョウがありヤマトレンギョウはチョウセンレンギョウに比べ花数が少ないのが特徴です。

気温も20度近くまで上がり、上着を着ていると汗をかくほどの陽気で気持ちの良い1日でした。



研修会実施状況

# 研修会・イベント紹介

○4月29日(祝・火) 『みどりの集い』 10:00～15:00 多目的広場他

みどりの恵みに触れるイベントを開催します。詳細は「みどりの集い」案内をご覧ください。

○5月1日(木) 『山菜を学んで食べよう』 10:00～12:00 学習室集合 要予約

講師: 広島県森林インストラクター 堀内 久雄 先生 西田 信雄 先生

山の恵みとも言える「山菜」について、見て、知って、学んで、食べてみませんか。日常生活において、山菜を口にする機会が少なくなっていると思います。植物の味を体験してみても如何でしょうか。

○5月9日(金) 『5月の自然探勝』 10:00～12:00 第3駐車場

講師: 植物研究家 中塚 道則 先生

春の花や新葉などを中心に植物観察を行います。第3駐車場から溪流路に向けて通路沿いの樹木を見て歩く予定です。

○5月22日(木) 『病虫害について』 10:00～12:00 学習室

講師: 樹木医 岡田 剛 先生

植物を育てる上で、どうしても病虫害は発生します。日頃から疑問に思っていることや最善の処置方法、対策など学習してみませんか。

○5月24日(土) 『早朝探鳥会』 5:00～8:00 管理事務所前集合

講師: 日鳥連会員 吉見 良一 先生

毎年恒例の早朝探鳥会です。夜明けと共に一斉に野鳥がさえずります。

○5月28日(水) 『晩春の自然探勝』 10:00～12:00 管理事務所前集合

講師: 広島大学名誉教授 関 太郎 先生

新緑がまぶしい季節に色々な植物を見比べて、その違いを観察してみませんか。関先生から色々な話を聞くことができます。

# 花だより

オオウラジロノキ

バラ科リンゴ属 落葉高木

日本の山に自生しているナシの仲間には、ヤマナシ・アオナシなどありますが、オオウラジロノキもその仲間になります。5月になると短枝の先に2.5～3cmの白い花をつけます。花柱は5個で、雄しべは多数あります。

葉には鋸歯があり、若葉では綿毛が多く、成葉では表面は無毛ですが、裏面は白い綿毛が密生しています。果実は2～3cmの球形で10月頃、黄緑色～淡紅色に熟し食べられます。

名前はナナカマド属のウラジロノキに似ていて、果実が大きいことによります。また、別名はオオズミですが、こちらもズミより果実が大きいことによります。

学習展示館横のオオウラジロノキは4年前の台風で倒れたのですが、枯れずにすみしました。今は沢山の新芽を伸ばしています。その他、薬草園にもあります。ウラジロノキはレストハウスから少し下った東屋の横に、ズミは第2苗畑で見ることができます。

## ♪☆お知らせ・ご案内☆♪

### ◎ 臨時開園のお知らせ

5月は毎日開園します。八重サクラや春の花をゆっくりお楽しみ下さい。

### ◎ 展示会のお知らせ 展示場所:レストハウス

#### ○押し花・紙粘土展

4月27日(日)～5月23日(金):押し花と紙粘土を展示します。

#### ○木の実を使った工作

4月5日(土)～5月23日(金):木の実で作られた動物などを展示しています。

#### ○きのこ展 園内で採集した本物のきのこを展示しています(常設展示)

### ◎ 4月29日(日)は『みどりの集い』を開催します。

緑の恵みに触れるイベントが盛り沢山です。体験コーナーや販売コーナーなど様々な催しがあります。各コーナーで受け付け時間や人数制限などがありますので、事前に確認をお願いします。当日は広島市森林公園との間に無料タクシーが運行されます。森林公園へは、広島バス29号線:登石停留所から無料シャトルバスをご利用下さい。



オオウラジロノキ H19.5.2 撮影



ウラジロノキ H19.5.9 撮影



ズミ H19.4.23 撮影



木の実を使った工作