

みどりの中をブラブラと  
**ゆっくり散策MAP**



**3つの親水水路**  
 「なかいほり中居堀親水水路」「はつかそんおとし東綾瀬せせらぎ水路」「はつかそんおとし八か村落し親水緑道」の3つの親水水路は、水音や木々の緑を楽しむ、おすすめの散策路です。

Check5

足立区以外の菖蒲園も。

江戸川区 小岩菖蒲園

**住** 江戸川区  
北小岩4丁目先  
(江戸川河川敷)

**問** 江戸川区みどり  
サービスセンター  
03-5662-5543



葛飾区 堀切菖蒲園

**住** 葛飾区  
堀切2-19-1

**問** 堀切菖蒲園  
管理事務所  
03-3697-5237



開花状況や開園状況等は、それぞれの菖蒲園にご確認ください。

**無料シャトルバス** 区立しょうぶ沼公園⇄小岩菖蒲園  
 運行日：6月6日(土)・7日(日)  
 始発：午前10時30分 終発：午後3時10分  
 ※片道約40分で運行します。詳しくは下記二次元コードをご確認ください。

お問い合わせコール **あだち**  
**03-3880-0039**  
 (午前8時～午後8時)  
**FAX 03-3880-0041**

くわしくは、  
 あだち観光ネット



令和8年5月

2026版

**しょうぶ沼公園  
ガイドブック**



**お得な  
クーポン付き**

江戸系  
小町娘

# しょうぶ沼公園

北  
4  
+



木道設置・  
ライトアップ期間

5月22日(金)～6月中旬

※ライトアップは午後7時～9時

北綾瀬駅

至  
綾瀬駅

## 公園の特徴を紹介!

高さ4メートルの滝やせせらぎ水路、三連水車など、水と緑に親しめる公園です。

用地は昭和39年から59年にかけて行われた3つの土地区画整理事業で創出され、この一帯はその昔、野生のノハナショウブが多く咲いていたことから、地元の要望を受けて旧地名である菖蒲沼耕地にちなんで「しょうぶ沼公園」と名付けられました。



住所	足立区谷中2-4-1
開設	昭和46年7月20日
面積	28,062㎡
最寄り駅	東京メトロ千代田線 北綾瀬駅 下車徒歩1分

## ガイドツアー

ハナショウブは5月中旬から咲き始め、6月上旬から中旬にかけて見頃を迎えます。

6月6日(土)、7日(日)実施のガイドツアーでは、しょうぶ田を管理する浅香園芸株が品種や系統、花の咲く時期などを解説しながら、花を見るポイント、楽しみ方をお伝えします。

## 約140品種のハナショウブ

ハナショウブ(アヤメ科)は、江戸時代後期(1800年代)から続く日本の伝統園芸植物のひとつで、紫や薄紫、黄色や白など、色とりどりの美しい花姿が楽しめます。しょうぶ沼公園では、花の形や模様を見比べながら鑑賞できるよう、ハナショウブの開花時期や花の色に配慮しながら“列植え”にしています。

Check 1

## ハナショウブだけじゃない! 自慢の花。

ハナショウブに限らず、四季折々の草木も楽しめるしょうぶ沼公園。6月中旬からはアジサイが見頃を迎え、数々の品種が個性豊かな花を咲かせます。

### セイヨウアジサイ

日本固有のアジサイがヨーロッパに渡り品種改良の後、大正時代に里帰りしました。ヨーロッパでは、ピンクの花色が「東洋のバラ」と呼ばれ珍重されました。



### カシワバアジサイ

北アメリカ原産で、葉の形が「柏(かしわ)」に似ていることが名前の由来。5月中旬から7月上旬までに多数の花をつけ、秋には葉が紅葉し赤く色づきます。



株分け後、1年が経過したしょうぶ田

## しょうぶ田は一日にして成らず

ハナショウブは数年育てて株が大きくなると、次第に衰えて花が少なくなる性質があります。

しょうぶ沼公園では、毎年きれいな花が咲くようにと、5年に1度の株分けや、年間を通じて園芸のプロによる管理を行っています。



## 木道を歩いて 更に間近に

咲き誇るハナショウブの間をぬって、花を間近に見られるのは木道を設置するこの時期限りです。昨年と同様に木道の幅を広げ、安全性にも配慮しています。

# しょうぶ沼公園 品種紹介



## 江戸系

### 浦安の舞 [うらやすのまい]

静かな波のように広がる青紫の地に、濃い紫の筋が美しく走る三英花<sup>さんえいげ</sup>※。花びらの縁に向かって色彩が淡く溶け出していくグラデーションは、まるで朝霧<sup>あさぎり</sup>の中の情景のような、幻想的な美しさを湛えています。6月中旬が見頃です。  
※外側の大きな花びらが3枚のもの



## 江戸系

### 神代の昔 [かみよのむかし]

白地に鮮やかな青紫の筋が走り、まるで古の絵巻物を広げたような気品を湛える六英花<sup>ろくえいげ</sup>※。まさに「神代」の名の通り、神秘的な生命力に満ちています。6月中旬が見頃です。  
※外側の大きな花びらが6枚のもの

## Check2

### 知って楽しむ。 ハナショウブの系統とは？

江戸時代後期（1800年代）に幕臣松平左金吾定朝<sup>まつだいらさきんごさだとも</sup>によって、盛んに品種改良が進められたハナショウブ。長い年月を経て様々な“系統”が生まれました。

## 江戸系



品種が最も多く、江戸の武士階級から庶民まで幅広く興じた種。葛飾区の小高園を中心に江戸周辺へ広がり、その名残りが現在の堀切菖蒲園。花被片（はなびら）が横に広がって開く平咲ぎが多く、可憐で清楚な美しさが特徴。

## 肥後系



幕末に江戸から肥後（熊本）にもたらされ、品種改良された種。鉢植えにして室内で観賞することを前提とし、数々の花が作出されている。肥後系は力強い美しさで、大きく豪華な花姿が特徴。

## 長井古種



山形県置賜地域で古くから栽培されていた野生種の色変わり。現地由来の野生種に近い個体と、江戸の改良品とが交雑されたものとされ、花の大きさが12cm前後の小輪花が多く、可憐で群生する姿が美しい。大輪花になり野の姿をとどめる。

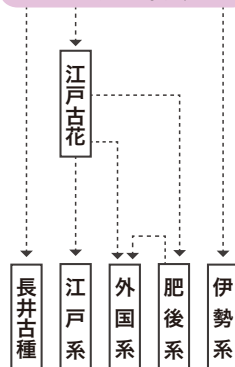
## 伊勢系



江戸時代、伊勢・松坂地方で改良が進められ、鉢植え用種として改良されつつも露地植えにも適す種。花は、薄く繊細な三弁の花びらを深く垂れ下げ、優美な美しさと評される。

## ハナショウブの系統

### ノハナショウブ



## しょうぶ沼公園 品種紹介

### 肥後系

#### 絵日傘 [えひがさ]

鮮やかな紅紫色の地に、中心から放射状に広がる白筋が美しい六英花<sup>※</sup>。まるで晴れやかな和傘を広げたような華麗な姿を見せます。6月上旬～中旬が見頃です。  
※外側の大きな花びらが6枚のもの



### 野生種

#### 北の天使 [きたのてんし]

下北半島の湿原で奇跡的に発見された、桃色に染まる三英花<sup>※</sup>。野生種らしい凛とした3枚の大きな花びらは、円形に近い「丸弁」で、先端が内側に巻き込む愛らしいフォルムが特徴です。6月中旬が見頃です。  
※外側の大きな花びらが3枚のもの



### 江戸系

#### 邪馬台国 [やまたいこく]

濃紫色の大きな花びらがゆったりと垂れ下がる、堂々とした三英花<sup>※</sup>。外花被は大きく、黄色のアイを中心に青紫から紫色への美しいグラデーションが広がります。脈には濃い青紫の筋が走り、花全体に力強さと深みを与えています。6月上旬～中旬が見頃です。  
※外側の大きな花びらが3枚のもの



### Check 3

#### いずれアヤメかカキツバタ？

慣用句に表されるように、その姿や形が似ていて区別が付きにくいのが、カキツバタ・ハナショウブ・アヤメです。しょうぶ沼公園でも咲くこの3種の見分け方は、以下の通りです。

アヤメ科			
名称	カキツバタ	ハナショウブ	アヤメ
適地	低湿地、水のあるところ	乾地、湿地いずれも適応 <sup>※2</sup>	乾燥地、草原
花期	5月上旬～下旬	5月下旬～6月	5月上旬～中旬
花びら	白の模様がある先端がとがっている	黄色の模様がある先端に丸みがある	網目状の模様がある
葉	幅が広く平らな葉で主脈 <sup>※1</sup> が細い ※1 中央を走る太い筋	主脈が太くはっきりしている	幅が細く主脈が不明瞭



### 江戸系

#### 藤娘 [ふじむすめ]

青みを帯びた紅赤紫の花色に、白い細筋が流れるように入る風雅な六英花<sup>※</sup>。丸みのある花びらはゆったりと広がり、開花が進むにつれて、やや先端を垂らす平咲きの姿を見せます。細長い花柱枝は淡い紫を帯びて立ち上がり、先端のずい弁が紫に色づき優美なアクセントとなります。6月上旬～中旬が見頃です。  
※外側の大きな花びらが6枚のもの



端午の節句に入るしょうぶ湯は、ハナショウブとは別のショウブ科(旧サトイモ科)のショウブの葉が使われます。

※2 しょうぶ沼公園では開花を促進させるため、初夏の時期のみ、しょうぶ田に水を張っています。

## しょうぶ沼公園 品種紹介



江戸系

### 天女の冠 [てんによのかんむり]

淡い紅色をまとい、白くほかした底色がやわらかに映える、優美な八重咲<sup>※1</sup>の品種。細長い花被<sup>※2</sup>は内巻きやさじ状となり、ひねりや波打ちを見せながら幾重にも重なります。花柱枝<sup>※3</sup>や雄しべまでも弁化し、花全体が繊細なレースをまとったかのように。先端にほんのり紅をさす「くも手」状のずい弁が、天女の冠を思わせる華やぎを添えます。6月上旬～中旬が見頃です。

※1花びらが何枚も重なって咲く咲き方のこと

※2花びらとがくを合わせた全体の呼び方

※3雌しべが花びらのように大きく発達した部分



外国系(アメリカ品種)

### センター オブ インターレスト

[Center of Interest]

重厚な質感を湛える濃紫色の巨大輪に、複雑な造形美が宿る風雅な六英花<sup>※1</sup>。厚みのある花被片<sup>※2</sup>は表面に「ろう物質」を豊富に含み、降雨に当たっても水滴が滴るほどの力強さを持ちます。基本は平咲きですが、大きく波打ちながら先端を垂らすその姿は、まるで深みのある紫の衣を纏ったかのような威風を漂わせます。6月上旬～中旬が見頃です。

※1外側の大きな花びらが6枚のもの

※2花被を構成する1枚1枚の要素



長井系

### 小桜姫 [こざくらひめ]

清楚な白地に、くっきりとした紫色の覆輪<sup>※1</sup>が映える、端正な三英花<sup>※2</sup>。水平に大きく広がる花びらはわずかに波打ち、凛とした姿の中にもやわらかな趣を感じさせます。内側の花びらと花柱枝も白地に紫をまとい、全体に調和のとれた気品ある花姿を見せます。6月上旬～中旬が見頃です。

※1花びらのふちに地の色と異なる色が入ること

※2外側の大きな花びらが3枚のもの

長井系

### 舞小町 [まいこまち]

白く丸みを帯びた花びらが水平に広がる、端正な平咲きの品種。

外花被は純白を基調に、アイの周囲から濃い紫の細やかな筋が先端へと伸び、凛とした表情を見せます。対して内花被は鮮やかな青紫色で小さく直立し、白との対比がはっきり際立ちます。

6月上旬～中旬が見頃です。



Check4

### 浮世絵に登場するハナショウブ



江戸時代後期、庶民にまで広がったハナショウブ。堀切には花菖蒲園がつくられ、江戸で人気の行楽地となりました。花菖蒲園を楽しむ人々の姿は、歌川広重の浮世絵「名所江戸百景」の中の「堀切の花菖蒲」にも登場します。



歌川広重  
「名所江戸百景堀切の花菖蒲」  
安政4年(1857)  
大判錦絵(浮世絵)  
足立区立郷土博物館所蔵

# お得クーポン付き ガイドブック限定 あだちグルメガイド

クーポン有効期間 令和8年5/22(金)~6/21(日)

- 本誌を持参した方(1冊につき1名)に有効なクーポンです。
- クーポンご利用の際は必ず本誌をご提示ください。

※本誌から切り取る必要はありません。

※クーポン有効期間内は全ての対象店舗でご利用いただけます。

※店舗の他サービスとの併用ができない場合があります。

※各店舗の場所は裏面の散策MAPをご覧ください。

各店舗の情報は令和8年5月現在のもので、営業時間、定休日、料金表示など店舗の事情等により、内容等が変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

## 1 北海道らーめん さつほろ

オススメは、札幌直送のこだわり麵を使用した「北海道味噌らーめん」。中太のちぢれ麵が味噌スープによく絡みます。特典の「リボンシトロン」は、北海道ならではの炭酸飲料。

住 谷中2-7-12 電 03-5856-2464 休 無休  
時 午前11時~午後8時



コクがある濃厚なスープに、コシのあるもちりちぢれ麵がよく絡みます。

得 ラーメンご注文の方に  
リボンシトロン1杯サービス

## 2 中華そば わた井

自慢のもちもち太麵は、国産小麦を使った自家製！スープの仕込みは13時間にも及びます。豚骨系と、魚介系で作られた旨味がたっぷり濃縮されたスープで味わう「つけそば」が大人気メニュー。

住 谷中2-9-2 電 03-3605-4618 休 月曜日、第1・3・5日曜日  
時 午前11時~午後3時、午後6時~午後8時半 (LO:午後8時)



コシのあるちぢれ麵に旨味が濃縮されたスープがよく絡みます。

得 麵類ご注文の方に味玉1個サービス  
(1組4名様まで)

## 3 pâtisserie emplir

地域の方々が笑顔になるような、1つ1つまごころ込めて作った様々なスイーツが自慢です。季節感あふれるケーキや焼き菓子が並び、日常に少し特別なひとときを届けてくれる人気店。

住 谷中1-5-3 パークサイド新家1階  
電 03-5849-3372 休 不定休  
時 午前11時~午後7時 (水曜日のみ午前11時~午後5時)



飲むゼリーはつるんとした喉ごしで、暑い季節にもぴったりの人気スイーツ。

得 1,000円以上のお買い上げで  
飲むゼリーを1つプレゼント

## 4 Regalo Felice

東綾瀬公園前にある白いモダンなお城のような建物の中に、バッグショールームとカフェを併設。「日替わりランチ」が大人気！ショッピングはランチ、ティータイムに限らず楽しめます。

住 東綾瀬3-5-7 電 03-5856-2247 休 日曜日・祝日  
時 ランチ午前11時~午後2時  
ティータイム午後2時~午後4時半 (LO:午後4時)



お肉の旨味がギュッと詰まった「手ごねハンバーグ ~赤ワインソース~」。

得 会計金額より10%OFF

## 5 焼肉ばんり

綾瀬に本店を構え、山形牛をメインとしたお肉が堪能できます。産地から山形牛1頭買いをしているこだわりも！ランチメニューも大人気！オススメは「贅沢盛り」。

住 東綾瀬1-25-5 電 03-5616-2989 休 月曜日(祝日の場合は翌日休)  
時 午前11時~午後3時、午後5時~午後11時



厳選された黒毛和牛の希少部位。ばんりイチオシの絶品！

得 お一人様につき  
ソフトドリンク1杯サービス

## 6 インドレストラン シータラ 綾瀬店

オススメは、「日替わりチキンカレーのナンセット」。こだわりのスパイス調合でくせになる味。テイクアウトで人気のバーベキュー弁当も見逃せません。ランチセットあり。

住 綾瀬3-7-11 電 03-5697-5885 休 年中無休  
時 午前11時~午後3時、午後5時~午後11時



お好きなカレー1種類が選べる「クイックランチ」880円もおススメ。

得 料理をご注文の方にソフトドリンク  
またはグラスビール1杯サービス

## 7 菓匠するが 綾瀬店

するが焼(栗どら焼)発祥の店。伝統ある商品の中にも常に新しいアイデアを取り入れ、パイナップルやキウイなどのフルーツ大福も絶品。カリカリの食感がくせになる「亀万寿」は人気商品！

住 綾瀬3-1-30  
電 03-3629-5827 休 水曜日  
時 午前9時~午後8時



沖繩産黒糖を使用した香ばしい皮の中に甘さひかえめのこし餡。カリカリの食感がくせになる亀万寿。

得 亀万寿(かめまんじゅう)1個115円(税抜)を  
100円(税抜)にサービス(お一人様10個まで)