

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



2023

8月・9月 vol. 92

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



公園を利用して
「新しい生活様式」を
実践しよう!

あづま総合運動公園
公式Twitter



@uketukehan

公園情報をタイムリーに
発信中!

第15回公園フォトコンテスト
入選「内緒話し」 瀬谷 謙治さん

夏休みの自由研究に
ご活用ください!



~好評開催中~

公園内にある20種類の樹木について、①~
②③の樹木番号が点するコースを巡りなが
ら、解答用紙に書かれたヒントと目の前に
ある実物の木を見て、樹種名を当てるセル
フガイド式の学習ツールです。
クイズを楽しんだり、散策したりと楽しみ
方は様々です。

全問正解者には認定証と記念品をプ
レゼント! ぜひチャレンジしてください!

開催期間

12月28日(木)まで

受付

体育館受付で解答用紙
をお渡しします

お問い合わせ

施設管理課

楽しさの頂点へ!! 秋のスポーツ クライミング 体験会

参加費
無料!!



東京オリンピックで注目を集めたスポーツクライミングを体験してみ
ませんか? 初心者でも大丈夫!! 家族みんなで楽しめますよ!

日 時 ▶ 9月30日(土) 10:00~15:00 (一人2回まで)
①10:00~11:00 ②11:00~12:00 ③13:00~14:00
④14:00~15:00 ※各回10名程度

場 所 ▶ あづま総合運動公園内クライミング施設(野球場下駐車場内)
※参加者駐車場は野球場下駐車場(クライミング施設脇)をご利用ください。

対 象 ▶ 小学生以上 大人も参加歓迎です
(小学生以下も一度お問合せ下さい)

人 数 ▶ 50名程度

講 師 ▶ 福島県山岳連盟

お申込み ▶ 電話申込(8月16日(金)から事前受付開始)

お問い合わせ ▶ あづま総合運動公園 事業運営課 TEL.024-593-1111



スポーツ教室のご案内

プロ選手とプレーしよう! ナイトサッカー教室

これからサッカーを始めようとする子、上達したい子、福島ユナイテッドの選手とサッカーをしませんか?

日時▶8月23日※9月20日※18:30~20:00

場所▶①とうほう・みんなのスタジアム

②補助陸上競技場

定員▶小学生30名 ※定員を超えた場合は抽選します。

参加費▶500円 ※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。件名に「ナイトサッカー教室申込」と必ず入れてください。

受付開始▶①8月5日②9月2日※詳細はウェブサイトをご覧ください。



メール申込み方法

次の事項を記入の上、メールにてお申込みください。

①件名 ②参加者名(ふりがな) ③性別 ④学校名

⑤学年 ⑥保護者名 ⑦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。
 - 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[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。

第17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。対象公園施設は、あづま総合運動公園(福島市民家園を含む)、福島空港公園、達瀬公園・緑化センターです。また、「ふくしまの公園特別賞」を設けますが、作品の対象となる公園はあづま総合運動公園のウェブサイトで公表します。

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。

賞及び対象となる公園

賞		対象となる公園
最優秀賞	1点	●あづま総合運動公園
優秀賞	2点	●福島市民家園
佳作	10点以内	●達瀬公園・福島県総合緑化センター
佳作	10点以内	●福島空港公園
優秀賞	1点	●福島県内の都市公園
優秀賞	3点以内	詳しくはあづま総合運動公園のウェブサイトをご覧ください。
佳作	5点以内	

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4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(案内チラシ)は各公園事務所に配布しています。

応募締切▶お申込み・お問い合わせ▶

令和6年1月31日※必着 (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



▲第16回公園フォトコンテスト優秀賞
古閑キヨ子さん(福島市)
[フルートの夕べ]

あづまでインスタ コンテスト 2023春夏

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作品を広く募集します! 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。

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)

募集期間

4月17日(月)~9月11日(日)

お申込み・お問い合わせ

(公財)福島県都市公園・緑化協会内
「あづまでインスタ」係 TEL 024-593-1111



みどりの教室

陶芸体験

初心者に向けた陶芸体験教室です。
手びねりの技法で器を作ります。作る楽しみを
味わう手仕事の時間を過ごしませんか。

日時▶9月13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▶15名 ※定員になり次第受付終了

講師▶ふじ工房陶伸業 藤田信朔先生

参加費▶2,000円(材料費含む)

お申込み▶電話受付

受付期間▶8月23日※10:00~9月4日(日)まで

担当▶事業運営課 運営班



歩こう秋のふくしま あづまの郷ウォーク2023

日時▶11月3日(金)文化の日 お申込み▶9月1日(金)から受付開始

恒例のあづまの郷ウォークは、今年度から大会名をリニューアルして開催します。

事前申込先着1,600名(当日申込なし)、3つのコースで開催します。各コースには基本コースの他に健脚コースも用意します。

詳しくは現在制作中の新しいホームページでご覧いただけます(8月1日より公開予定)。皆さまのご参加をお待ちしています!



TEL 960-2158 福島県福島市佐原字神事場1番地
(公財)福島県都市公園・緑化協会内
あづまの郷ウォーク大会実行委員会事務局
TEL 024-593-1111 URL▶https://azuma-walk.jp
公園ホームページでも紹介します。
URL▶https://www.azumapark.or.jp



上記に記載の各種教室や体験会のお申込み・お問い合わせは TEL.024-593-1111 FAX.024-593-1114

○教室によって申込方法がことなることがありますので、よくご確認ください。 ○指定がある場合を除き、参加費は開催日初日にお支払いください。

カルチャー教室 & 健康づくり教室 受講生募集!

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]

8月7日(月) 10:30~受付開始

注意事項

- 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。
- 申込後のキャンセルはお早めにご連絡ください。
- 参加費は、当日にお支払いください。
- 参加費には材料費が含まれております。
- 開講時間の5分前までに教室にお入りください。

オリジナル鉢で楽しむ多肉植物

ミニ素焼き鉢に絵を描いて、多肉植物を植えこみます。一人、2つ作ります。

講師 ●岩崎 千ヨ子先生 (園芸福祉士) 場所 ●会議室
定員 ●12名
日時 ●9月8日(金)10:00~11:30 参加費 ●1,200円

サコッシュを作しましょう

ボタンモチーフのかんたんなアップリケで可愛くて、おしゃれなサコッシュを作ります。ショルダーストラップ付き。

講師 ●村松 慶貴子先生 (あづまスポーツクラブ手芸コース講師) 場所 ●和室研修室
定員 ●10名
日時 ●9月14日(木)10:00~11:30 参加費 ●1,800円

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 ●20名
日時 ●9月15日(金)14:00~15:30 参加費 ●3,000円

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し、どなたでも手軽にできる運動です。各関節の動かせる範囲や姿勢の違い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 ●サブアリーナ
定員 ●20名
日時 ●9月13日(水)10:00~11:30 参加費 ●500円

ピルピスワーク~美しい姿勢でステキに年を重ねていきましょう~ 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。血流アップ、体が楽になります。偏頭痛、肩こり、下腹ぽっこりでお悩みの方、ぜひ、お試しください。

講師 ●三瓶 奈央先生 (ピルピスワーク協会1級トレーナー) 場所 ●和室研修室
定員 ●15名
日時 ●9月15日(金)10:00~11:30 参加費 ●500円

腰痛編~身体を楽に動かして痛みをなくす~

筋肉を鍛えても、姿勢をよくしても、良くならない腰痛は身体の使い方が悪いせいです。身体を楽に動かし腰痛をなくしましょう。

講師 ●三浦 和也先生 (パーソナルトレーナー) 場所 ●和室研修室
定員 ●15名
日時 ●9月20日(水)10:00~11:30 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いいです。

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21日(木)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

あなたのスキルを活かしてみませんか

開催日時 11月8日(水)~11月27日(金)(火曜日及び土日祝日を除く)
応募方法 所定の用紙(ホームページからダウンロード可)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21日(金)まで
お問い合わせ あづま総合運動公園 詳しくは、お問い合わせください。
TEL 024-593-1111 / FAX 024-593-1114
メール midori@azumapark.or.jp

お気に入りの“涼”スポットを見つけよう

緑豊かな園内は木陰が多く、日差しを避けながらお過ごしいただけます。

川のせせらぎや広場を吹き抜ける風...自然の“涼”を感じませんか?

職員オススメスポット!
涼しいだけでなく、林の中の樹木にはカブトムシがいることも!ハチにはご注意ください。



木陰広場・ピクニック広場★

- 芝生が気持ちいい!
- 木陰のベンチやあずまやがあります。



幹線園路★

- ケヤキ並木の緑のトンネルが1km以上続きます。



夏の公園を楽しもう!

暑さ対策と虫対策を!!

公園遊びの必需品!

- ・帽子や日傘
- ・麦茶やスポーツドリンクなどの飲料水
- ・タオル
- ・日焼け止め
- ・虫よけスプレーなど



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。)

※活動参加には電話予約が必要です。

無料体験が
できます!

月曜日

●リラックス・ヨガ…………… 13:30～15:00 月会費:2,000円
ヨガ療法士の講師指導のもと、呼吸に意識を向けて自分自身をいたわる時間を持ちましょう。

水曜日

●パソコンAMコース…………… 10:00～12:00 月会費:3,000円
パソコン初心者を対象としたコースです。

●パソコンPMコース…………… 13:00～15:00 月会費:3,000円
普段パソコンを使っている方におすすめのコースです。

木曜日

●テニス…………… 10:00～12:00 月会費:3,000円
年齢・体力に関係なく楽しみながら体力向上とダイエットができます。

●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。

●ストレッチ&ウォーキング 13:30～15:00 月会費:1,500円(月2回活動)
歩ける体づくりを目標に、ウォーキング前・後の体のケアの仕方を習得しましょう。

●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。

金曜日

●水中運動13時…………… 13:00～15:00 月会費:2,500円
水の浮力で足・腰に負担が少なく、水の抵抗で負荷がかかり効率良く運動できます。

この他にも活動しているコースがあります。NPO法人あづまスポーツクラブホームページが直接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「民家園のついで」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
8月11日(金祝)	年中行事「盆の行事」 ●各民家に盆棚・高灯ろうを展示 ●行事の説明・昔話 ※盆棚については、一週間程度展示します。	場所▶各民家 時間▶10:00～11:30 自由参加
9月10日(日)	体験行事「わら細工」 ●べこぞうりづくり	場所▶展示館 時間▶10:00～12:00 自由参加
9月24日(日)	年中行事「おつきみ」 ●各民家にだんご等の飾り付け ●行事の説明・昔話 など	場所▶各民家 時間▶10:00～11:30 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。



福島市民家園夏の展示「養蚕」

カイコの飼育など養蚕に関する展示をします。

【展示期間】7月30日(金)～8月14日(日) 9:00～16:30

【場 所】展示館及び小野家

【展示期間内の関連イベント】

参加無料

「カイコの飼育体験」……………

●カイコに餌となる桑の葉を与えます。 展示期間中毎日 10:00～15:00

※カイコの状態によって実施できない日があります。

「繭玉工作」……………

●繭を使った工作を楽しみましょう。 8月6日(日)・13日(日) 13:00～15:00

「探検シート」……………

●カイコや繭に関するクイズに答えて、記念品をゲット! 展示期間中の 8月6日(日)・13日(日) 9:30～15:00

※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!

福島市民家園



入園
無料

検 索

体育館2F レストラン松月

暑い夏こそ
カレーを食べよう!

カレーに使われるスパイスには、食欲増進、疲労回復、免疫力アップなどの効果があり、夏バテ解消に最適です!ぜひご賞味ください。



カツカレー ¥750

【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

福島市民家園内 にき伊カフェ むろいし

お得なランチセットのほかに
季節のデザートやドリンクも
充実!

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

お問い合わせやご予約は

TEL.024-573-0728

最新情報は
インスタで
チェック!



8月20日(日)サービスデーのご案内

「県民の日」(8月21日)を記念し、8月20日(日)に下記施設を無料で開放いたします。皆様ぜひご利用ください。

施設名	注意事項	利用時間
庭球場	延長は1時間ごとにあります。	6:00～21:00 (5:45から受付開始)

※悪天候の場合はクローズになることがあります。

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。	①10:00～12:00 ②13:00～15:00 ③15:30～17:30 ④18:00～20:30

イベント等による 制限のお知らせ

※制限の詳しい内容についてはホームページ・園内表示等でお確かめください。また、予定は変更になることがあります。

日 程	大会・行事名	制限内容
8月6日(日)	日米対抗ソフトボール2023	幹線道路がシャトルバスのルートとなります。球場下駐車場はご利用できません。園内サイクルがお休みとなります。
8月26日(日)	あづま峡公園パークマラソン2023	園路の一部がコースとなります。
9月2日(日)～9月3日(日)	JFLリーグ	球場下駐車場はご利用できません。園内サイクルがお休みとなります。
9月5日(日)	第66回福島県中学校体育大会 県北地区予選会(駅伝競走)	園路の一部がコースとなります。園内サイクルがお休みとなります。
9月8日(日)～9月11日(日)	ラジオ福島ティーラース中古車フェア	大駐車場の一部が会場となります。
9月28日(日)～10月10日(日)	全国大陶器市	大駐車場の一部が会場となります。
10月18日(日)	東北希望の樹マラソン福島大会	園路の一部がコースとなります。園内サイクルがお休みとなります。
10月3日(日)～10月4日(日)	第66回福島県中学校体育大会(駅伝競走)	園路の一部がコースとなります。園内サイクルがお休みとなります。