

広報たかつき

知る 広がる 好きになる

# TAKATSUKI

Days

令和7年

10

No.1451

## 自然がくれる おくりもの



### Pick Up

- 10 高槻の遺跡発掘半世紀の歩み
- 15 たかつきの財政状況
- 37 高槻市文化祭
- 38 ヘルスケア 薬は正しく飲もう

# 高槻のはちみつは、 自然からのおくりもの



自然のなかに置かれたみつばちの巣箱。  
みつばちは半径2~3kmにある花から蜜を集めてくる。  
高槻のはちみつは野山に咲く花から生まれている。



## シロツメクサ (クローバー)

5~6月、公園や河川敷、野原に群生。アカツメクサ(レッドクローバー)が咲く場所も



## ユリノキ

公園や街路樹、山などに5月中旬から下旬に咲く、香りが強く大きな花



## ヘアリーベッチ

4月下旬から5月下旬、河川敷や野原に群生する。レンゲと同じマメ科の花



## サクラ

3月下旬から4月上旬、市内各所で咲く。中旬からはヤマザクラやカスミサクラが



## セイヨウ カラシナ

「菜の花ロード」ともいわれる三島江地区での群生をはじめ、河川敷や野原で3~4月に開花



## フジ

4月中旬から神社や公園で棚咲きする。下旬には山間部に野生のヤマフジが



## レンゲ

田んぼやあぜで4月下旬から5月に咲く。水田の減少や耕作方法の変化で減り、今では希少な蜜源に



## ネズミモチ

6~7月、北部の雑木林で咲く。クロガネモチ、トウネズミモチなど種類も多い



## ハゼノキ

山や野原に自生。種類が多く、5月中旬から7月まで花期に応じて順に咲いていく



## みつばちが飛び回る風景は 豊かな野山がある証拠

市街地でも、少し歩けば花が咲く草むらや河原がある高槻。中心部から車で15~20分で溪流が美しい山もある。そんな環境が育むもののひとつが、はちみつだ。はちみつをつくるみつばちは、花の蜜とともに花粉を運ぶことで植物の受粉を支える大切な存在。みつばちがいなければ、世界の約3分の1の農作物が失われるともいわれている。

蜜源となる植物は、その土地の生物が多様であることを示すバロメーター。たくさんの蜜源植物が自生する高槻のはちみつは、自然の恵みであると同時に、生きものたちのつながりの証でもある。



# はちみつの味や香りは、 蜜源の花によって生まれます



1匹のみつばちが  
一生に集める蜜の量は  
わずかティースプーン  
1杯だとか！

はちみつは  
甘みが強いのに、  
カロリー控えめ！

## 四季折々の花が育む 天然の味わい

高槻にある養蜂場では、その時に採れるさまざまな花の蜜が混ざった百花蜜を中心に、特定の花から採れる単花蜜など多彩なはちみつがつくられている。採蜜シーズンは、花がもっとも多く咲く春から初夏。単花蜜はこの頃に採れやすいようだ。

はちみつは、花の種類によって味や香り、色合いが違う。同じ花でも採れた場所や季節などによって少しずつ変わるらしく、想像以上に奥深い。ひとさじのはちみつに映るのは、高槻の四季や風土、そしてその年だけの風景。養蜂場ごとの個性も凝縮されている。

はちみつの  
色と風味の  
傾向



### うすい色のはちみつ

透明感のある淡い色のはちみつは、サクラ、セイヨウカラシナ、レンゲ、フジ、ヘアリーベッチなど春の花から採れたものが多い。クセが少なく甘みは軽やか、香りもやさしく、さらりとした口当たりでさっぱりした味わい。初心者にも食べやすく、料理や飲みもの、デザートなど何にでも使いやすい。トーストやヨーグルトにかけたり、紅茶などに入れてたりするのもおすすめ。



### 中間色のはちみつ

アカシア、ユリノキ、ハゼノキ、エゴノキ、シロツメクサ、ノバラなどによる晩春から初夏にかけてのはちみつは、明るい琥珀色や山吹色。味わいはまろやかでクセが少なく、ほんのり花の香りが。粘度もほどよく、風味と甘みのバランスがよく料理全般に。ハニーバタートーストやハニーコーヒーにしても。



### 濃い色のはちみつ

6月以降も咲くトチノキ、ネズミモチやソゴゴなどモチノキ系の花、ヒマワリ、イタドリなどによるはちみつは深い琥珀色や赤褐色で、採蜜後の保存中にも、さらに色と風味が深まる。ミネラルが多く、香りも味わいも濃厚で深みやコクがあり、わずかにスモーキーさを感じるものも。ナッツやチーズとの相性がよく、黒パンや肉料理のソースに向く。

※保存期間が長くなったのはちみつも、本来の色から濃く変化する

## はちみつは 健康の強い味方！

はちみつは数多くの栄養成分がバランスよく含まれ、古くから天然の健康食として活用されてきた。風邪などによるのどの痛みを癒してくれるほか、消化吸収に優れているため、体力が落ちた時や運動後の栄養補給、疲労回復、また腸内環境を整えるのにも役立つのだそう。



はちみつが  
できるまで



1

### 蜜を集める

みつばちが花から蜜を吸い、体内に貯めて巣へ持ち帰る。体に花粉をつけながら次の花へと移動することで、植物の受粉を助けることにも



2

### はちみつに変える

巣に戻ると仲間のみつばちに口移しで蜜を渡し、また蜜源へ。みつばちの唾液に含まれる成分が混ざること、花の蜜がはちみつへと変化する



3

### 蓋をする

蜜をもらったみつばちは六角形の巣穴に詰めていく。羽であおいで蜜の水分を徐々に蒸発させ、体から分泌した「ミツロウ」で巣に蓋（蜜蓋）をする



4

### 採蜜する

みつばちがはちみつを保存した巣板を巣箱から取り出し、蜜蓋を切り取る。巣板を遠心分離機に入れてぐるぐる回し、はちみつをしぼる



5

### こし器にかける

しぼった蜜はこし器にかけて、蜜蓋や巣の破片を取り除き、びん詰め。酵素や香り、栄養がそのまま残った「生はちみつ」のできあがり



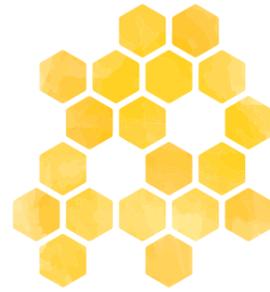
## ご注意



- 1歳未満の乳児にははちみつを与えないで。乳児ボツリヌス症を引き起こすおそれがある。
- 非加熱のはちみつにはアレルギー反応を起こす花の花粉や植物の成分が含まれているので、アレルギーを持つ人は注意。

# Beekeeper's Interview

## みつばちが教えてくれた 高槻の豊かさ



高槻の自然の豊かさの結晶ともいえるはちみつ。

みつばちに愛情をたっぷり注ぎながら高槻ではちみつをつくっている  
3人の養蜂家に、養蜂を通じて気づくことや、現在の思いなどを聞いた。



さまざまな草花が咲く川の近くで養蜂を行う上野さんと、自然もみつばちも大好きな次女の珠雨(しゅう)さん

### Interview 01

#### 自然とふれあう養蜂が 子どもの成長にもつながっている

上野 真知子さん(SANDY.HONEY)

**受** 粉のために家族が養蜂をはじめたのですが、それまではちみつが苦手でした。でも、初めて採れたはちみつをおいしいと感じたことに驚き、この感動を他の方にも伝えたいと思ったのが約10年前です。育休中で、このまま子どもに寄り添えるように仕事を変えようと決めました。子どもは植物に詳しくなり、実がなるのはみつばちのおかげということも知っています。私が教わることもたくさん。私自身、周囲の蜜源調査に行くたびに環境の豊かさに気づかされます。みつばちの視点に立つと見える世界が変わり、日常のなかに“特別”が詰まっている喜びを実感しています。

#### ●お気に入りの食べかた

サラダにはちみつとオリーブオイル、塩を順番に回しかけて、混ぜながら食べるとおいしいですよ。



### Interview 02

#### 花があってこそのはちみつ 豊かな自然環境を大切にしてほしい

井田 雄三さん(井田養蜂)

**定** 年退職後にはじめ、もう20年以上になります。当時、高槻で養蜂をしていたのは私だけ。なかなか教科書通りにはいかず、試行錯誤を重ね、みつばちの習性を知ってその状態を知る、つまり「会話をする」ことが大切だとわかってからは、府の品評会で賞をいただくこともできるようになりました。みつばちは個性があってかわいい。好きだから苦にならないし、幸せを感じます。この場所は草木が多く、蜜源の豊かさは想像以上でした。最近は気候変動や環境の悪化を心配しています。花が咲き、みつばちが飛び回れる豊かな自然を大切にしてほしいです。

#### ●お気に入りの食べかた

ヨーグルトにかけて毎日食べています。



成合の養蜂場で。「喜んでもらえるはちみつを」と、毎日みつばちの様子を見に出かける



5月上旬から中旬に咲くニセアカシア。アカシアはちみつの蜜源で、高槻にも単花蜜がある

### Interview 03

#### はちみつを通じて 高槻の豊かさと価値を伝えたい

上田 彩さん(Queen of Queens)

**生** きものに詳しい息子からみつばちの賢さを聞いて興味を持ち、調べるうちに養蜂をしたいと思うようになりました。ブレイクダンスのチームメイトの縁で京都の養蜂家さんのもとで学ぶことができ、高槻ではじめたのが4年前です。はちみつでダンサーの役に立てればと、世界で活躍するダンサーの遠征やイベントへの提供などもしています。今改めて思うのは、生まれ育った高槻の環境の価値です。都会なのに遊べる川があったり、はちみつが採れる豊かな山があるまちはなかなかありません。いつか高槻が「はちみつのまち」と呼ばれるようになればいいと思います。

#### ●お気に入りの食べかた

オリーブオイルと酢を混ぜてカルパッチョなどにかけています。粒マスタードや醤油と和えれば肉類にも。



#### 「SANDY.HONEY」のはちみつ

「HAIRY VETCH」はクセがなく、はちみつが苦手な人にも好評という。「POLYFLORAL」は百花蜜。採蜜時期により番号が違う

●イベントで販売。市内のカフェに置くことも



#### 井田養蜂の「北摂の自然の恵み はちみつ」

百花蜜を中心に、さまざまな色や味、香りを楽しんでほしいと、さくら蜜、レンゲ蜜、アカシア蜜、ゆりの木蜜、ハゼ蜜も。サイズも大小さまざま

●安満遺跡公園や農風館、スーパーで販売



#### 「Queen of Queens」のはちみつ

採蜜時期に応じて瓶詰めされる百花蜜「2025年 初夏の蜜 No.2」「同 No.3」。「桜蜜」は、花期が長かった今年初めて採れた貴重なはちみつ

●知人のカフェやオンラインで販売