



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



2021年「光のTREEページェント」

光のTREE ページェント

樹木の並木道や噴水池をLEDで幻想的にライトアップします。
光る動物達も出没!? ぜひ探してみてくださいね!!

日時 12月9日(金)~1月9日(日)
17:00~20:00

場所 あづま総合体育館前中央広場
*火曜日、年末年始(12月29日~1月3日)はお休み。



ご利用の皆様へ

公園を利用して「新しい生活様式」を实践しよう!

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、体を動かしたり、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



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ぜひ、ご参加ください。

日時▶ 12月1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)



小学生体操教室

日時▶ 1月4日◎・7日◎・8日◎・11日◎・14日◎・15日◎ 全6回
 ◎18:30~20:00
 ◎◎10:00~11:30
 場所▶ あづま総合体育館 サブアリーナ
 定員▶ 20名
 参加費▶ 1,500円
 受付期間▶ 12月1日◎~12月16日◎ 正午
 決定通知▶ 受付終了後~12月19日◎まで
 お申込み▶ メールでのみ受付



小学生体操教室の申込方法

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

- 参加費は教室初日にお支払いください。
 ●電話でのお申込みは受付できません。
 ●受付期間中にお申込みください。また、定員を超えた場合は抽選を行います。
 ●お申込みいただいた方、全員に結果を通知します。
 ●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。

注意事項

あづまバラ愛好会 冬剪定の体験会

バラの冬剪定は、春の花をきれいに咲かせると同時に樹形を整え、株を健康にするための大切な作業です。あづま香りのバラ園で活動する「あづまバラ愛好会」の会員と一緒に冬剪定を体験してみませんか。あづまバラ愛好会にご興味のある方のご参加もお待ちしております。



日時▶ ①1月20日◎ 9:30~11:30
 ②1月23日◎ 9:30~11:30
 ※①②は同じ内容です。今回は木立性バラの冬剪定を体験します。

集合場所▶ あづま香りのバラ園広場

定員▶ 15名/回 12月1日◎から電話にて受付開始。
 ※当日参加は不可、定員になり次第受付を終了します。

持ち物▶ 剪定ばさみ、革手袋(お持ちの方)、メモ帳、飲み物

参加費▶ 無料

お申込み・お問い合わせ▶ あづまバラ愛好会事務局(TEL.024-593-3555)

みどりの教室

ハープリップと化粧水作り

お肌も心も満たしてくれるハーブでリップと化粧水を作ります。

手作りアイテムでお肌を整えませんか?

日時▶ 2月22日◎ 10:00~12:00
 場所▶ とうほう・みんなのスタジアム会議室
 参加費▶ 1,500円
 定員▶ 15名
 講師▶ ハーブとスローライフの研究者 たきたつとむ先生

お申込み▶ 電話受付 ※定員になり次第受付終了
 1月25日◎10:00~2月13日◎まで

第20回記念

あづまの郷ウォーク大会開催報告

11月3日(木)文化の日、第20回記念あづまの郷ウォーク大会が開催されました。

約1,500名の皆様にご参加いただき、鮮やかに色づいたイチョウ並木や秋のあづま路をお楽しみいただきました。2年ぶりの大会にご参加いただいた皆様、歓迎所で温かい

おもてなしをしてくださった地域の皆様、ありがとうございます。



大正琴で奏でるクリスマスミニコンサート

全国子ども大正琴コンクール(公益社団法人大正琴協会主催)において、ダイナミックな演奏により5年連続で金賞を受賞した福島市内の女子高生3人組ユニット「Milky Girls」他、市内で活躍される大正琴グループの皆様によるクリスマスミニコンサートを開催します。鬼滅の刃ソングなど、子どもたちも喜ぶ人気の曲やクリスマスソングを披露していただきます。



みるきい☆福島代表中嶋千賀子さんと
 美え子のMilky Girlsの皆さん

日時▶ 12月25日◎
 13:30~15:00

場所▶ あづま総合体育館1階ロビー

主催▶ (公財)福島県都市公園・緑化協会
 琴城流大正琴振興会みるきい☆福島

カルチャー教室 & 健康づくり教室

受講生募集!

12月7日(水) 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時以降及び土・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。

新春のアレンジプリザーブドフラワー教室

新春にピッタリなステキなアレンジをプリザーブドフラワーで楽しく作ってみましょう。

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 ● 1月20日(日) 14:00~15:30 参加費 ● 2,800円

50代から考える、人生100年時代の費用と資金計画

人生100年時代をお金の心配なく生きるために、生活費用と試算方法、資金計画をお伝えします。(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
日時 ● 1月27日(日) 14:00~15:30 参加費 ● 1,100円

美しい姿勢で病気を寄せつけない体をつくりましょう~ビルビワーク~ **女性限定**

呼吸に合わせて関節を動かし、骨格のズレを矯正します。血流が良くなり、体が楽になります。足のむくみ、肩こり、偏頭痛でお悩みの方、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
日時 ● 1月11日(日) 14:00~15:30 参加費 ● 500円

一生自分の足で歩き続けるための身体作り体操

歩くは一生もの、その土台をマットとイスを使って簡単に作っていきましょう。

講師 ● 三浦 和也先生 (パーソナルトレーナー) 場所 ● 会議室
定員 ● 15名
日時 ● 1月13日(日) 14:00~15:30 参加費 ● 500円

ピラティスで身体を整える

ピラティスとは、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、どなたでも手軽にできる運動をご紹介します。人の身体は一人おひとり特徴があり、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 (ピラティスイストラクター) 場所 ● 和室研修室
定員 ● 15名
日時 ● 1月25日(日) 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** 3月6日(日)~3月27日(日)(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場合がございます。
- 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** 12月19日(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

作品大募集!

あづまでインスタ! 写真&動画コンテスト

第16回

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。

対象となる公園等

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

応募締切 令和5年1月30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



▲第15回公園フォトコンテスト佳作作品 「美しい雪遊び」 大宮尚樹さん

あづま総合運動公園(民家園を含む)を対象にして、Instagramで、公園のイメージアップにつながる写真や動画を広く募集します! 写真部門と動画部門を設けて開催するもので、入賞された方には県産品の詰め合わせ等をプレゼントします。

●11月初旬時点約100作品の投稿をいただいております。

対象となる公園等 ●あづま総合運動公園(福島市民家園を含む)

応募締切 令和4年10月1日(日)~令和5年2月28日(日)

詳細はQRコードからご確認ください。



※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。また、応募方法などについても当協会HPをご覧ください。

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。)

※無料体験には電話予約が必要です。コロナ感染症予防のため予約の無いがたの体験はお受けできません。必ずご予約ください。

無料体験が
できます!

木曜日コース

ボルドブラ・骨盤ダイエット 14:30~16:00 月会費:2,500円
柔軟性のあるしなやかな体をつくり、骨盤呼吸法では腰痛改善効果も期待できます。

ウォーキング 13:30~15:00 月会費:1,500円(月2回活動)
正しいウォーキングを行うためのストレッチからクールダウンの仕方を学びます。四季を感じながらあづま運動公園を歩いてみましょう。

手芸 10:00~12:00 月会費:1,000円(月1回活動)
パッチワークのポーチ・バッグなどの小品からタペストリー等の大作まで作ります。

手芸コース作品展示

あづまスポーツクラブ「手芸」コース会員の作品を展示いたします。ぜひご覧ください。

日時:12月2日(土)夕方~22日(土)正午まで(予定)
場所:体育館1階ロビー



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。

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
12月 3日(土)~ 2023年 1月29日(日)	「だるま展示」 ●民家園に寄贈された「だるま」を展示するほか、関連イベントも実施します。 ●詳細はホームページをご確認ください。	場所▶展示館 時間▶9:00~16:30 自由見学
17日(土)	年中行事「正月迎え」 ●各民家に正月様を迎える準備として、正月飾りを展示します。 ●行事の説明・普話	場所▶各民家 時間▶10:00~12:00 自由見学 ※1週同程度展示します。
4日(土)~ 8日(日)	「お正月遊び体験」 ●民家園でお正月遊びを体験しましょう。	場所▶展示館 時間▶9:00~16:30 自由参加
1月 9日(日)	年中行事「小正月」 ●どんど焼き ●行事の説明・普話 ●だんごさし	場所▶各民家 時間▶10:00~12:00 自由参加
29日(日)	年中行事「節分」 ●やっかやし(福の餅を割った豆枝と枝)を各民家の門口に取り付けます。 ●行事の説明・普話 ●豆まき	場所▶各民家 時間▶10:00~12:00 自由参加

※行事内容・日程については、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、年末年始(12/29~1/3)

※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!



入園
無料

体育館2F レストラン松月

えび天やかき揚げなどのトッピングもおすすめてです!

寒い冬に食べたくなる! 温かいそばやうどんはいかがでしょうか?

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

きつねそば ¥700

運営会社:(有)松月堂



福島市民家園内 にぎ和伊カフェ

この冬も営業します! となつて暖まりながら、人気の迎替わり福島羊煮セットなどを是非お楽しみください!



迎替わりの福島羊煮セット ¥1,200

営業時間▶ランチタイム11:00~14:00

●カフェタイム13:00~16:00 (ラストオーダー15:00)

定休日▶火曜日、年末年始(12月29日(土)~1月3日(日))

お問い合わせやご予約は TEL.024-573-0728

最新情報は
インスタから
チェック!



スポーツを楽しんで食事券をGETしよう!

トレーニング室や室内プールを利用してポイントを貯めると、レストラン松月(体育館)または、にぎ和伊カフェむろいし(民家園)で使える**500円食事券**をプレゼントします!



ポイントカードについて

- 対象はトレーニング室(体育館・とうスタ)、室内プールをご利用の方。
- カードは本人のみ利用可。
- 1ヶ月当たり最大10ポイントまで付与(1日1施設1ポイント)。
- 20ポイントごとにレストラン松月(体育館)または、にぎ和伊カフェむろいし(民家園)の500円分食事券と交換。
- 交換した食事券は本人以外でも使用可。

詳しくは各施設の受付窓口にお問い合わせください。

実施期間 ▶ 令和4年10月1日(土)~令和5年3月31日(金)

※室内プールは12月28日(土)で終了

サイクルスポーツ広場 12月~2月の平日休業のお知らせ

12月~2月の平日の営業をお休みさせていただきます。

土日祝日は下記の通り営業しますのでご利用ください。

土日祝日▶10:00~16:30 (券売機販売時間は16:00まで)

年末年始 休館日のお知らせ

令和4年 12月29日(土) ▶ 令和5年 1月3日(日)

上記期間中、有料施設はお休みとなります。公園はご利用いただけます。

室内プール休業のお知らせ

令和5年 1月4日(月) ▶ 3月31日(金) (予定)

プールの過剰更新工事のため、上記期間中お休みさせていただきます。ご利用のお客様にはご不便ご迷惑をおかけしますが、あらかじめご了承ください。