

フェノロジー (Phenology) は、生物季節または生物季節学と訳されます。地域の自然と人の営みを表した生活季節暦を「フェノロジーカレンダー」といい、地域の気象、自然、風景、動植物、祭礼行事、食の旬など、1年365日の移り変わりを表記してあります。



発行 公益財団法人兵庫丹波の森協会
丹波並木道中央公園



A1 B1 これに注目!

公園内に50mごとにアルファベット(AまたはB)と数字の入った看板が建てています。何か困った時や場所を知らせたい時は看板に書いてあるアルファベットと数字をお知らせください。
丹波並木道中央公園 管理事務所
TEL.079-594-0990 (9:00~17:00)



6 森の広場
見晴らしベンチからの眺め



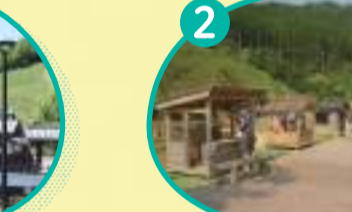
5 ローラーすべり台



4 森林活動センター



3 かやぶき民家



2 子どものためのミニパーク・木製遊具



兵庫県立丹波並木道中央公園
TANBA Namikimichi Central Park

公園は丹波篠山市の味間(あじま)地区、大山地区にまたがったエリアにあり、東西に長い公園です。公園面積は70.9ヘクタール(甲子園球場約18個分)あり、そのうちの約6割がスギ・ヒノキを中心とした森林です。公園は三釈迦山(標高318m)の斜面を利用して作られており、園内にある登山道から三釈迦山の頂上に登っていただけます。頂上の展望台からは篠山盆地を一望していただけます。また公園には製材所があり、公園内で間伐をし、製材をした木材を木工教室などの体験型プログラムや園内にあるベンチや木製のおもちゃなどに使っています。

【所在地】兵庫県丹波篠山市西古佐90
【開園年月日】2007年10月14日
【開園面積】70.9ha



■利用時間
【開園】終日
【駐車場】8:00~17:30(無料)
【施設】9:30~16:30(12月29日~1月3日を除く)

■お問い合わせ
兵庫県立丹波並木道中央公園
〒669-2221 兵庫県丹波篠山市西古佐90
WEB:http://www.hyogo-park.or.jp/tanba/
TEL 079-594-0990 FAX 079-594-0991
*管理事務所の休業は12月29日~1月3日



■アクセス
【電車】JR福知山線「丹波大山駅」徒歩約10分
【自動車】舞鶴若狭自動車道「丹南篠山口IC」から北西へ5分



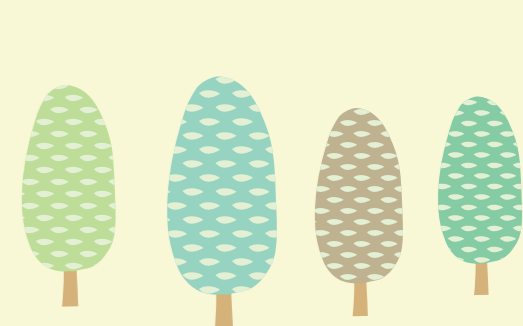
春

夏



丹波並木道中央公園 まるごと季節暦

フェノロジーカレンダー



丹波をめぐって楽しむ	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	
	●元朝能(能) ●舟元元旦マラソン ●抱ない(わら大蛇) ●熊山あびす(春日神社参道) ●不動尊例祭(栗柄) ●成人式	●鬼ごっこ道徳式 ●厄除大祭(柏原八幡宮) ●壬地山稲荷部分散育星祭 ●部分散育星祭(壬地山稲荷社) ●通坂セツブン草まつり	●丹波篠山ABCマラソン ●首切地蔵尊春の大祭 ●丹波篠山のなまつり ●かたくりまつり	●春日神社丹波篠山春日能 ●丹波篠山さくらまつり ●にしきシャクナゲまつり ●かたくりまつり	●丹波篠山山開き ●やきもの里春ものがたり ●田子ステイションラレー ●丹波市三塚マラソン大会 ●丸ふしまつり(白豪寺)	●大田寺と丹波茶まつり ●丹波市ホテルめぐり ●市島町三塚花しょうぶまつり	●住吉神社水無月祭 ●市島川花祭 ●ひまわり祭り	●丹波篠山デカンショ祭 ●波々谷神社祇園祭 ●ひまわり祭 ●大山ふれあい市場スイカ祭 ●安否祭り納涼火大会 ●丹波青もみじめぐり	●全国車いすマラソン大会 ●清住コスモスまつり	●丹波篠山味まつり ●味覚フェア東市楽座 ●丹波焼肉まつり ●焼田まつり ●うまいもんフェスタ ●春日神社秋祭 ●丹波もみじめぐり	●多紀道山アルペンルート登山 ●雨井城まつり ●兵庫・丹波もみじの里 ●ハーブマラソン大会 ●高瀬寺山開き ●石巻寺もみじ祭 ●菊花展	●古市農士祭 ●アート・クラフト ●フェスティバル in 丹波 ●丹波篠山の字フェア	●ぼたん鍋は冬の味覚のひとつ

丹波の食をまるごと楽しむ

「丹波篠山の黒大豆」は2021年2月日本農業遺産に認定されました!

丹波黒大豆 → **黒豆の植え付け** → **黒豆の枝豆収穫** → **黒豆の収穫**

赤米 → **餅つき** → **赤米田植え** → **かかし立て・草引き** → **稲刈り・天日干し** → **しめ縄づくり**

●赤米(あかまい)とは

玄米の皮が赤褐色で、糠層(果皮・種皮)に赤色素(カテコールタンニン)を含んだ米です。

●丹波と赤米

丹波は、古くは「たは(わ)」と呼ばれ「たは」「たは」と音が変化して「丹波」の字が当てられたとも、古代米の赤米が丹波のように見えたことから「丹波」になったともいわれています。

●赤米のご飯の炊き方

- ①洗米した白米1合に赤米を小さじ2杯程度入れます。
※洗米が終わるまで赤米は混ぜません。
- ②通常の水加減で、季節をとわず60分程度お米を煮ます。
- ③炊飯すると、ほんのり赤いご飯が炊けます。プチプチの食感が楽しめます。

●黒枝豆のおいしいゆで方

- ①500gのさやにした枝豆を準備します。
- ②さやのまま水洗いし、ボウルに入れて塩大さじ3を振りかけ、塩もみで産毛を取り、その後水洗いします。
- ③熱湯2.5リットル程度に塩100g、黒枝豆をさやごと入れて約15分茹でます。(時間は好みで調整してください。)
- ④茹で上がったら、ざるに上げて粗熱を取り、一気に冷ますと鮮やかな緑色に仕上がります。

●丹波黒大豆の煮豆

おせち料理の黒豆の「まめ」という言葉には元氣・丈夫・健康などという意味があります。「まめに働く」「まめに暮らす」などの語呂合わせからも昔から、おせち料理には欠かせない一品です。

【材料】 *黒大豆 300g *砂糖 250g *しょうゆ 1/4カップ
*塩 大さじ1/2 *重曹 小さじ1/2 *錆びた釘 約10本

- ①黒大豆はゴミを取り除き水洗いして、水を切る。釘は洗い、布袋に入れておく。
- ②熱湯10カップ、*の材料を入れて火にかけ、沸騰後は火を止め、1を入れて約5時間つけおきます。
- ③2を中火にかけ、沸騰後は弱火にし、上に浮く泡、アクを丁寧に取り除きます。
- ④水を1/2カップ入れ、煮立ちを止め、再沸騰後もう一度水を1/2カップ入れます。アクを取り終わったら蓋をして更に鍋蓋をし、その後ごく弱火にして煮汁がひたひたになるまで5~7時間ほど静かに煮ます。

体験講座に参加しよう

花と緑を活かしたイベント

●花と緑の教室
季節の花などの寄せ植えと管理

●大人の木工教室
【初級～上級】

●ノルディックウォーキング

●園芸療法講座

●臨床美術講座

●アロマテラピー講座

地域の竹を使ったミニ門松づくり

●里山の日・木工クラフト

●なみきみちクラフト

●ガイドツアー

●化石発掘体験(太古の生きもの館)

●恐竜化石に関連したプログラム

体験講座は年間を通じて開催しています

森づくりに参加しよう

●使うことが森をまもること～製材所のある公園～
森林で間伐した樹木を製材・加工し、活用しています。森の聖域ゾーンでは、チェーンソー講習や間伐実習を行っています。

●木工サポーター
間伐材の活用ボランティアが通年で活動しています。木製遊具や、ベンチ・プランターカバー等の公園備品等の製作をしています。

●森あそび活動
●家族で楽しむ「はじめての自然あそび」

●森の間伐実習 → チェーンソー講習 → 木工クラフトキットの開発 → のんびりした公園空間を叶える備品キット → 親子で参加できる昆虫観察会 → 森の実験あそび場

広場を楽しむ

朝市広場

お花見広場

森の広場

多目的広場

園路沿いの芝地

三釈迦山展望台からの眺め

管理棟芝地のミニ広場

お正月イベント → 春のなみきみちマルシェ → なみきみち里山の日イベント → 三釈迦山登山 → 丹波なみきみちまつり収穫祭 → 秋のなみきみちマルシェ

凧あげ

雪あそび

ピクニック

丸太切り体験

ツリーイング

子どもミニパーク(木製遊具)

プール遊び

虫とり遊び

ノルディック

ローラーすべり台

自然を観察しよう

池にいる鳥をみてみよう

キンクロハジロ (カモ目カモ科) 全長 40cm～47cm

マガモ (カモ目カモ科) 全長 59cm～65cm

鳥の声をきいてみよう

メジロ (スズメ目スズメ科) 全長 12cm

エナガ (スズメ目エナガ科) 全長 14cm

ヤマガラ (スズメ目シジュウカラ科) 全長 14cm

シジュウカラ (スズメ目シジュウカラ科) 全長 15cm

カエルの声をきいてみよう

ニホンアマガエル (カエリ目カエリ科) 全長 10cm

シユレゲルアオガエル (カエリ目カエリ科) 全長 10cm

木の実をさがそう

アラカシ (ブナ科)

コナラ (ブナ科)

シラカシ (ブナ科)

クリ (ブナ科)

クヌギ (ブナ科)

オニグルミの実 (クルミ科) 木に熟し、食べられる。食べると苦味がある。食べると苦味がある。食べると苦味がある。

ミツバアケビの実 (アケビ科アケビ属) つる性の植物に実がなる。食べられる。食べられる。食べられる。

カキノキの実 (カキ科カキノキ属) 木に実がなる。食べられる。食べられる。食べられる。

ツバキの実 (ツバキ科ツバキ属) ツバキ科ツバキ属。木に実がなる。食べられる。食べられる。食べられる。

散策しながら楽しむ

シヨウビタキ

マンサク

サンシュユ

ハナモモ

コバノミツバツツジ

アジサイ

クリ

カキ

コスモス

モミジ

コフシ

ツツキ

メジロ

ウメ

アセビ

ヤマサクラ

ソメイヨシノ

ネムノキ

シシガシラ

イタドリ

ドウタンツツジ

タムシバ

危険な生きものに注意しよう

(森) マダニ / ノルデ・ウルシ・ツツガムシ

(棚田・水辺) マムシ・ヤマカガシ

(春～秋) ムカデ・ドクガ

(初夏～秋) アオハリアリガタハネカクシ

(夏～秋) アシナガバチ・スズメバチ