

あづま~れ



2022

6月・7月 vol.85

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

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



第15回公園フォトコンテスト
入選「初夏のファンタジー広場」 鈴木 彦三さん

あづま香りのバラ園まつり

入園
無料

300種類1700株の香りのバラが見頃を迎えます。
ぜひ一度ご来園いただき、目と鼻でバラをご堪能ください。
(バラの見頃6月上旬~11月)

日時 6月4日(土)・5日(日)
9:00~16:00 ※雨天催行

場所 香りのバラ園
※お車でお越しの方は、
大駐車場が便利です。



バラ苗即売会

京成バラ園芸株

バラと相性の良いハーブ苗販売会

ハーブたきた

ハーブ苔玉作り体験 (500円/1人)

瀧田池先生

バラ染め作品展&藍染体験 (ハンカチ

草木染インストラクター

※6月4日(土)のみ 9:30~15:00 (700円/1人)

塩沢清子先生

材料がなくなり次第終了

バラの栽培相談所 (無料)

あづまバラ愛好会

※内容は変更になる場合がありますので予めご了承ください。

花苗プレゼント!

※配布苗が無くなり次第終了

会場にお越しのお客様先着200名に

花苗をプレゼントします!

1人2ポット、マリーゴールド

ご利用の皆様へ

公園を利用して「新しい生活様式」を実践しよう!

4つのポイント

新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐには、体を動かし、屋外でリフレッシュし、心と体の健康を保つことも大切です。マナーと思いやりを大切に、公園を利用しましょう。

体調が悪いときは
利用を控える



時間・場所を選び
ゆずりあおう



人と人との間を
あけよう



こまめに
手洗いしよう



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

親子で楽しむからだあそび

日時▶7月23日▶10:30~12:00
 場所▶あづま総合体育館サブアリーナ
 対象▶3歳以上の未就学児のお子様とその保護者
 定員▶20組 参加費▶500円
 講師▶Kマニフィクインストラクター
 お申込み▶電話受付(定員に満たない場合は、当日参加可)



随時募集中 小学生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ため、他のスポーツの上達にも繋がります。初めてでもキャッチボールや簡単なゲームが楽しめますよ!

日時▶6月2日▶19:00~21:00
 場所▶あづま総合体育館メインアリーナ
 対象▶小学生10名(学年、経験問わず)
 講師▶県北ハンドボール協会
 お申込み▶電話受付(当日申込み可)



季節を楽しんで歩こう

福島県ウォーキング協会公認指導員といっしょに2時間程度歩くウォーキング教室です。季節の花々や木々の話を聞きながら、園内外をゆとりあるペースで歩きます。

日時▶6月9日▶7月14日▶9:00~11:00 (雨天決行)
 場所▶大駐車場トイレ前
 対象▶一般 15人程度 参加費▶各回 500円
 講師▶県ウォーキング協会公認指導員 お申込み▶電話にて随時受付
 ※6月~11月の第2木曜日開催(8月の第4木曜日)集合場所は変わります。いつからでも参加は可能です。お問い合わせください。

初心者ナイトサッカー体験会

サッカー初心者を対象に、福島ユナイテッドの選手とサッカーを楽しみます。

日時▶①6月8日▶②29日▶18:30~20:00
 場所▶とうほう・みんなのスタジアム 定員▶小学生50名
 参加費▶無料 ※傷害保険は各自加入願います
 講師▶福島ユナイテッド選手(コーチ) お申込み▶メールでのみ受付
 受付期間▶①5月21日▶②29日▶正午まで
 ②6月11日▶③19日▶正午まで
 決定通知▶①6月1日▶②6月11日▶③6月22日▶までに行います
 ※詳細は公園ホームページ「イベント・行事予定」をご覧ください。



小学生一輪車教室

日時▶6月26日▶9:30~11:00 (雨天中止)
 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▶メールでのみ受付
 受付期間▶6月6日▶6月13日▶正午まで 決定通知▶6月16日▶までに行います

子どもみどりの教室

公園内植物探索とウォータースライダー

公園内植物の探索とみんな大好きウォータースライダーで夏を満喫しよう!

日時▶8月1日▶9:00~13:00
 場所▶園内・スポーツイベント広場法面
 定員▶30名 参加費▶500円
 講師▶NPO法人福島県もりの案内人の会県北支部会員・協会職員
 お申込み▶メールでのみ受付
 受付期間▶7月7日▶7月21日▶正午まで
 決定通知▶7月24日▶までに行います

初心者ナイトサッカー体験会・小学生一輪車教室・子どもみどりの教室の申込方法

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。
 - お申込みいただいた方、全員に結果を通知します。
 - 受付期間をご確認のうえ、お申込みください。また、定員を超えた場合は抽選を行います。
 - 結果が届かない場合には TEL.024-593-1111 事業運営課までお問い合わせください。
 - 【受信拒否設定】にしている方は[@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。

とうスタで 公園ナイトラン & ナイトウォーク

日時▶6月3日▶19日▶24日▶26日▶7月9日▶24日▶17:30~20:30
 ※日程は変更になる場合があります。公園HPやTwitterでご確認ください。
 場所▶とうほう・みんなのスタジアム
 参加費▶一般130円、生徒60円(券売機で対象の券を購入)
 参加方法▶申込みは不要。時間内であれば利用開始や終了時間は自由です。
 ※利用できるのはトラックのみです。芝生には入らないよう協力ください。

照明設備が新設された「とうほう・みんなのスタジアム」で夜のランニングやウォーキングを楽しみませんか?週末の夜は公園で健康になろう!!



初めての陶芸体験

電動ろくろを使う陶芸体験です。自分だけの器を作ってみませんか?

日時▶6月15日▶10:00~12:00
 場所▶とうほう・みんなのスタジアム会議室
 定員▶10名(先着順)
 参加費▶2,000円(材料代1,500円含む)
 講師▶原田 道男先生
 お申込み▶電話受付 5月20日▶10:00~6月6日▶17:00まで
 ※定員になり次第受付終了



ラベンダーバスケットを作ろう

公園のラベンダーを使って、リボンで編むラベンダースティックの応用編ラベンダーバスケットを作りませんか?

日時▶7月4日▶10:00~12:00
 場所▶体育館会議室
 定員▶20名 参加費▶500円
 講師▶協会職員
 お申込み▶電話受付 6月8日▶10:00~6月27日▶17:00まで
 ※定員になり次第受付終了



カルチャー教室 & 健康づくり教室 受講生募集!

6月3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時以降及び土・日・祝日は) TEL.024-593-1111 あづま総合運動公園

会津木綿柄折り紙で作るフラワーボード

布のような手触りの折り紙でひまわりを作り、紺色の会津木綿柄のボードにリボンと一緒に飾りましょう。

講師 ●古川 喜美子先生 (会津木綿柄折り紙研究家) **場所** ●会議室
定員 ●10名 **参加費** ●1,800円
日時 ●7月13日(金) 14:00~15:30

アロマ石けんとアロマ重曹づくり

夏らしいデザインのアロマ石けんと、アロマと重曹の万能サシェを作ります。

講師 ●小林 香代子先生 (AEAJ認定アロマセラピスト) **場所** ●会議室
定員 ●15名 **参加費** ●1,500円
日時 ●7月15日(金) 10:00~11:30

60才代から始めるシニア世代(定年退職後)のマネープラン

老後に向け必要な医療や介護など、お金と備えについて確認し、60才以降の資金計画表の作り方をお伝えします(テキスト付)

講師 ●菅野 弘子先生 (ファイナンシャルプランナー) **場所** ●研修室
定員 ●15名 **参加費** ●800円
日時 ●7月15日(金) 14:00~15:30

プリザーブドフラワーで作る仏花教室

生花なのに2~3年はきれいに咲くプリザーブドフラワーで菊などを使って仏花と一緒に作りましょう。

講師 ●波田野 悦子先生 (花・芸術文化協会認定校講師) **場所** ●会議室
定員 ●15名 **参加費** ●2,800円
日時 ●7月29日(金) 14:00~15:30

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。
- 最少催行人数は5名です。



ピラティスで身体を整える

ピラティスは、姿勢や身体の動きを改善する運動です。ピラティスをベースに、どんなでも手軽にできる運動をご紹介します。人の身体は一人ひとり特徴があり、各関節の動かせる範囲や姿勢も違います。それらを知って整えるということをお伝えします。

講師 ●郷保 勇先生 (ピラティスインストラクター) **場所** ●和室研修室
定員 ●15名 **参加費** ●500円
日時 ●7月6日(金) 10:00~11:30

美しい姿勢でステキに年を重ねていきましょう~ビルビワーク~ 女性限定

深呼吸に合わせて背骨を動かし、骨盤の歪みを矯正します。力みが取れ、体が楽になります。下腹ぽっこり、脚のむくみ、片頭痛、肩こりでお悩みの方、ぜひお試しください。

講師 ●三瓶 奈央先生 (1級ビルビワークー) **場所** ●和室研修室
定員 ●15名 **参加費** ●500円
日時 ●7月8日(金) 10:00~11:30

体と心を整えるヨガ教室

ヨーガの実習を通して、「からだ」と「こころ」の健康を促進します。

講師 ●内海 暢先生 (日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ教師) **場所** ●和室研修室
定員 ●15名 **参加費** ●500円
日時 ●7月20日(金) 10:00~11:30

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れるとうれしいです。

講師 ●高田 慎先生 (ヨガインストラクター) **場所** ●体育室
定員 ●15名 **参加費** ●500円
日時 ●7月28日(金) 18:30~20:00

カルチャー教室 & 健康づくり教室



講師募集

- 開催日時** 9月5日(月)~9月30日(金)(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** 4,000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** 7月22日(金)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16回 公園フォトコンテスト作品募集

公園の四季や、家族らと過ごすひととき、イベントの楽しげな様子などを捉えた写真で、改めて公園の魅力に気づかされるような作品を募集します。皆さんが感じる「公園っていいなあ」の瞬間をカメラで捉えてお寄せください。

賞		対象となる公園	
最優秀賞	1点 賞金5万円	●あづま総合運動公園	
優秀賞	2点 賞金2万円	●福島市民公園	
入選	10点以内 賞金5千円	●達瀬公園・福島県総合緑化センター	
佳作	10点以内 賞金3千円	●福島空港公園	
特別賞	1点 賞金1万円	●上記を除く福島県内の都市公園すべて(山や湖沼といった自然公園は除く)	
入選	3点以内 賞金5千円		
佳作	5点以内 賞金3千円		

- 応募資格** 年齢、プロ、アマの制限なし。
- 応募規定** ●四つ切り(A4サイズ不可)、ワイド四つ切り。
 ●応募作品数は一人5点までとします。
- 応募条件** 令和3年以降に撮影した写真で、未発表の作品であること。同一または類似作品が、他のコンテストなどに応募及び発表される予定のないもの。
- 応募方法** ●必要事項を記入した所定の応募用紙を各写真の裏面にセロテープで貼付してください。(のり付け厳禁) また、作品保護のため1枚ずつ透明袋に入れてください。
 ●応募用紙は6月上旬より各公園事務所に配布を開始します。



応募締切 お申込み・お問い合わせ ●(公財)福島県都市公園・緑化協会内「公園フォトコンテスト」係 TEL 024-593-1111
令和5年1月30日(日)必着

あづま夕焼けパークマラソン2022 開催のお知らせ

夕焼け迫る夏のあづまをワクワク走り抜け!

8月最後の日曜の夕方、とうほう・みんなのスタジアムをスタート・ゴールに、いちよう並木やあづま球場を駆け抜ける初めてのマラソン大会を開催します。

開催日 ●8月28日(日) 雨天決行
場所 ●とうほう・みんなのスタジアム
コース ●5km、10km ※公園内2.5km特設コース周回
参加費 ●3,500円
参加資格 ●18歳以上で健康に問題がなく完走できる方
定員 ●先着500名
お申込み ●6月1日(日)よりRUNNETのみで受付します。
主催 ●(公財)福島県都市公園・緑化協会
後援 ●福島県、福島市、福島民報社、福島民友新聞社
 ※詳しくは大会サイトをご覧ください。https://www.azuma-sunset-marathon.jp



NPO法人あづまスポーツクラブ

コロナ感染予防のため電話予約が必要です。

ヨガプラクティス教室

無料体験はできません。

吸う息で伸びて、吐く息でリラックス。コロナ禍、日々の疲れでかたまってきた体と心をヨガでほぐしましょう。柔軟性をアップさせるとケガや故障の防止にもなります。

日時：6月2日・9日・16日 18:30～20:00

場所：あづま総合体育館1F体育室 受講料：2,500円

講師：高田 慎先生(ヨガインストラクター)



NPO法人あづまスポーツクラブ おすすめコース

まずはお電話ください！きつとお気に入りのコースがあるはずです。

らくらく健康ビクス

水曜日 13:00～14:30

だれでもできる太極拳

木曜日 10:00～12:00

テニス

木曜日 10:00～12:00

ボールブラ・骨盤ダイエット

木曜日 14:30～16:00

ウォーキング

木曜日 13:30～15:00

太極拳

金曜日 13:00～15:00

水中運動

金曜日 13:00～15:00

パソコンスクール

水曜日 AMコース10:00～12:00

PMコース13:00～15:00

木曜日 AMコース10:00～12:00

どのコースも
無料体験が
できます！



詳細はNPO法人あづまスポーツクラブ事務局にお問い合わせ下さい。

無料体験には予約が必要です。コロナ予防のため予約の無い方はお断りさせていただきます。

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。

ホームページ <https://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。また、「年中行事」では、ボランティア団体「民家園のつどい」が主体となり伝統行事の伝承に取り組んでいます。

開催日	行事名・内容	時間・場所など
4日・5日	イベント「緑側の山野草展・即売会」 ●山野草の展示(猪苗代山草会)と即売会を行います。	場所▶元客軒 時間▶9:30～16:00 自由参加
5日	「裂き織り体験」 ●裂き織りの実演及び体験指導を行います。	場所▶旧渡辺家 時間▶10:00～12:00 自由参加
6月	「石臼珈琲のひと時」 ●石臼で挽いたコーヒー(お菓子付き)を提供	場所▶旧渡辺家 時間▶10:00～12:00 料金▶300円
12日	体験行事「子どもの遊び」 昔懐かしい遊び道具を手づくりして遊びます。 ●水鉄砲、笹船流し など	場所▶園内 時間▶10:00～12:00 自由参加(先着50名) ※小学生以下とその保護者
17日	「民家園庭師による庭木の手入れ教室」 庭木の手入れ方法の基本及び園内の庭木等を使った剪定の指導を行います。	場所▶元客軒、旧寛政家付 時間▶10:00～12:00 講師▶野尻晃氏(樹木医) 定員▶10名 参加費▶500円 事前申込▶6/4(9:00～受付開始) ※定員になり次第終了
2日	年中行事「たなばた」 ●七夕飾りの飾り付け ●行事の説明・普話 ※2日午後から一週間程度展示します。	場所▶各民家 時間▶10:00～12:00
7月	体験行事「昔のくらし」 昔の農家の暮らしを実際に体験します。 ●火おこし体験、収穫体験 ほか	場所▶旧馬場家 時間▶9:30～12:00 対象▶親子10組(小学3年生以上) 事前申込▶7/3(9:00～受付開始) ※定員になり次第終了
31日	「農作物収穫体験」 民家園内の畑で栽培した農作物の収穫体験ができます。	場所▶園内畑 時間▶13:00～15:00 3家族まで(小学生含む)/日

※行事内容等については、変更になる場合があります。

※お問い合わせ▶福島市民家園(TEL.024-593-5249)

※休 園 日▶火曜日

※詳しくは、福島市民家園ホームページをご覧ください。

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

園内の様子はツイッターでチェック!

福島市民家園

検索



入園
無料



体育館2F レストラン松月

人気No.1!

公園での散策や運動のあとはレストランでランチを楽しもう!

月替わり
平日限定

松月ランチ¥650
もおすすめです!

レストランでは宿泊施設利用時の食事や、会議や研修、大会開催時の昼食の注文・予約を承っております。ぜひ、ご利用ください。

【営業時間】11:00～15:00(ラストオーダー14:30)

【定休日】火曜日、第2・第4月曜日 ※定休日が祝日の場合は変動有り。

TEL/FAX.024-593-6373

運営会社:(有)松月堂



カツカレー ¥750

にぎ和伊カフェむろいし オープン!

令和4年5月から、福島市民家園に和食とイタリアンのお店「にぎ和伊カフェむろいし」が新たにオープン!

- 福島芋煮セット
- 福島桃カレーセット
- 月替わりの和風ビザ
- 旬のフルーツパフェ
- 週替わりのパスタセット
- etc.

火曜日を除く毎日(3月～11月)、11:00～16:00まで営業。臨時休業日や季節のメニューなどの最新情報はInstagramでご案内します。



庭球場からの お知らせ

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、下記日程の朝6時から営業を行いますので、ぜひご利用ください。

6月 11日・12日・18日・19日・25日・26日 ※ただし、11日・12日は10面のみ

7月 2日・3日・9日・10日・16日・17日・18日 祝日

8月 6日・7日・11日 祝日・13日・14日

※5時45分より受付をいたします。令和4年度実施予定日は以下の通りとなります。ただし、予定は変更になることもあります。予めご了承ください。

お得 平日限定 ポイントサービス

プレイするごとにポイントがたまっちゃう!! テニスコートをお得に使ってみませんか。グループ利用でポイントまとめ付けも可能です。

カード発行期間 2022年4月1日～2023年3月31日

- 平日のご利用1時間ごとに1ポイントがつきます。
- 土日祝日及び休園日をのぞきます。 ※個人利用に限りです。
- 25ポイント集めると4時間分テニスコートを無料でお使いいただけます。
- 25ポイント(合計50ポイント)集めると、10時間分が無料になります。
- さらに ぜひご利用ください。

公園で健康になろう! コロナ禍の健康づくり体験談

応募いただいたエピソードをご紹介します

タイトル『夫婦で休日に健康づくりの公園散歩』

初めてあづま総合運動公園を利用しました。以前からインスタなどで素敵なお写真を拝見して、いつか利用したいと夫婦で話していました。

今日やっと念願叶い訪れたところ、3月の上旬でお花などはまだ寒くて咲いていませんでしたが、とても綺麗に整備された公園内をゆっくり散歩しました。コロナで運動不足でしたが少しは解消されたのではないかと思います。

こんな素晴らしい公園なんでもっと早く利用したのだらうと思うぐらい素晴らしい公園でした。もっと暖かくなってお花が咲き乱れる頃、又夫婦で利用したいと思います。(郡山市 60代 春待ち遠い子さん)

ウェルカム広場づくり

先輩たちが遺した素敵なボードを、
後輩がデザインの力で守り繋ぐ
『ウェルカム広場』

福島西高校デザイン科学科科ビジュアルデザインコースの生徒によって生まれ変わった大駐車場の壁打ち用ボード。ボード前に駐車やボール当てをされ、汚れることが増えていることから、再び福島西高校の生徒に協力を依頼し、アスファルト路面に駐車控える心理効果を生むデザインを描きます。さあ、これからどのように生まれ変わるのか、完成を楽しみにお待ちください。

