

各 位

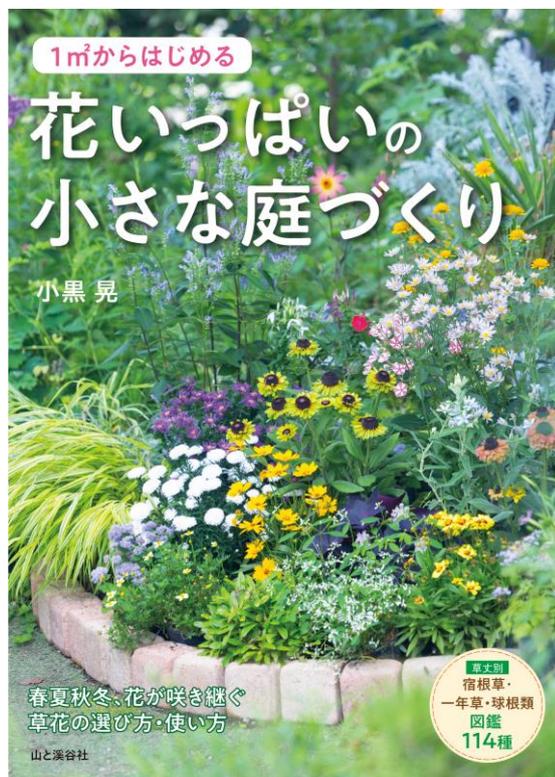
2025年3月26日

株式会社 山と溪谷社

<https://www.yamakei.co.jp/>

わずか 1m² のスペースでもできる！ 一年中花が咲き継ぐ、とっておきの庭のつくり方を伝授！
実践的・実用的な園芸書、『1m²からはじめる 花いっぱい小さな庭づくり』刊行

インプレスグループで山岳・自然分野のメディア事業を手がける株式会社山と溪谷社（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：二宮宏文）は、『1m²からはじめる 花いっぱい小さな庭づくり』（小黑晃／著）を刊行いたしました。



(春夏秋冬)美しい、草花の選び方・使い方を紹介！

たとえ 1m² ほどのスペースでも、花が咲いていると印象が変わり、こころ安らぐ空間となります。宿根草をベースに、一年草や球根類を上手に組み合わせると、一年中花が美しい庭をつくりませんか？全国各地で庭づくりの講演を行い、NHK「趣味の園芸」でも講師を務める園芸研究家の小黑晃先生が、小さな庭づくりのノウハウと草花の選び方、育て方を解説します。

狭い庭でも扱いやすく育てやすい草花 114 種を草丈別にまとめた植物図鑑では、植物の特徴や栽培のコツを紹介。さらに、春夏秋冬の移り変わりがわかる基本の植栽例を参考に、自分の好みに合わせて植物を変えることができる方法も提案しています。庭づくり初心者の方はもちろん、長年楽しんでいらっしゃる方にも役立つ一冊です。

中型 草丈が40～60cmの草花で、真ん中ほどに配置します。夏草類と一年草を主体に、縁取りや半日陰に向く植物を紹介します。

エキナセア

【栽培】 草丈(中型)30～100cm
新品種が次々と生まれ、変化に富む。葉は狭しっくとして、花もちも豊富。暑さに強く、夏の花壇を華やかにする。



科名/属名: キク科/エキナセア属 (エキナセア)
別名: ミソサザバランギタ (葉薬草)
開花期: 7～9月
花色: 赤、黄、橙、白、緑、複色

「フラダンサー」
花が長く垂れ下がり、アザミの形のイメージ、やや中まで伸びる。

「グリーン・ジュエル」
草丈が低く、花は緑、葉は黄緑、花が美しい。切り花にも向く。

「チョコグリーン」
ピンクグリーン系のハイカラー。涼感感が漂う。花は白、葉は緑、花の裏面は赤。



タイツリソウ

【栽培】 草丈(中型)30～60cm
ハート型で愛嬌のある花が母なりで運んで頂き、ユニークな姿でとりわけ目立つ。古い時代から愛され、昔も今も愛されない人気。

育て方・管理

入 入: 3～5月/ポット苗。過湿状態などで10月頃も入手可。播 種: 育苗時の下など、夏は日陰になる所。植 栽: 3～5月、10～11月/涼地。
水 や り: 乾燥を好む。水不足は葉が萎縮する。土壌は水はけがよい。肥料 (過肥は花の数を減らす): 月1回ずつ追肥。
剪 刈: 花後は葉を切り取る。葉は自然に枯れるまで残しておく。種 取: 種取 (10～11月) で行う。
夏 刈 剪: 地上部が枯れて休眠する。株元を剪り取り、マルチを敷いて越冬させる。根腐れ防止のために土をよそす。
冬 刈 剪: 不要。
生 育: 土壌がゆるいので、よく耕して水はけをよくして植えつける。寒地 (北海道など) は、夏も生育を続ける。



科名/属名: テン科/アマゾンソウ属
別名: マツソウ (葉薬草)
開花期: 4～6月
花色: 赤、白、赤

ペンステモン

【栽培】 草丈(中型)30～60cm
ベル型や筒型の花が長い輪になって咲き、多様な色。朱色のバルパタスは、冬期の観賞が特に鮮やか。自家結実性。ハイカラーは、赤紫色の葉とのコントラストで映える。



育て方・管理

入 入: 4～7月/ポット苗。過湿状態などで物にも入手可。播 種: 育苗。品種が限られる。植 栽: 日当たりと水はけのよい所。
水 や り: 3月頃～5月頃、6～11月。種子まき: 4～5月。発芽適温20℃以下。ポットで育苗する。水 や り: 乾燥を好む。水不足は葉が萎縮する。土壌は水はけがよい。肥料 (過肥は花の数を減らす): 月1回ずつ追肥。
剪 刈: 花後は葉を切り取る。種 取: 種取 (5～6月、全開後～10月) で行う。
夏 刈 剪: カラッとした暑さに耐えられ、暑には強いので注意。
冬 刈 剪: 常緑性なので不要。
生 育: 暑に成長が早く、生育旺盛。夏以降も葉を落とす。
科名/属名: オオバコ科/イゾパロ属 (ペンステモン)
別名: ササユキソウ、ツリゴケソウ
開花期: 5～7月。涼感でほかほかと咲き続ける品種もある。
花色: 赤、白、黄

和風ガーデン(1㎡) 葉を主体にシックな印象

緑を多く取り入れて「静の花が咲く」というイメージです。日本由来からある「和」の草花を揃えてアレンジ。涼感なレンガで仕立て、和風の丸い石で取り囲んでいます。石の並び方によって、印象は大きく変わります。



「和」
涼やかな「和」の草花は、和風が感じられる。葉が主体の観賞性。草や葉の質感。涼感を感じるので、涼感を演出できる。

配置図見本	草花のリスト
1	キキョウ 観賞草 50
2	葉牡丹 観賞草 50
3	葉牡丹 観賞草 47
4	ランタナ 観賞草 64
5	アスナギ 観賞草 46
6	オトメ草 観賞草 63
7	アサギ 観賞草 60
8	ダイオウ草 観賞草 60
9	ヘメロカリス 観賞草 48
10	オダマシ (赤系) 観賞草 66

シェードガーデン(1㎡) 明るい日陰に彩りを添える

直射日光の当たらない、明るい日陰に植えます。深い日が降りる所や、樹影が落ちて日陰になるような所です。まっくらな日陰にならない場合は、雑草を育てるには適していません。建物で日陰になる所でも、一日2～3時間は日が当たる場所を選びます。



「和」
真夏のコンコン響くのは、暑さを感じさせる。雑草の草花を中心に、涼感の花を植えたい。マンチン草が少なく、涼感を演出できる。

配置図見本	草花のリスト
1	アサギ 観賞草 60
2	アサギ 観賞草 64
3	アサギ (アサギ・アサギ) 観賞草 62
4	アサギ (アサギ・アサギ) 観賞草 60
5	アサギ (アサギ・アサギ) 観賞草 63
6	アサギ 観賞草 60
7	アサギ 観賞草 60
8	アサギ 観賞草 60

庭植えにする

庭の隅に、レンガで囲いをして、1㎡のスペースを確保し、土からの雑草の侵入を防ぎ、周囲としての防風が完成します。まずはレンガを並べて土留めの枠をよこし、底層を敷いてから、一つひとつの苗を植えます。土留めのレンガの隙間に、水を溜められるのがポイントです。最後の隙間でマルチングすると、雑草が生えてくる。後は水を回して雑草の侵入を防ぎます。



レンガを並べて土留めの枠をよこし、底層を敷いてから、一つひとつの苗を植えます。土留めのレンガの隙間に、水を溜められるのがポイントです。最後の隙間でマルチングすると、雑草が生えてくる。後は水を回して雑草の侵入を防ぎます。

鉢植えにする

鉢植えの場合、限られたスペースで育てるので、用土の配合がとても重要です。水はけ、赤土がよく、空気流通がよい用土を準備します。鉢に水を溜められるように、鉢底から排水孔をはずし、鉢の底に排水孔を確保します。ウオーターベースを植えておきましょう。



鉢底から排水孔をはずし、鉢の底に排水孔を確保します。ウオーターベースを植えておきましょう。

【著者プロフィール】

小黒晃（おぐろ・あきら）

1952年、群馬県生まれ。千葉大学園芸学部卒業後、株式会社ミヨシに勤務。宿根草を中心に育種・生産を行い、約3,000mに及ぶ見本庭園を手がけた。常に植物とふれあい、初心者にもわかりやすい実践的な解説に定評がある。テレビや雑誌での活躍のほか、一般社団法人JDN（ジャパン・ガーデナーズ・ネットワーク）の会員として、全国各地の講演でも人気を集めている。『ナチュラルガーデンをつくる 宿根草』（NHK出版）『新版 はじめてのハーブ栽培 定番50』（世界文化社）など、著書多数。

【書誌情報】

書名：1m2からはじめる 花いっぱいの小さな庭づくり

著者：小黒晃

発売日：2025年3月26日

定価：1,980円（本体1,800円＋税10%）

判型：B5判

ページ数：112ページ

ISBN：978-4-635-58055-7

<https://www.yamakei.co.jp/products/2824580550.html>

【山と溪谷社】 <https://www.yamakei.co.jp/>

1930年創業。月刊誌『山と溪谷』を中心とした山岳・自然科学・アウトドア・ライフスタイル・健康関連の出版事業のほか、ネットメディア・サービスを展開しています。

さらに、登山やアウトドアをテーマに、企業や自治体と共に地域の活性化をめざすソリューション事業にも取り組んでいます。

【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス（本社：東京都千代田区、代表取締役：松本大輔、証券コード：東証スタンダード市場9479）を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。

さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

以上

【本件に関するお問合せ先】

株式会社山と溪谷社 担当：小山内

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町1-105 神保町三井ビルディング

TEL03-6744-1900 E-mail: info@yamakei.co.jp

<https://www.yamakei.co.jp/>