

あづま〜れ



2024

4月・5月 vol.96

We Love 福島。

みどり・健康・コミュニケーション、つなぐ未来へ

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

みどり、健康、
コミュニケーション
つなぐ未来へ

サクラ 光のファンタジー

●ライトアップ期間

日時

3月下旬～
18:00～20:00
(火曜日お休み)

場所 巨石広場



巨石広場の池周辺を、灯ろうなどのおかりで照らします。
※車でお越しの方はサイクル広場駐車場が便利です。
※日程の詳細はホームページでお知らせします。
※スペシャルイベント(かがり火)も開催予定。
※雨天等により中止となる場合があります。

幹線道路のさくら並木

X(旧Twitter) アカウント



@uketukehan

公園情報をタイムリーに発信中!

来てみて乗ってサイクルスポーツ広場

5月5日(日)「こどもの日」はサイクルスポーツ広場に集まれ〜!
爽やかな空の下で自転車を思いっきり楽しもう!

開催日 5月5日(日)・祝

時間 自転車 ▶ 10:00～16:30 (チケット販売16:00まで)
イベント ▶ 10:00～15:00

イベント内容 ●BMX自転車体験コーナー(コース状況により中止)
●ミニ新幹線に乗ろう(無料)

その他 飲食売店もあるよ!

※公園内自転車は貸出中止とします。

詳しくは、あづま総合運動公園公式X、ホームページで発信します。

新しい自転車が仲間入り!



パーティーサイクル



ベリカンサイクル
(乗いずのまま乗車!)



タンデムサイクル



スパイダーサイクル
(3台!)

あづま 香りの バラ園まつり

入園
無料

今年もバラの季節がやって
きます。300種1700株の
香りのバラを存分にお楽し
みください!

日時 6月1日(土)・2日(日)
9:00～16:00

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。)



雨天
催行



AZUMAPARK



開花状況については、
公式Instagram、X等で
ご確認ください



スポーツ 教室のご案内



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、公園内外をゆとりあるペースで歩きます。

日時▶ 4月11日⑤・5月9日⑤ 9:00~11:00 **雨天決行**

集合場所▶ 4月 とうほう・みんなのスタジアム会議室
5月 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▶ 3月13日⑤ 10:00~ 受付開始

※4月~12月の第2木曜日(ただし、8月はお休み)全8回開催

※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。

小学生初心者水泳教室

ファミたん
カード提示
特典あり!

第1期

日時▶ 6月8日⑤・9日⑤・15日⑤・16日⑤・22日⑤・23日⑤
全6回 10:00~11:30

場所▶ 室内プール 定員▶ 30名 参加費▶ 2,000円

講師▶ 東北水泳連盟公認スポーツ指導員 お申込み▶ メールでのみ受付

受付期間▶ 5月17日⑤~5月24日⑤ 正午

決定通知▶ 5月27日⑤までに行います。

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。

- 参加教室名
 - 参加者名(ふりがな)
 - 性別
 - 学校名
 - 学年
 - 保護者名
 - 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[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。

みどりの遊び場

今日作ろう! 今日あげよう!
母の日ギフトを自分で作っちゃおう

プリザーブドフラワーをグルー接着で簡単制作!
心をこめたオリジナルのプレゼントを作っておくりませんか?

日時▶ 5月12日⑤ 10:00~12:00

場所▶ 体育館3階宿泊棟ロビー

対象▶ 4才以上小学生以下(親子での参加歓迎)

定員▶ 20名 参加費▶ 子ども一人 1,000円(材料費含む)

講師▶ 髙沼久則フラワーデザイン教室 髙沼久則先生

お申込み▶ 4月24日⑤ 10:00~5月6日⑤まで

お問合せ▶ あづま総合運動公園 事業運営課

ファミたんカード提示特典 (令和6年4月1日より)

- プロ選手とプレーしよう! ナイトサッカー教室
 - 小学生一輪車教室
 - 小学生初心者水泳教室
 - みどりの遊び場
- 左記のイベント受付時にファミたんカードをご提示いただくと、
サイフルスポーツ広場で使用できる
子ども券1枚をプレゼントいたします。

みどりの学び場

ハーブで作る苔玉講座

ハーブを使って苔玉を作ります。

ハーブの香り、苔の触り心地で身も心も癒されてみませんか?

日時▶ 5月19日⑤ 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▶ 1,700円 定員▶ 20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▶ 4月26日⑤ 10:00~5月12日⑤まで 定員になり次第受付終了

お問合せ▶ あづま総合運動公園 事業運営課

ハンギングバスケット講座

吊るす寄せ植え「ハンギングバスケット」のつくり方を学びます。
花と緑で空間を華やかに彩る寄せ植えを作ってみませんか。

日時▶ 6月5日⑤ 10:00~12:00

場所▶ とうほう・みんなのスタジアム会議室

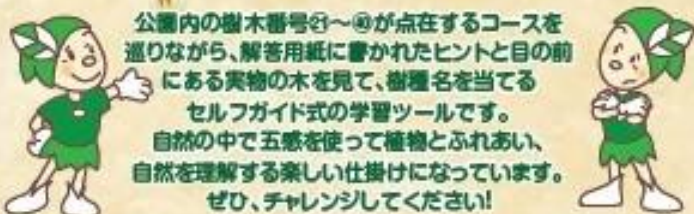
参加費▶ 3,500円 定員▶ 15名

講師▶ 日本ハンギングバスケット協会 佐藤 英子先生

お申込み▶ 5月15日⑤ 10:00~5月27日⑤まで 定員になり次第受付終了

お問合せ▶ あづま総合運動公園 事業運営課

この木
の木の
気になる木
ラリー2
が始まります!



公園内の樹木番号①~⑩が点在するコースを
回りながら、解着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。
自然の中で五感を使って植物とふれあい、
自然を理解する楽しい仕掛けになっています。
ぜひ、チャレンジしてください!

春のスポーツライミング体験会

東京オリンピックで注目を集めたスポーツ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▶ 5月25日⑤ 9:30~15:00

① 9:30~10:30(一人2回まで)

② 10:30~11:30(一人2回まで)

③ 13:00~14:00(一人2回まで)

④ 14:00~15:00(一人2回まで)

※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)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・スポーツライミング連盟

お申込み▶ 電話にて事前申し込み(4月15日⑤から申し込み)

お問合せ▶ あづま総合運動公園 事業運営課

カルチャー教室 & 健康づくり教室 受講生募集!

4月8日(日) 10:30~受付開始

お申込み TEL024-593-6337 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TEL024-593-1111 あづま総合運動公園)

火曜定休

注意事項

- 定員になり次第受付終了となりますので、お早めにお申し込みください。
- 中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ください。
- 参加費には材料費が含まれております。
- 参加費はつり銭のないようご準備ください。
- 開講時間の5分前までに教室にお入りください。

鉢バラを美しく咲かせる5つのルール

鉢バラの手入れの仕方を学んで美しく咲かせましょう。
講師 ● 斎藤 和子先生(ローズガーデン学習指導員)
日時 ● 5月8日(日) 10:00~11:30
場所 ● とうほう・みんなのスタジアム 会議室
定員 ● 20名
参加費 ● 500円

ミニブーケ・プリザーブドフラワー

生花なのに2~3年はもつプリザーブドフラワーでとってもステキなミニブーケを作りましょう。
講師 ● 波田野 悦子先生(花・芸術文化協会認定講師)
日時 ● 5月10日(火) 14:00~15:30
場所 ● 会議室
定員 ● 15名
参加費 ● 3,000円

お守りアロマ香水と宝石石けんづくり

アロマストーンに付けて使う香水と天然石臭の石けんを作ります。
講師 ● 小林 香代子先生(AEA)アロマセラピスト)
日時 ● 5月17日(日) 14:00~15:30
場所 ● 会議室
定員 ● 15名
参加費 ● 1,500円

モロッカンフォトフレーム

ガラスのフォトフレームにモロッカンレースを写し、キラキラストーンを付け、好きな写真を飾りましょう。
講師 ● 東條 真由美先生(モロッカンプレート講師)
日時 ● 5月23日(土) 14:00~15:30
場所 ● 会議室
定員 ● 10名
参加費 ● 1,500円

ポルドラススタイル~流れるような動きのダンスに挑戦しよう!

ダンスやバレエの要素をもとに動きを通じて筋力を徐々に伸ばしながら姿勢をバランスよく適正な状態に整えていきます。
講師 ● 榎原 美保先生(フィットネスインストラクター)
日時 ● 5月9日(土) 14:30~16:00
場所 ● 体育室
定員 ● 15名
参加費 ● 500円

ビルビワーク~美しい姿勢で元気に年を重ねましょう~ 女性限定

姿勢に合わせて背骨を動かし、骨格の歪みを修正します。全身の関節がまんべんなく動き、血がよくなります。腰痛、坐骨神経痛、肩こり、肩痛でお悩みの方、ぜひお試しください。
講師 ● 三瓶 奈央先生(ビルビワーク1級トレーナー)
日時 ● 5月10日(日) 10:00~11:30
場所 ● 和室研修室
定員 ● 15名
参加費 ● 500円

ノルディックウォーキング

生活習慣病の予防・対策に2本のポールで健康な身体作りを! 生涯楽しめるスポーツで健康生活を!
講師 ● 皆川 和夫先生(アドバイスインスストラクター)
日時 ● 5月15日(土) 10:00~11:30
場所 ● 集合場所 体育館1Fロビー
定員 ● 15名
参加費 ● 800円(レンタルポール代含む)

ルーシーダットン(タイ式ヨガ)で健康づくり

緩やかな動きと独特な呼吸法でどなたでも無理なく動けます。更にタオルで動く健康体操で一石二鳥。
講師 ● 本田 照美先生(ルーシーダットンインストラクター)
日時 ● 5月16日(日) 14:00~15:00
場所 ● 和室研修室
定員 ● 15名
参加費 ● 500円

整体ヨガでカラダのゆがみをチェックする

肩こり、腰痛など身体の不調の原因となる身体のゆがみをチェックし、かんたんにできるヨガの実技を行う。
講師 ● 長山 のりこ先生(ヨガインストラクター)
日時 ● 5月23日(土) 10:00~11:30
場所 ● サブアリーナ
定員 ● 20名
参加費 ● 500円

ルーシーダットン(タイ式ヨガ)でリフレッシュ

簡単なポーズで体を整え、深い呼吸でリラックス。自分を労わり健康・元気に過ごしましょう!
講師 ● 松野 裕子先生(ルーシーダットンインストラクター)
日時 ● 5月24日(日) 18:30~20:00
場所 ● 体育室
定員 ● 15名
参加費 ● 500円

カルチャー教室 & 健康づくり教室



あなたのスキルを活かしてみませんか?

- 開催日時 7月8日(日)~7月31日(日)(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。応募用紙をメールまたは直接持参されるか、FAXでも構いません。
- 応募期限 4月19日(土)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

参加するすべてのランナーの満足のため、他にない、ここでしか体験できない大会を目指します!

あづま夕焼けパークマラソン2024 9月7日(土) 16:30スタート とうほう・みんなのスタジアム

夏の終わりの週末、夕暮れ迫る公園内をワクワク走る「あづま夕焼けパークマラソン」を今年も開催します。定員700名程の大会ですが、小さい大会だからこそできる様々なことにチャレンジし、他にない、ここでしか体験できない大会を開催します。募集開始は4月1日(月)より、詳しくは専用ホームページでご案内します。



第17回 公園フォトコンテスト 入賞者決定!

県内外から応募総数259点の作品が寄せられました。2月7日に厳正なる審査を行った結果、最優秀賞には松本 俊一さん(福岡市)の「一人だけの世界」が選ばれました。その他の入賞作品はホームページに順次掲載していきます。また、入賞作品の展示を下記の日程で予定していますので、素晴らしい作品の数々をこの機会にぜひご覧ください。



第17回公園フォトコンテスト 最優秀賞 「一人だけの世界」 松本 俊一さん

展示場所	展示期間
あづま総合体育館内	3月2日(土)~4月1日(日)
逢瀬公園・福島県総合緑化センター	4月8日(日)~5月6日(日)
福島空港公園	5月13日(日)~6月10日(日)
福島県庁2階渡り廊下	6月中旬予定
コラッセふくしま	7月初旬予定

あづまでインスタコンテスト =2024 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! 入賞された方には限定商品の詰め合わせ等をプレゼントします。

詳しくはホームページをご覧ください。

お申込み・お問い合わせ

「あづまでインスタ」係
TEL 024-593-1111



NPO法人あづまスポーツクラブ

令和6年度特選教室のご案内

ノルディックウォーキング教室

2本のポールを持って歩くことで消費エネルギーが大きくダイエット効果が期待でき、肩こり腰痛予防にも効果があります。新緑の中、爽やかな鼻を感じてみましょう!!
日 時 ▶ 6月5日(金)・19日(金) 10:00~12:00

参加費 ▶ 1回800円 ※ポールの無い方は別途300円で貸し出します。

講師 ▶ 皆川 和夫先生(INWA公認アドバンスインストラクター)

ボルドプラススタイル

ダンスやバレエの要素を取り入れた動きで筋肉をゆったり伸ばしながら、姿勢をバランスよく適正な状態に整えていきます。

日 時 ▶ 4月4日(金)・11日(金)・18日(金)・25日(金) 14:30~16:00

参加費 ▶ 2,500円 講師 ▶ 榊原 美保先生(ボルドプラスインストラクター)

年間活動コース ▶ 年間を通しての活動です。無料体験ができます!

水中運動コース ▶ 東北水泳連盟のベテラン講師が効果的な水中での運動を指導します。

フラダンス ▶ 癒しの音楽を聞きながら体も鍛えることができます。

健康体操 ▶ いくつになっても元気でいられる、健やかな体づくりを実践します。

テニス(木) ▶ ゲームをしながらレベルアップを目指します。

ストレッチ・ウォーキング ▶ 正しいウォーキングを行うための体づくりをします。

手芸 ▶ 針と糸、布でお気に入りのパッチワーク作品ができます。

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
7日(金)	「民家園春まつり」 以下をCheck!!	時間 ▶ 10:00~15:00
28日(金)	「糸取り・糊織り」 ●籾から米をとります。 ●糊織り	場所 ▶ 小野家 時間 ▶ 13:00~15:00 自由参加
29日(土)	「山野草めぐり体験」 もりの案内人のガイドを聞きながら、民家園の山野草の魅力を感じてみませんか?	時間 ▶ 14:00~15:00 場所 ▶ 園内 定員 ▶ 30名 参加費 ▶ 300円 ※申し込みは4/4(金)20:00まで受付開始 ※定員になり次第終了
3日(木)	福島市小唄の森共催事業「野鳥を愛しよう」 バードウォッチングのレクチャーや野鳥の缶バッジ作り及び竹のランブシェイド作りを行います。野鳥缶バッジ・竹のランブシェイドに1個100円	時間 ▶ 10:00~14:00 場所 ▶ 園内 自由参加
5日(土)	年中行事「端午の節句」田おこし★ ●雛のぼりや五月人形の飾り付け ●田を耕し、田植えの準備 ●行事の説明、民具の展示(観など)	時間 ▶ 10:00~11:30 場所 ▶ 民家園(端午の節句) ●野鳥観察の田(田おこし) 自由参加 ※小学生以下は保護者同伴
12日(土)	年中行事「田植え」★ ●田の神、水口祭 ●園内田んぼで手植え ●さなぶり ●行事の説明・音頭	時間 ▶ 10:00~11:30 場所 ▶ 菅野家前の田 お弁当 ▶ 野鳥観察会(約34名) 事前申込 ▶ 5/4(金)9:00~ 電話にて受付開始 ※小学生以下は保護者同伴

年中行事及び体験行事(★印のついたイベント) 行事チケット(小学生以下) ※イベントに参加するとチケットを1枚ゲットでき、集めた枚数により年賀状に賞品がもらえます。詳細はホームページをご確認ください。

※行事内容・日程については、変更になる場合があります。

民家園の春まつり 日 時 ▶ 4月7日(日) 10:00~15:00

- 荒井露庵ざらしそばの店
- 香取のおはなし会
- 春の音色「フルーツ演奏会」
- ふくしまの養蚕体験
- つるし雛の展示(6日、7日実施)
- 軍装展示とワークショップ
- キッチンカーによる飲食物の販売

※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SNSでチェック!

福島市民家園

検索



入園無料



サブアリーナ改修工事のお知らせ

令和6年6月1日(土)~令和7年3月31日(日)

耐震工事のため、上記期間中はご利用いただけません。

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。

国指定重要文化財「旧広瀬座」の再生整備事業について

福島市民家園に移築復原された芝居小屋「旧広瀬座」は、毎年歌舞伎などの伝統芸能を開催するなど、地域の皆様の娯楽施設として長年親しまれてきましたが、より地域に開かれた施設として新たな公開・活用を図るため、再生整備事業に着手しています。

工事期間 ▶ 令和5年9月29日~令和8年1月上旬(予定)

①文化財の保護・保存

- ・屋根の全面葺き替え(にけら葺)
- ・床板の補修、畳の張り替え、天井紙貼り
- ・外壁の補修、再塗装、障子の修繕

③防災設備の強化

防火対策の一環で各防災設備の更新を図り、適正な文化財保護に努めます。

②2階観覧席の活用

現在、2階席は耐震性の問題から立入禁止の状況ですが、耐震補強を加えることで2階席を安全にご活用いただけます。(観覧席:約210席▶観覧後:約320席)

④各層設備の新設

市主催だけでなく、様々な文化団体等によるイベント等での活用を図るために、各層設備(音響・照明など)を新設します。

新たな公開・活用を図ります!

今般の再生整備事業は、文化財の価値はそのままに、芝居小屋の空間的魅力を最大限発揮するための新たな公開・活用を図ることを目的としています。

⑤施設のバリアフリー化

旧広瀬座内へのスロープの設置など車いすなどにも配慮した「バリアフリー」のための整備を行います。

⑥「トイレ棟」の新設

現在は民家園正門前のみであるトイレを旧広瀬座敷側に新設し、興行の際の不便さも解消します。



体育館2F レストラン松月

レストランは公園利用者に限らず、どなたでもご利用いただけます。近くへお越しの際はお気軽にお立ち寄りください。

平日限定 松月ランチ ¥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



毎月変わるメニューにワクワク!

福島市民家園内にき和伊カフェ

むろいし



自家製苺ミルク 600円

お得なランチセットのほかに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!

