

あづま~れ

A Z U M A S P O R T S P A R K I N F O R M A T I O N

2020

8月・9月 vol.74

We Love 福島。

みどり・健康・コミュニケーション

指定管理者 (公財) 福島県都市公園・緑化協会
Fukushima Urban Park and Greenery Association



ふくしまから
はじめよう。

Future From Fukushima.

YouTube始めました!

公園の楽しみ方や魅力、施設に関する情報を発信していきます!チャンネル登録をお願いします。

あづま総合運動公園

あづまちびっこパーク

せせらぎ・桜の広場でたくさん遊ぼう!

日時 9月26日(土)

10:00~14:00 ※雨天中止

場所 せせらぎ・桜の広場

対象 小学生以下(未就学児は保護者同伴)

協力 NPO法人福島県もりの案内人の会ほか

参加費
無料!!

体験イベント

- なぞときゲーム
 - ミニ新幹線で楽しもう
 - もりの案内人コーナー
 - 工作
 - かけっこタイムトライアル ほか
- ※イベント掲載内容は変更になる場合があります。予めご了承ください。
※お越しの際は駐車場をご利用ください。

ご利用の皆様へお願い 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ご協力をお願いします。

来園前に...

体調チェックをお願いします。

体温は平熱か、のどの痛み等の症状はないか、だるさや息苦しさはないか、味覚や嗅覚はいつもと同じか

広場では...

- 人が密に集まる集会等の利用はご遠慮願います。
- 遊具やベンチ等を利用する前後は手を洗いましょう。



園路では...

- 散策する際には、他の利用者と互いに距離を置いてご利用ください。
- 他の利用者と十分に距離を取った上でマスクを外し、こまめに休憩をとりましょう。



※熱中症にご注意ください。こまめな水分補給、休憩を!!

また、手洗いや咳エチケット等にもご協力をお願いします。

施設に関する最新情報は、公園HPでチェックできます! HPはリニューアルし、スマホでも見やすくなりました。ぜひご覧ください。



カルチャー教室 & 健康づくり教室

受講生募集!

8月7日(金)10:30~受付開始

お申込み TEL.024-593-6337 NPO法人あづまスポーツクラブ (平日17時以降土・日・祝日はTEL.024-593-1111 あづま総合運動公園) 火曜定休

- 注意事項**
- 参加費は、当日にお支払いください。
 - 定員になり次第受付終了となりますので、お早めにお申込みください。
 - 参加費には材料費が含まれております。
 - 申込後のキャンセルはお早めにご連絡ください。

プリザーブドフラワーで作る仏花教室

生花なのに2~3年きれいに保つプリザーブドフラワーで時々どを使ってお花を一緒に作ってみませんか。

講師 ●波田野 悦子先生 (花・芸術文化協会認定講師) 場所 ●会議室
定員 ●15名
日時 ●9月11日(土)14:00~15:30 参加費 ●2,800円

リラックス☆アロマキャンドルづくり

香りのタイプについて学びながら、キャンドルを楽しく作ります。

講師 ●小林 香代子先生 (公社)日本アロマ環境協会認定アロマセラピスト 場所 ●会議室
定員 ●15名
日時 ●9月14日(土)10:00~11:30 参加費 ●1,500円

はじめてのいけばな教室

緑とお花が盛りだくさんのオアシスを使用した初心者向けの教室です。誰でも楽しむことができる日本の伝統文化です。この機会に楽しくお花に親しんでみませんか。

講師 ●高橋 尚子先生 (小原流いけばな二級家元教授) 場所 ●会議室
定員 ●20名
日時 ●9月14日(土)14:00~15:30 参加費 ●2,500円

やさしいトールペイント教室

優しい筆花をリネン布地に描いてフレームに飾りましょう。

講師 ●越川 洋子先生 (アトリエルナル認定講師) 場所 ●会議室
定員 ●9名
日時 ●9月28日(土)14:00~15:30 参加費 ●1,700円

ピルピスワーク(骨盤体操)女性限定

骨盤を正しい位置にすると、姿勢が整い顔面も矯正されます。お顔のむくみが取れ、小顔効果が期待できます。便秘解消や肩こりが改善される効果も。ぜひお試しください。

講師 ●三瓶 奈央先生 (1級ピルピスワーク) 場所 ●和室研修室
定員 ●15名
日時 ●9月9日(金)13:00~14:00 参加費 ●500円

脳活チェアパレトン

脳と身体への刺激を楽しみながら椅子に座って行うエクササイズです。できないことをやろうとしている時こそ、脳が活性化されるチャンスです!

講師 ●榎原 美保先生 (パレトンインストラクター) 場所 ●体育室
定員 ●15名
日時 ●9月10日(土)18:30~20:00 参加費 ●500円

ヨガプラクティス

吸う息で気持ちよく伸びて、吐く息でリラックス。ヨガを始めるきっかけになると嬉しいです。

講師 ●高田 慎先生 (ヨガインストラクター) 場所 ●体育室
定員 ●20名
日時 ●9月17日(土)18:30~20:00 参加費 ●500円

美と健康のための社交ダンス

社交ダンスを通してのコミュニケーション、健康づくりをしませんか。

講師 ●河原田 泰輝先生 (日本ホール・リズムダンス連盟プロフェッショナル級) 場所 ●サブアリーナ
定員 ●30名
日時 ●9月18日(日)10:00~11:30 参加費 ●500円

バランスコーディネーション

簡単なストレッチ、関節ほぐし、筋力トレーニングを行い、全身の骨格、筋力、自律神経のバランスを整えます。姿勢改善やすっきりしたい方におすすめです。

講師 ●荒川 薫先生 (バランスコーディネーター) 場所 ●和室研修室
定員 ●15名
日時 ●9月28日(土)10:00~11:30 参加費 ●500円

カルチャー教室 & 健康づくり教室 講師募集

- 開催日時** 11月6日(金)~11月30日(火) (火曜日及び土日祝日を除く)
平日の10:00~11:30、14:00~15:30、18:30~20:00 時間は1時間30分程度
※会場の空き状況により、日程を調整させていただくこともございます。
- 講師謝金** 3,500円(交通費なし)
- 応募方法** 所定の用紙(ホームページからもダウンロード可)で応募してください。応募用紙を直接持参されるか、FAX、メールでも構いません。
- 応募期限** 8月末日まで
- 決定通知** 応募のあった中から8~10講座を選び、応募者全員に結果を通知します。
- 注意事項** 講座はある程度の専門性があるものとし、特定の政治、宗教、企業宣伝、営利を目的とするものを除きます。材料費は受講者からの参加費で賄います。詳しくは、お問い合わせください。
- お問い合わせ** あづま総合運動公園 TEL.024-593-1111 FAX.024-593-1114
メール: midori@azumapark.or.jp

第14回

公園フォトコンテスト 作品募集

あなたが公園内で見つけた、とっておきの風景や感動、驚きの様子を捉えた瞬間など、見た人が改めて公園の魅力に気付かされるような写真を募集します。

対象となる公園

- あづま総合運動公園
- 達瀬公園・福島県総合緑化センター
- 福島市民家園
- 福島空港公園

応募締切 令和3年1月31日(日)必着

お申込み・お問い合わせ

「公園フォトコンテスト」係 TEL.024-593-1111
※応募用紙は各公園事務所に配布、または当公園HPからダウンロードいただけます。



▲第13回公園フォトコンテスト優秀賞作品
「初緑の朝」須井礼子さん

公園PR動画コンテスト 作品募集のお知らせ

公園に行きたくなる、公園がもっと好きになる動画を募集します。公園施設の魅力を県内はもとより県外にも広く発信することを目的に開催するもので、入賞作品は公園の広報宣伝のために活用させていただきます。

対象となる公園

- あづま総合運動公園
- 達瀬公園・福島県総合緑化センター
- 福島市民家園
- 福島空港公園

応募締切 令和3年1月31日(日)必着

お申込み・お問い合わせ

(公財)福島県都市公園・緑化協会内
「公園PR動画コンテスト」係 TEL.024-593-1111



スポーツ教室のご案内

小学生初心者水泳教室 ※お申込み受付期間があります。

第3期
日時▶ 9月26日・27日・10月10日・11日・17日・18日
全6回 10:00～11:30

受付期間▶ 9月11日～9月18日 正午
決定通知▶ 9月21日までにいきます。



第4期
日時▶ 10月9日・16日・23日・30日・11月6日・13日 全6回 18:30～20:00

受付期間▶ 9月24日～10月1日 正午
決定通知▶ 10月4日までにいきます。

場所▶ 室内プール 定員▶ 30名/期 参加費▶ 1,500円/期
講師▶ 県北水泳連盟公認スポーツ指導員ほか

次の事項を記入の上、メールにてお申込みください。

①参加者名(ふりがな)②性別③学校名④学年⑤保護者名⑥電話番号
お申込み先▶ メール event@azumapark.or.jp

- 注意事項
- 電話でのお申込みは受付できません。
 - 教室ごとの受付期間をご確認の上、受付期間中にお申込みください。
 - 定員を超えた場合は抽選を行います。
 - お申込みいただいた方、全員に結果を通知します。結果が固くない場合はTEL.024-593-1111 事業運営課までお問い合わせください。
 - 【受付取消】にしている方は【event@azumapark.or.jp】からのメールが受け取れるように設定の変更をお願いします。

小学生一輪車教室

初心者も大歓迎です!ぜひご参加ください。

日時▶ 9月27日 9:30～11:00
場所▶ サイクルスポーツ広場内トレーニングコート
定員▶ 20名
参加費▶ 500円
お申込み▶ 9月2日 10:00～ 受付開始 ※定員になり次第受付終了



随時募集 子どもハンドボール体験会

参加費無料!!

「走る・跳ぶ・投げる」運動の基本動作が身につくスポーツです。ルールが分からなくても大丈夫! 福島jr.ハンドボールクラブのみんなと一緒にやってみよう!!

日時▶ 8月6日 19:00～21:00(当日申込み可)
場所▶ 体育館メインアリーナ
対象▶ 小学生30名
講師▶ 県北ハンドボール協会



随時募集 あづまガールズサッカースクール

女子限定のスクールです。初心者・経験者問いません、ぜひご参加ください!

日時▶ 8月5日・26日・9月2日・16日 19:00～20:30
場所▶ 体育館メインアリーナ
対象▶ 中学生以下の女子
参加費▶ 700円/月
※初回のみ無料で体験できます!!
講師▶ U-12福島県トレセンスタッフ



緑の教室のご案内

四ツ目垣づくりを学ぼう

庭に一工夫してみませんか??

日時▶ 9月26日 9:30～12:00

集合場所▶ 庭球場正面入口

定員▶ 15名

参加費▶ 1,000円

講師▶ 協会職員

お申込み▶ 8月5日 9:00～ 受付開始

※定員を超えた場合、抽選となります。予めご了承ください。

持ち物▶ 剪定ばさみ ※汚れても良い服装でお越しください。



庭木の剪定、剪定ばさみの刃研ぎ講習会

日時▶ 10月16日 10:00～12:00

集合場所▶ 体育館会議室

定員▶ 15名 参加費▶ 1,000円

講師▶ 協会職員

お申込み▶ 9月3日 9:00～ 申し込み開始

※定員を超えた場合、抽選となります。予めご了承ください。

持ち物▶ 剪定ばさみ

※砥石はお貸しします。汚れても良い服装でお越しください。



子供たちの自然体験会

野球場の芝生で遊ぼう、みんな大好きウォーターライダー体験!!

日時▶ 8月10日 10:00～15:00

集合場所▶ あづま球場入口前

定員▶ 15名(小学生1～6年生)

参加費▶ 500円 講師▶ 協会職員

お申込み▶ 受付中

※定員を超えた場合、抽選となります。予めご了承ください。

持ち物▶ 水着、着替え、運動できる服装、昼食、飲み物



楽しさの頂点へ!!

スポーツクライミング体験会

参加費無料!!

日時▶ 9月21日(祝)

◆午前の部 10:00～12:00

◆午後の部 13:00～15:00

場所▶ 公園内クライミング施設(野球場下駐車場)

対象▶ 小学生以上(大人も参加歓迎です) 50名程度

講師▶ 福島県山岳連盟

お申込み▶ 電話にて事前申込み

(当日申込み可)

問い合わせ▶ 事業運営課



NPO法人あづまスポーツクラブ

おすすめコース どのコースも**無料体験**ができます!

無料体験には電話予約が必要です。

まずはお電話ください! きっとお気に入りのコースがあるはずです。

パソコンスクール (木)AM・PM

コンピューターに精通している指導者からワード・エクセルを習うことができます。ゆっくりパソコンの使い方を学んでいきましょう。

日時▶毎月第1・2・3木曜日
10:00~12:00、13:00~15:00
場所▶体育館 会議室



ピラティスコース

柔軟な体づくりとインナーマッスルを鍛えることで美しいボディラインになります。骨盤底筋を鍛え快適な生活をおくりましょう。

日時▶毎月第1・2・3木曜日
13:00~14:30
場所▶体育館 体育室



ボルドブラ・ 骨盤ダイエット コース

肩甲骨を使い重心移動やバランスをとり代謝アップし太りにくい体をつくります。さらに骨盤ダイエットで脂肪燃焼、最後に骨盤呼吸法で体の“ゆがみ”や“ずれ”を調整します。

日時▶毎週木曜日
14:30~16:00
場所▶体育館 体育室



お申込み受付時間

(受付時間 月・水・木・金 10:30~16:00)

NPO法人あづまスポーツクラブ

TEL・FAX: 024-593-6337

ホームページ <http://azuma-sportsclub.com>



福島市民家園催事カレンダー

福島市民家園は、移築復原された古民家に生活用具など民俗資料を展示し当時の“暮らし”を再現しています。

開催日	行事名・内容	時間・場所など
8月 8日(土)~ 9日(日)	年中行事『盆の行事』 ●祖先の霊を供養するために、昔から行われている行事です。木杵で組んだ盆棚に色々な供物や花などを飾ります。	場所▶旧菅野家 時間▶9:00~16:30 自由見学
29日(土)~ 30日(日)	年中行事『おつきみ』 ●美しい満月の十五夜様に感謝をし、団子をお供えします。	場所▶旧寛家 時間▶9:00~16:30 自由見学

毎年ご来園いただく皆様に「飾り付け」をお願いしておりますが、新型コロナウイルスの三密回避の観点から、今年度は展示のみとなります。予めご了承ください。



※お問い合わせ▶福島市民家園
(TEL.024-593-5249)

※休園日▶毎週火曜日

※行事内容は変更になる場合があります。

※詳しくは、福島市民家園ホームページをご覧ください。

<http://minka-en.com/>

**入園
無料**



園内の様子はツイッターでチェック!

福島市民家園

検索

8/23日は サービスデー

右記の施設の個人利用の方を対象に
施設の**無料解放**を行います。

施設名	注意事項	利用時間
室内プール(全コース)	水着、スウィミングキャップが必要です。小学3年生以下のお子様には成人の方の付き添いが必要です。	①10:00~12:00 ③15:30~17:30 ②13:00~15:00 ④18:00~20:30
体育室	卓球のみ利用可能です。	9:00~21:00
体育館・陸上 トレーニング室	高校生以上の登録者のみ利用可能です。	
シャワー	体育館のみ利用可能です。	
施設名	注意事項	利用時間
庭球場(全面)	1回2時間迄、空コートがあれば再度受付可	9:00~17:00
サイクルスポーツ広場	変わり種自転車、一輪車が無料でご利用になれます。 ※バッテリーカーは有料です。 ※園内用レンタサイクルはご利用できません。	9:00~16:30 (最終受付16:00)

※悪天候の場合はクローズになることがあります。

庭球場早朝営業の ご案内

朝6時から
プレイできます



暑い夏、さわやかな朝にプレイを楽しみませんか?
庭球場では、毎週土・日曜日及び祝日は朝6時から営業を行いますので、ぜひご利用ください。

日時 8月の毎週土・日曜日及び祝日

朝6時から営業(大会開催日を除く)

8月 29日(土)、30日(日)を除く土・日・祝日開催予定



第18回

あづまの郷ウォーク大会

開催期日

11月3日(火)文化の日

今年も11月3日(火)開催に向けて準備を進めています。
実施内容が決まり次第、ウォーク大会専用サイト及びあづま総合運動公園HPに掲載します。

