

名古屋グローバルゲート
二十四節気ガーデン

二十四節気ガーデン 園芸セラピー講習

花と緑で

あなたの心身の健康をサポート

園芸、植物の力、暦に関する知識を学びます。日常生活のストレスを解消するためにも、植物を育て、自然のリズムに寄り添い、季節の移ろいを五感でとらえていただけます。

毎回、『季節の園芸講習（実技）』と『暦や植物の力をテーマとした講義』を行います。

全24回/月2回

※単発受講OK



1レッスン

〇時間

月2回

全24回

定員

〇〇名

グローバルゲート
二十四節気ガーデンには、
二十四節気を代表する
植物を集めました。

山田幸子先生/監修

園芸研究家。千葉大園芸学部卒業。日本ガーデンデザイン専門学校講師。著書『12ヶ月の花づくり庭仕事カレンダー』講談社、『わたし流83の花づくり』家の光協会、『決定版はじめての花づくり』講談社など



日本には四季があり、植物も人もその中で暮らしています。

人には太古から続く自然のリズムを感受してくることが「心地よい、安心」という遺伝子（記憶）が組み込まれています。このリズムを忘れる（感知できない）と人はストレスを感じるようになるのです。

[講習のポイント]

【植物】は自然のリズムに合わせ休眠し、葉をつけ、花を咲かせ、実をつけ生育します。

【人】は、①暦をつくり、②咲く花に教えてもらい、③植物とともに暮らし、④植物を育てることにより、自然のリズムを感知でき、「心地よい、安心、五感を刺激する、いやし」を感じることができます。植物と暮らすことは心と体の健康に、美容に、アンチエイジングに効果があるようです。

講習では、皆様に植物を育て、自然のリズムに寄り添い、季節の移ろいを五感でとらえることを学んでいただき、日々の心身の健康増進にご活用いただければと思います。

季節の園芸技術を
身につける

日本の暦と
自然との調和を知る

植物による
心身の健康増進

料金のご案内



年間コース ¥-/全24回

単発受講 ¥-/回

※税込み価格となります。

※材料費込みです。

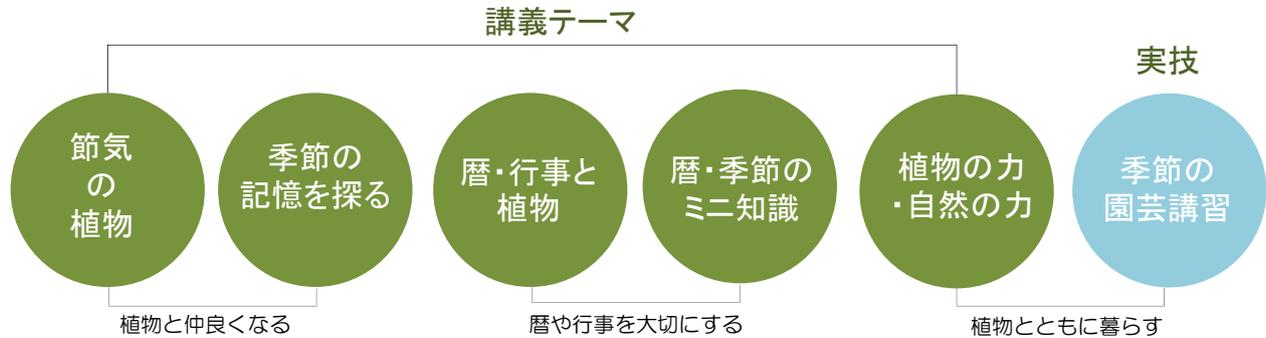
※年間コースまたは単発受講可能です。

※お申し込みは1週間前までをお願いします。

※キャンセル及び振替受講は3日前までにお申し出ください。それ以降は材料費のみご請求させていただきます。

[二十四節気ガーデン 園芸セラピー講習概要]

毎回6つのテーマに沿って行います。



講義テーマ

【節気の植物】

グローバルゲート『二十四節気ガーデン』で、見頃を迎えている植物をピックアップしてお話をします。

【植物の力・自然の力】

植物や園芸の基礎知識・植物の効用、植物と五感、ハーブ・キッチンガーデン・庭・ピオトープなど様々なテーマから植物の力、自然の力を学びます。

【暦や年中行事と植物】

暦や年中行事に関わりの深い植物の文化を学びます。

【暦・季節についてのミニ知識】

世界の暦や二十四節気とは何か等の知って得するミニ知識をお伝えします。

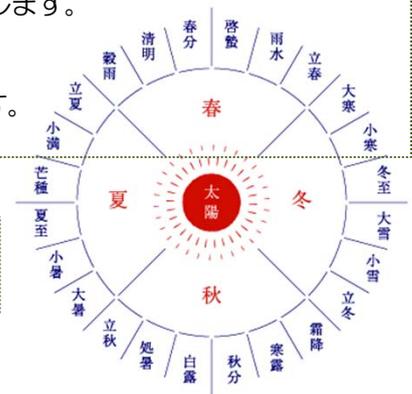
【季節の記憶を探る】

春の光、夜の香り、秋の色・・・五感を刺激する季節の植物のお話です。

実技

【季節の園芸講習】

季節の植物を使用して寄せ植えなどを作ります。



[このような方におすすめ]

- 日々のストレスの解消・園芸を楽しみたい方（初心者歓迎）
- 二十四節気ガーデンに興味の有る方・植物と暦の文化に興味がある方
- 四季を感じたい方・植物の力で健康増進されたい方
- 園芸知識を身につけたい方・植物の効用について興味のある方 etc.

植物とともに暮らすための園芸を学んでいただけます。



名古屋 グローバルゲート

[二十四節気ガーデンのすすめ]

二十四節気は太陽の動きを元に、季節を24等分し名前をつけたもの。季節の微妙な変化を読み、古くから使われ、暮らしの中で今も生きています。

グローバルゲート『二十四節気ガーデン』は、グローバルゲート庭園の環境で育つ二十四節気を代表する植物、落葉樹、常緑樹、宿根草や球根を集めました。

植物は、開花で、花の香りで、季節の訪れを教えてください。
さらに、芽ぶきや葉を茂らせる姿、結実、紅葉、裸木など、
変化する姿で季節の推移を教えてください。チョウや野鳥たちもやってきます。



日本には四季があり、太古から、植物も人もその中で暮らしています。

植物は四季にあわせて、あるときはゆったりと、ある時は急激に成長して、季節の微妙な移り変わりを察知して、花を咲かせます。これが自然のリズムです。
人は花の開花を合図に農作業や狩猟をし、鳥や虫の声、姿など、生きものが教えてくれる季節現象から季節の推移を知りました。また暦をつくり、季節の微妙な変化を読み、暮らしの中で今も生きています。

現代の日本の都市環境は過密、高層ビルに囲まれ、道路は車・車。
室内はエアコンなしの生活はできません。季節の推移を感じられないのが現状です。

「季節の移り変わりをを感じる。これが免疫力を強め、自然治癒力をつける」といわれます。これは、日本には四季があり、太古からこの自然のリズム、季節の移り変わりを感じてくらすことが、安心して心地よいという遺伝子が日本人の中に組み込まれているからです。

二十四節気ガーデンで過ごすひとときは、
植物とともに季節の微妙な変化を感じ、あなたの忘れていた自然のリズムを取り戻し、
日々の癒しと活力の湧く、素敵なものとなるでしょう。



2月 如月

立春

この日から立夏の前日までが春

第 1 回

二十四節気の花



クリスマスローズ

季節の園芸講習



芽だし球根で一足早く春を楽しむ

【植物の力・自然の力】
二十四節気ガーデンのすすめ

【暦や年中行事と植物】
節分と豆

【暦や季節についてのミニ知識】
世界の暦

【季節の記憶を探る】
光の春が始まる

雨水

雪から雨になる季節

第 2 回

二十四節気の花



スノードロップ

季節の園芸講習



ハートのローズマリー

【植物の力・自然の力】
植物の環境に及ぼす効用

【暦や年中行事と植物】
バレンタインデー

【暦や季節についてのミニ知識】
日本の暦（旧暦と新暦）

【季節の記憶を探る】
春の気配を探そう

3月 弥生

啓蟄

冬ごもりの虫が動き出す！

第 3 回

二十四節気の花



シンチョウゲ / アセビ
ツバキ 'エレナカスケード'

季節の園芸講習



パステルカラーの寄植え

【植物の力・自然の力】
嗅覚を刺激するアロマテラピー

【暦や年中行事と植物】
上巳と桃、ミモザの日

【暦や季節についてのミニ知識】
二十四節気とは

【季節の記憶を探る】
ひな祭り・春の香り

春分

昼と夜の長さがほぼ同じになる日

第 4 回

二十四節気の花



ウグイスカグラ

季節の園芸講習



ベビーリーフの種まき

【植物の力・自然の力】
視覚を通して人に及ぼす効用

【暦や年中行事と植物】
春の彼岸

【暦や季節についてのミニ知識】
生物季節観測データ

【季節の記憶を探る】
芽吹き・春の色



4 月 卯月

清明

草木が芽吹き、花が咲く

第 5 回

二十四節気の花



ヤマブキ / シャガ

季節の園芸講習



ペチュニアの
ハンギングバスケット

【植物の力・自然の力】
聴覚を刺激する自然が奏でる音

【暦や年中行事と植物】
イースター

【暦や季節についてのミニ知識】
桜開花前線北上中

【季節の記憶を探る】
花見

穀雨

植物の生長を促す恵みの雨

第 6 回

二十四節気の花



ブルーベリー/クサソテツ/
ビバーナム・ダビティー

季節の園芸講習



コケのテラリウム

【植物の力・自然の力】
園芸療法とは

【暦や年中行事と植物】
八十八夜と新茶

【暦や季節についてのミニ知識】
雑節とは

【季節の記憶を探る】
新生活

5 月 皐月

立夏

夏が始まる日

第 7 回

二十四節気の花



タニウツギ/
グミ 'ギルド・エッジ'

季節の園芸講習



夏野菜の苗の植えつけ

【植物の力・自然の力】
ハーブの効用 (和ハーブ含む)

【暦や年中行事と植物】
端午とショウブ

【暦や季節についてのミニ知識】
五節句とは

【季節の記憶を探る】
母の日

小満

作物が順調に育って一応の大きさになっている

第 8 回

二十四節気の花



トキワナルコユリ

季節の園芸講習



フウセンカヅラを育てる

【植物の力・自然の力】
森林浴 (フィトンチッドの効用)

【暦や年中行事と植物】
母の日とカーネーション

【暦や季節についてのミニ知識】
花暦 (自然暦)

【季節の記憶を探る】
青葉若葉



6月 水無月

芒種

芒のある穀物の種を蒔くころ

第9回

二十四節気の花



アジサイ/ヤマアジサイ / アスチルベ

季節の園芸講習



観葉植物のカラーサンド

【植物の力・自然の力】
キッチンガーデンをつくろう

【暦や年中行事と植物】
入梅とアジサイ

【暦や季節についてのミニ知識】
梅雨

【季節の記憶を探る】
梅雨時の花見

夏至

昼間がもっとも長い日

第10回

二十四節気の花



クチナシ / アナベル

季節の園芸講習



ミントの梅雨挿し

【植物の力・自然の力】
水生植物・ビオトープ

【暦や年中行事と植物】
父の日とバラ

【暦や季節についてのミニ知識】
江戸の時刻制度

【季節の記憶を探る】
初夏の香り

7月 文月

小暑

暑さがだんだんと強くなる。立秋までが暑中。

第11回

二十四節気の花



キンシバイ/ギボウシ

季節の園芸講習



カスミソウのアレンジ

【植物の力・自然の力】
グリーンカーテンの効果

【暦や年中行事と植物】
七夕とタケ

【暦や季節についてのミニ知識】
日本には5季ある

【季節の記憶を探る】
夏野菜

大暑

暑さが最も厳しくなる。

第12回

二十四節気の花



ブルーベリー（実） /
フサスグリ（実）

季節の園芸講習



暑さに強い夏の花の寄せ植え

【植物の力・自然の力】
チョウを呼ぶ庭をつくろう

【暦や年中行事と植物】
朝顔市 ほおづき市

【暦や季節についてのミニ知識】
梅雨明け十日

【季節の記憶を探る】
夏休み



8 月 葉月

立秋

暦の上ではこの日から秋。実際は残暑厳しい。

第13回

二十四節気の花



セイヨウニンジンボク

季節の園芸講習



観葉植物の寄せ植え

【植物の力・自然の力】

ベランダガーデンを快適に

【暦や年中行事と植物】

盆と盆花

【暦や季節についてのミニ知識】

熱帯夜

【季節の記憶を探る】

花火大会・秋の気配

処暑

暑さが収まりつつある

第14回

二十四節気の花



ファイリヤブラン

/スweifヨウ

季節の園芸講習



ラベンダーサシュ

【植物の力・自然の力】

植物の基礎知識①植物の進化

【暦や年中行事と植物】

重陽とキク

【暦や季節についてのミニ知識】

秋の七草

【季節の記憶を探る】

夜に香る花

9 月 長月

白露

本格的な秋となり、朝露が白く見える

第15回

二十四節気の花



ススキ/ケローネ

季節の園芸講習



苔玉

【植物の力・自然の力】

植物の基礎知識②園芸的分類

【暦や年中行事と植物】

中秋の名月とススキ

【暦や季節についてのミニ知識】

暑さ寒さも彼岸まで

【季節の記憶を探る】

秋の気配を探そう

秋分

昼と夜の長さが同じになる日。この日から昼が短くなる。

第16回

二十四節気の花



ヒガンバナ/ハシカンボク

季節の園芸講習



多肉の寄せ植え

【植物の力・自然の力】

植物の基礎知識③植物の故郷

【暦や年中行事と植物】

秋の彼岸とヒガンバナ

【暦や季節についてのミニ知識】

秋の長雨

【季節の記憶を探る】

秋の香り・秋の音楽祭



10月 神無月

寒露

露が冷気によって氷そうになる頃

第17回

二十四節気の花



コムラサキ

季節の園芸講習



葉もの野菜の種まき

【植物の力・自然の力】
園芸の基礎知識①太陽、雨、風

【暦や年中行事と植物】
体育の日スポーツと緑の効用

【暦や季節についてのミニ知識】
秋の渡り鳥

【季節の記憶を探る】
秋の色

霜降

露が冷気によって霜となりはじめる頃

第18回

二十四節気の花



ツワブキ

季節の園芸講習



リーフレタスの寄植え

【植物の力・自然の力】
園芸の基礎知識②土と肥料

【暦や年中行事と植物】
ハロウィンとカボチャ

【暦や季節についてのミニ知識】
紅葉前線南下中

【季節の記憶を探る】
木の実

11月 霜月

立冬

冬の気配。この日から立春の前日までが冬。

第19回

二十四節気の花



ヤツデ / サザンカ

季節の園芸講習



クリスマスリース

【植物の力・自然の力】
園芸の基礎知識③花を長く楽しむ

【暦や年中行事と植物】
菊花展

【暦や季節についてのミニ知識】
木枯らし1号

【季節の記憶を探る】
紅葉

小雪

雪が降りはじめる頃。

第20回

二十四節気の花



サンゴミズキ
/ストロベリーツリー

季節の園芸講習



球根も植えて
春まで楽しむ寄植え

【植物の力・自然の力】
エコガーデニングを心がける

【暦や年中行事と植物】
七五三

【暦や季節についてのミニ知識】
酉の市

【季節の記憶を探る】
落ち葉



12月 師走

大雪

雪が多く降るようになるころ

第21回

二十四節気の花



ユリオプスデージー
/ローズマリー

季節の園芸講習



お正月を迎える寄植え

【植物の力・自然の力】
野鳥を呼び庭をつくろう

【暦や年中行事と植物】
クリスマス

【暦や季節についてのミニ知識】
小春日和

【季節の記憶を探る】
歳末

冬至

夜がもっとも長くなる日

第22回

二十四節気の花



センリョウ / マンリョウ

季節の園芸講習



冬のハンギングバスケット

【植物の力・自然の力】
江戸の園芸を学ぶ

【暦や年中行事と植物】
冬至とユズ、カボチャ

【暦や季節についてのミニ知識】
冬至冬中冬始め

【季節の記憶を探る】
クリスマス

1月 睦月

小寒

寒の入り

第23回

二十四節気の花



ソシンロウバイ/
ヤブコウジ

季節の園芸講習



ハイドロカルチャーの
テラリウム

【植物の力・自然の力】
正月と縁起植物

【暦や年中行事と植物】
西高東低の冬型天気図

【暦や季節についてのミニ知識】
冬の香り

【季節の記憶を探る】
ハイドロカルチャーのテラリウム

大寒

寒さが最も厳しい時期

第24回

二十四節気の花



マホニア 'チャリティ'

季節の園芸講習



ハイドロカルチャーの
スプラウト

【植物の力・自然の力】
自然のリズムでくらし

【暦や年中行事と植物】
人日と七草

【暦や季節についてのミニ知識】
東風吹かば

【季節の記憶を探る】
植物の冬芽、冬姿

