

あづま~れ



2020

10月・11月 vol.75

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.

美しく照らされたイチョウ並木

第18回 あづまの郷ウォーク大会

日時

11月3日(文化の日)(雨天代行)

●受付 9:00~10:00 申込ごとに3つの時間帯に振り分けます。

●9:00~9:20 ●9:20~9:40 ●9:40~10:00

出発式は行いません。

受付後各自スタート、フィニッシュ後各自解散となります。

●最終フィニッシュ時間 14:00(予定)

場 所 スタート●とうほう・みんなのスタジアム
フィニッシュ●イチョウ並木

コース

●13km(吾妻連峰眺望コース) ●10km(里山・歴史探訪コース) ●7km(公園満喫コース)

参加費 大人(高校生以上) 700円 子ども(小・中学生) 300円

※未就学児は参加無料 ※事前申込のみ

お申込み

専用往復はがき又は大会ホームページ <http://www.f-park-walk.com>

先着1,000名(県内在住者限定) ※当日申込はありません

申込締切り:10月16日(必着)

お問合せ

あづまの郷ウォーク大会実行委員会 TEL:024-593-1111

申込受付中!

イチョウ光の
プロムナード

ライトアップ

期 間 10月下旬~11月中旬

時 間 17:00~20:00

場 所 いちよう並木

※車で越しの方は大駐車場が便利です。

ライトアップされた
約520mにおよぶイ
チョウ並木。秋の夜長
に、黄金色のトンネル
を散歩しませんか。※黄葉時期により、期間変更が
ございます。詳しい情報は、
公園HPでご確認ください。
※火曜日はお休み

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、下記について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。

発熱のある方や体調のすぐれない
方はご来園をお控えください。

広場では...

●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。

マスクの着用を含めた咳エチケット等にご協力をお願いします。



スポーツ教室のご案内

小学生初心者水泳教室 第4期 ※お申込み受付期間があります。

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

- ※電話でのお申込みは受付できません。
※受付期間を過ぎたうえ、受付開始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。結果が聞かない場合はTEL.024-593-1111 事務局までお問い合わせください。
※【受給拒否設定】にしている方は[event@azumapark.or.jp]からのメールが受け取れないように設定の変更をお願いします。

アシックスランニング教室

レースに向けてより速く走れるようになりたい方へ
おすすめの教室です。昨年大好評だった足型計測や
アシックスシューズの試し履きを今年も実施します!

日 時▶ 11月21日 10:00～15:00
(全体受付は12:00～です。計測希望者のみ10:00～受付となります。)
場 所▶ とうほう・みんなのスタジアム
定 員▶ 40名程度
対 象▶ ランニングの習慣があり、さらなるレベルアップやレースでの
記録向上を目指している方 ※定員のシューズでご参加ください。
参 加 費▶ 1,500円(税込)
講 師▶ アシックスランニングナビゲーター 和田 佳代子 先生(予定)



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▶ 10月8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▶ 10月14日・21日・11月18日・25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



内 容▶ 10:00～ 計測(希望者のみ).....
足型計測、結果説明、シューズの選び方、サンプルシューズでの試走など
13:00～ 講義・実践.....
講師がこれまでに出場したレースの体験談、栄養講座、けが予防
ストレッチ、フォームづくりの基礎ドリル、実践ランニングなど
※計測のみ、実践のみの参加も可能です。
※計測の前夜は荷持ち荷物が発生しますがご了承ください。
※先生への質問やシューズを試すなどとして
お過ごしください。
※午前中から参加される方は昼食をご持参ください。
※当園内のレストランもご利用いただけます。
お申込み▶ 10月21日 10:00～受付開始



落ち葉プール

秋は落ち葉プールで公園満喫!

開催期間▶ 10月29日～11月15日 9:00～16:00
※火曜日は休園日のため開催いたしません。
場 所▶ 体育館入口前
対 象▶ 小学生未満
※紅葉状況などにより開催時期が変更になる
場合がありますので予めご了承ください。

入場
無料



緑の教室のご案内

植物の土壌講座

植物が生育しやすい土壌の作り方を教えてください。

日 時▶ 11月14日 10:00～12:00
集合場所▶ とうほう・みんなのスタジアム会議室
定 員▶ 15名 参 加 費▶ 無料
講 師▶ 協会職員
お申込み▶ 10月2日 9:30～ 受付開始 10月23日 締め切り



植物の冬越し、植え替え講座

日 時▶ 11月28日 10:00～12:00
集合場所▶ あづま球場会議室
定 員▶ 15名 参 加 費▶ 500円
講 師▶ 外部講師
お申込み▶ 10月5日 9:30～ 受付開始 10月30日 締め切り
※講師等と定員を超えた場合抽選となりますので、予めご了承ください。
※汚れてもよい服装でお越しください。



「親子で学ぼう!防災教室」開催!

参加費
無料!!

災害時に役立つテクニックを自衛隊員が教えてください!

日 時▶ 10月11日 10:00～15:00
場 所▶ サイクルスポーツ広場
対 象▶ 小学生以上の児童・生徒とその保護者
内 容▶ 体験①身の回りにあるモノでつくる防災グッズ ②ロープワーク
その他、車両や装備品の展示、子ども用自衛隊服の試着など
自衛隊オリジナル缶バッジがもらえるよ!
※実施内容は変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

協 力▶ 自衛隊福島地方協力隊本部
お問い合せ▶ 事業運営課 TEL:593-1111
※本イベント開催日はサービスデー
となっており、変わり種自転車(1
人5人まで)無料でご利用いた
だけます。ぜひご来場ください。



会場にはもりの案内人さんによる
「木工クラフト体験コーナー」
もあるよ!

あづま総合運動公園

随時配信
2つのチャンネルを
お楽しみ下さい!

YouTube公式チャンネルを開設しました!

1つ目は「公園の魅力動画ライブラリー」
公園の魅力がぎゅっとつまった動画をお届けします。



2つ目は
「公園で健康になろう!」

公園施設の紹介や、公園で健康にな
るための様々な情報をお届けします。
なお、動画は、公園HP「公園の魅力
動画ライブラリー」からもご覧頂け
ます。

HPこちらのページから
ご覧ください!

URLなどは、公園HPでご確認ください。

カルチャー教室 & 健康づくり教室

受講生募集!

10月9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 火曜定休
(平日17時以降土・日・祝日はTEL.024-593-1111 あづま総合運動公園)

- 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。

初めての太正琴

太正琴の魅力を知り、演奏の楽しさを共有しましょう。

講師 ● 牛尾 千賀子先生 (琴城太正琴教員) 場所 ● 会議室
定員 ● 8名
日時 ● 11月11日(土)10:00~11:30 参加費 ● 700円

秋のかごアレンジ・プリザーブドフラワー教室

秋に飾るステキなかごアレンジです。2~3年きれいに咲くプリザーブドフラワーで楽しく手作りしてみませんか?

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 ● 10名
日時 ● 11月13日(土)14:00~15:30 参加費 ● 2,800円

やさしいトールペイント教室

トールペイントで素敵なショッピングバックを作り、お買い物に利用しましょう。

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 ● 15名
日時 ● 11月27日(土)14:00~15:30 参加費 ● 1,500円

こころ喜ぶ臨床美術「絵は誰でもかける!」

季節のリンゴをモチーフに、どなたでも描けるよう講師と一緒に描きます。

講師 ● 佐藤 えみ子先生 (日本臨床美術協会 臨床美術士) 場所 ● 会議室
定員 ● 8名
日時 ● 11月9日(土)14:00~15:30 参加費 ● 1,300円

天然100%で作るアロマ抗菌ハンドジェルとアロママスクスプレー

アロマセラピーの簡単な基礎を学びながら、天然100%の材料でアロマスプレーとハンドジェルを作ります。

講師 ● 長澤 恵先生 (日本アロマコーディネーター協会認定アロマイストラクター) 場所 ● 会議室
定員 ● 15名
日時 ● 11月13日(土)10:00~11:30 参加費 ● 2,000円

パステルでクリスマスのランタンアート作り

パステルを使ってほんのり灯るランタンを作ります。

講師 ● 渡辺 るみ先生 (パステルランタンアートインストラクター) 場所 ● 会議室
定員 ● 10名
日時 ● 11月18日(土)10:00~11:30 参加費 ● 2,000円

ヨガプラクティス

暑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 ● 11月19日(土)18:30~20:00 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** 1月6日(金)~1月29日(土) (火曜日及び土日祝日を除く)
平日の10:00~11:30、14:00~15:30 時間は1時間30分程度
3,500円(交通費別) ※会場の空や状況により、日程を調整させていただきます。
- 講師謝金** 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** 10月末日まで
- 決定通知** 応募のあった中から6~10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
- 達達公園・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、または公園HPからダウンロードいただけます。
- ※詳細については、公園HPまたは応募用紙でご確認ください。



▲第13回公園フォトコンテスト入賞作品
「陽光(きこう)」園庭夜間さん

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
- 福島市民家園
- 達達公園・福島県総合緑化センター
- 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PR動画コンテスト」係 TEL 024-593-1111

- ※応募用紙は各公園事務所に配布、または公園HPからダウンロードいただけます。
- ※詳細については、公園HPまたは応募用紙でご確認ください。



NPO法人あづまスポーツクラブ

年間コース 年間を通して活動します。**無料体験**ができます!

無料体験・活動参加には電話予約が必要です。

新型コロナウイルス感染症予防のため予約の無い方の体験・参加はお受けできません。

木曜日

ピラティス ▶ 13:00~14:30

ボルドブラ・骨盤ダイエット ▶ 14:30~16:00

水中運動 ▶ 10:00~12:00

金曜日

水中運動 ▶ 13:00~15:00

教室開催のお知らせ

ノルディックウォーキング教室

ポールを使つてのウォーキングは姿勢も良くなり、上半身を積極的に使うので首・肩こりの軽減やエネルギー消費量も大きいのでダイエット効果が期待できます。適度な運動は免疫力を高めて感染症予防にもつながります。自然豊かな公園を歩いてストレス解消しましょう。

日時 10月7日水・14日水・21日水・28日水
10:00~12:00

受講料 2,500円(別途ポールレンタル1回300円)

開催場所 公園内

**無料体験は
できません。**

お問い合わせ先

NPO法人あづまスポーツクラブ

TEL: 024-593-6337 平日10:00~16:30(火曜日を除く)

お電話お待ちしております。



福島市民家園催事カレンダー

福島市民家園は、移築復元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
11月	民家園ふれあい祭り	場所 ▶ 民家園内
1日	劇団120〇EN公演 演劇「義民芝居 太郎右衛門」 主催:西地区ふるさとの歴史再発見 事業実行委員会	場所 ▶ 旧広瀬座 時間 ▶ [午前の回]10:30開演 [午後の回]14:00開演 ※各回30分前開場
3日	第18回あづまの郷ウォーク大会 あづまの郷ウォーク大会のコースとして使用します。	※ウォーク大会参加者以外の方も通常どおり入園できます。



※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

10月の公園を 走ろう!歩こう!

広大な公園で3密を避けながら健康づくりを楽しみませんか?

「10月の公園を走ろう!歩こう!」と題して2つのイベントに取り組みます。

ぜひ、スポーツウェアに着替え気軽に来園ください。

10月の週末は「公園ナイトラン」を楽しもう!

10月の金土日(10/9、10、24を除く)日没から20時半、補助陸上競技場の照明を点灯し、自由にナイトランをお楽しみいただけます。

ぜひ一週間のストレスから解放されて、ランニングでリフレッシュしませんか!参加無料、申し込みも不要です。

詳しくは公園ホームページをご覧ください。

**ナイトランは
良いことが沢山!**

- ケガのリスクが低い
- ランニング後の筋肉の回復が早い

オクトーバー・ラン&ウォークに参加して福島市を応援しよう!

10/1~31、ウェブ上の大会「オクトーバー・ラン&ウォーク」に福島市が参加します。登録者の走行距離の平均値を自治体間で競うもので、参加希望者は公式サイトからスマホ用アプリを入手することで参加できます。なお、参加者には距離に応じ、スポーツ店等で使用できるクーポンが配布されます。詳しくはこちらをご覧ください。<https://arbee.net/>

10月11日(日)サービスデー

屋内施設

施設名	注意事項	利用時間
室内プール	水着、スイ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。	
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。	9:00~21:00
シャワー	体育館のみ利用可能です。	

※陸上トレーニング室は10月10日(土)に実施します。

屋外施設

施設名	注意事項	利用時間
庭球場(全面)	1回2時間まで。空コートがあれば再度受付可 変わり種自転車、一輪車、BMX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になれません。	9:00~17:00
サイクルスポーツ広場		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。

下記施設を無料で開放いたします!

ふるさとの魅力を伝えるため、地元高校生と取り組む

ふくしま & あづま ウェルカムボード づくり事業!

公園に訪れる来園者を歓迎するウェルカムボードの下描き作業が、8月中旬に行われました。拡大したデザイン画をカーボン紙を使って壁に転写し、下絵を描きました。

今後塗装作業が行われます。10mを超える壁が巨大アートとして生まれ変わるの是非常にワクワクしますね!完成を楽しみにお待ちください。

※この事業は、大駐車場にある2つのコンクリート壁をそれぞれ「福島県」「あづま総合運動公園」をテーマとした巨大アートに変身させる取り組みです。



▲下絵を描く福島西高等学校デザイン学科ビジュアルデザインコースの生徒の皆さん

体育館2Fレストラン 生まれかわって10月OPEN!

お持たせ
しました!

しばらく休業しておりましたが、この度リニューアルオープンします!お客様のニーズに合わせたメニューを多数用意してお待ちしております。

公園でのひとときにぜひご利用ください。この他、合宿でのお食事にもご利用頂けるほか、お弁当の注文も承ります。

オープンの日時や今後の詳しい予定については、公園HPでお知らせします。

