

指定管理者：(公財)福島県都市公園・緑化協会



@uketukehan

公園情報をタイムリーに
発信中!

azumapark_midori



あづま~れ



せせらぎ・桜の広場

クマ出没の
安全対策に
ついて

現在、県内における相次ぐクマの出没や人身被害の発生を受け、「ツキノワグマ出没警報」が発令されています。当公園では県が公表したクマによる「人身事故を1人でも1件でも減らすためにできること10箇条」を踏まえ、次のとおり利用者の安全確保への取組を実施しています。

皆様には、「10箇条」に十分ご留意のうえ、当公園をご利用いただきますようお願いいたします。

安全確保への取り組み

- 公園荒川沿いでの爆竹及び巡視(1日3回)
- 園内放送(音楽、定時での爆竹音・クマ鈴音)
- クマ鈴の無料貸し出し
- 注意喚起の看板設置

クマによる「人身事故を1人でも1件でも減らすためにできること10箇条」はこちら▶



寒い季節を乗り越えるために 冬も適度な運動を!

健康づくりで
クーポン
GET!

ポイントカード配布期間▶

令和7年11月1日～令和8年2月28日

ポイント付与期間▶

令和7年11月1日～令和8年3月22日

食事券使用期間▶

令和8年3月30日まで

期間中、トレーニング室(陸上競技場、体育館)、室内プールを24回利用(※1)で食事クーポン1枚(※2)又は公園オリジナルグッズ(※3)をプレゼントします。達成できない場合でも10回利用でペットボトル飲料を差し上げます。

ぜひ、冬季間の健康づくりにお役立てください。

※1:期間中、ポイントカードは1人(または1組)につき1枚限定です。

※2:食事クーポンが利用できる店舗とメニューは以下のとおりです。

○あづま総合体育館2階「レストラン松月」

日替わりランチ(コーヒー付き)、カツカレー、ソースかつ丼のいずれか1品。

○福島市民家園「にぎ和伊カフェむろいし」

1,000円の食事券として使用可能

※どちらの店舗でもおつりは出ません。

※3:福島市荒井にあるワークセンター歩さんが製作する「公園オリジナル革製カードケース」を予定。

○はじめて、体育館トレーニング室を利用する方へ▶初回説明会の受講が必要です。初回説明会は、公式HP等にて日程等ご確認のうえ事前にお申込みください。

○はじめて、陸上競技場トレーニング室を利用する方へ▶当トレーニング室はフリーウェイト等の経験者対象のトレーニング室です。また、利用登録が必要です。事前にお問い合わせのうえお越しください。

※室内プールの利用については、初回説明会や利用登録の必要はありません。当日スタッフに利用方法や注意点等お問い合わせください。

体育館
トレーニング室
利用者カードも
お持ちの方へ

～運動習慣をまた始めてみませんか～

利用者カードに有効期限はありません。※年会費不要でかかる費用は施設利用料のみです。

● 忙しくてトレーニングをする余裕がなかった方

● トレーニング室から足が遠のいてしまった方

この機会にまた体を動かしてみたいかでしょうか? 利用に不安や質問のある方、カードが見当たらない方はお気軽にご相談ください。

※カードの発行時期によっては再発行となる場合があります。



教室・体験会のご案内

お申込みは電話受付

TEL.024-593-1111

○教室によって受付期間が異なりますので、よくご確認ください。
○定員になり次第受付を終了します。

● ワンポイント水泳教室

日時▶ 初心者コース
令和7年12月12日(金)・24日(土)、令和8年1月9日(金)・19日(金)
ステップアップコース
令和7年12月8日(金)・19日(金)、令和8年1月14日(土)・23日(金)

場所▶ 体育館室内プール

対象▶ 成人 毎回先着8名程度(最低実施人数4名)

内容▶ 〈初心者コース〉全くの初心者から25mを泳ぐのが難しい方まで
〈ステップアップコース〉幅広く泳力を向上させたい方

参加費▶ 380円 プール利用料のみ

受付方法▶ ・室内プールにて1週間前の同曜日10時から
前日12時まで随時受付
・お一人様月内1回のみ受講
・電話による申込みも可能です。

● みどりの学び場

「ダブルリースで作るお正月飾り」

2つのリースを組み合わせ、プリザーブドフラワーで飾ったリースを作ります。
デザインは自由。あなたのセンスでステキなリースを作ってお正月を迎えましょう。

日時▶ 12月18日(土) 10:00~12:00
場所▶ とうほう・みんなのスタジアム会議室
(陸上競技場会議室)
定員▶ 20名程度
参加費▶ 3,500円(材料費含む)
講師▶ K.hフラワーデザイン 開沼 久則先生
受付期間▶ 11月19日(土)10:00~12月11日(土)まで



お申込みはメール受付

event@azumapark.or.jp

次の事項を記入の上、メールにてお申込みください。

① 参加教室名 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

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。

● 小学生初心者水泳教室 第3期

ファミたん
カード提示で
特典あり!

日時▶ 1月31日(土)・2月1日(日)・2月7日(土)・8日(日)・
14日(土)・15日(日) 全6回
10:00~11:30

場所▶ 体育館室内プール

定員▶ 30名

参加費▶ 3,000円

講師▶ 県北水泳連盟公認スポーツ指導員

受付期間▶ 1月16日(金)~1月23日(金)まで

決定通知▶ 1月26日(日)までに行います。



第19回

ふくしまの 公園フォトコンテスト

作品募集!

まもなく締め切り



県内の都市公園の魅力を捉えたフォトコンテストを開催しています。
皆さまからのたくさんのご応募をお待ちしています。

【第18回ふくしまの公園フォトコンテスト入賞作品ご紹介】

賞の区分・対象となる公園施設

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 (福島市民家園を含む)
優秀賞	2点 賞金2万円	● 達瀬公園・福島県総合緑化センター
入選	10点以内 賞金5千円	● 福島空港公園
佳作	8点以内 賞金3千円	
ふくしまの公園特別賞		
優秀賞	1点 賞金1万円	● 県内にあるすべての都市公園
入選	3点以内 賞金5千円	※ただし上記記載を除く
佳作	5点以内 賞金3千円	



▲最優秀賞
「夢の中の散歩道」 大平 佐平さん



▲優秀賞
「春の日!」 熊田 行雄さん



▲優秀賞
「夜の民家園 旧寛家」 遠藤 康彦さん



▲ふくしまの公園特別賞 優秀賞
「冒険者たち」 門林 泰志郎さん

※被写体に人物が含まれる場合、肖像権の侵害等が生じないように、応募者本人の責任において確認してください。

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。

応募締切▶ 令和8年1月31日(日)必着

その他、コンテストの詳細は、各公園事務所に配置の応募用紙をご覧ください。

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

カルチャー教室 & 健康づくり教室 受講生募集!

お申込みは電話受付

12月5日(金) 10:30～受付開始

NPO法人あづまスポーツクラブ

TEL.024-593-6337

平日17時以降及び土・日・祝日はあづま総合運動公園 TEL.024-593-1111

注意事項

- 定員になり次第受付を終了します。
- より多くの方がご参加いただけるよう、講座をキャンセルする場合は必ずご連絡ください。
- 当日にキャンセルする場合もご連絡ください。
- 参加費はつり銭のないようご準備のうえ、当日にお支払いください。
- 最小催行人数は8名とし、8名未満の場合は開催を中止とします。

プリザーブドフラワーで作るハートバスケットアレンジ

とってもかわいいハートバスケットに、生花でも2～3年きれいに咲くプリザーブドフラワーを使ってステキなアレンジを作りましょう。

講師 ●波田野 悦子先生 (花・芸術文化協会認定校講師) 定員 ●15名
日時 ●1月16日(金) 14:00～15:30 参加費 ●3,000円 (材料費込)

グローブで感染症予防 フルーツポマンダー作り

グローブの殺菌作用などの説明と共に、スパイスと柑橘系の果物を使った香り玉(フルーツポマンダー)を作ります。

講師 ●牛坂 まき子先生 (NARD-JAPAN アロマインストラクター) 定員 ●15名
日時 ●1月22日(金) 10:00～11:30 参加費 ●2,000円 (材料費込)

横長スワッグ作り

パンパスグラス(ススキに似た白い穂の植物)をたっぷり使います。縦にも横にも飾れます。

講師 ●澤口 弘美先生 (植物雑貨クリエイター認定講師) 定員 ●15名
日時 ●1月23日(土) 14:00～15:30 参加費 ●3,000円 (材料費込)

健康いきいき音読講座

口の体操や発声練習、音読をしながら楽しく脳トレ。声を出すことで心も体もリフレッシュしますよ。

講師 ●井畑 美穂子先生 (元ラジオ福島アナウンサー) 定員 ●20名
日時 ●1月26日(土) 14:00～15:30 参加費 ●1,000円 (材料費込)

ルーシーダットン(タイ式ヨガ)

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) 定員 ●15名
日時 ●1月15日(金) 10:00～11:30 参加費 ●500円

～姿勢でわかる健康状態～ 美しい姿勢づくりのためのストレッチ

姿勢が悪いと肩こり、頭痛、腰痛、自律神経の乱れなど不調の原因になります。正しい姿勢を意識することで歪みを整え、気分をアップし若々しさを取り戻しましょう。

講師 ●高橋 泰子先生 (美活健康インストラクター) 定員 ●15名
日時 ●1月19日(土) 10:00～11:30 参加費 ●500円

いきいき健康ヨガ

日常生活に役立つ柔軟性をつけていきましょう。誰でもできるやさしいヨガです。

講師 ●中山 亜希先生 (日本ヨーガ療法学会ヨーガ教師) 定員 ●15名
日時 ●1月21日(土) 14:00～15:30 参加費 ●500円

一生歩ける身体づくり～股関節編～

人生最後まで自分の足で歩けるように、股関節や腰の痛みを運動で予防していきましょう。

講師 ●三浦 和也先生 (パーソナルトレーナー) 定員 ●15名
日時 ●1月26日(土) 10:00～11:30 参加費 ●500円

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 令和8年3月4日(金)～3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、メール、FAXでも構いません。

応募期限 12月19日(金)まで

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

福島市民家園内 にぎ和伊カフェ おいしい

冬のご褒美 パスタランチ

旬の素材を使用しますので
写真はイメージとなります。
内容は日替わりです。

お問い合わせやご予約は
TEL.024-573-0728

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(祝日の場合は変動あり)、
年末年始(12/29～1/3)

なお、冬期間のお休みはお電話又は
インスタグラムにて
確認をお願いします。

最新情報は
インスタでチェック!



体育館2F レストラン松月 冬に食べたいあったかランチ

12月からの月替わりランチは、体が温まるランチをご提供します。
毎月のメニューはインスタまたは公園HPで告知しますのでお楽しみに♪

平日限定 月替わりランチ 850円



お子様連れのパパママ、ご家族の皆様へ

- 公園で遊んだあとはレストラン松月でランチはいかがでしょうか?
- 子ども用のイスもご用意あります
- 離乳食の持ち込みOKです!
- お湯や電子レンジのご利用もお気軽にスタッフまでお声がけください。

[営業時間] 11:00～15:00(ラストオーダー14:30)
[定休日] 火曜日(祝日の場合は変動あり)、年末年始(12/29～1/3)
TEL/FAX.024-593-6373 運営会社:(有)松月堂



インスタで美味しい情報を配信中!



NPO法人あづまスポーツクラブ

開催教室

● バランスコーディネーション教室

誰にでもできる体操で、筋力・骨格・自律神経を整えます。日常を楽にしていける機能改善プログラムです。これから運動を始めた方、不調を感じている方におすすめです。

日 時：第1・3金曜日 10:00～11:30

場 所：体育館1F体育室 参加費：800円/回

講 師：荒川 薫先生



無料体験ができます！

● 健康体操

足・膝・肩などが痛い方、体に負担をかけずに運動したい方、少しずつ筋力をつけたい方に最適です。

日 時：第2・4水曜日 10:00～11:30

月会費：1,500円(月2回活動)

● 手芸

パッチワークのポーチやバッグなどの小品からタペストリーなどの大作まで作ります。自分だけの特別な作品ができますよ。

日 時：木曜日 10:00～12:00

月会費：1,000円(月1回活動)



● 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します。ぜひご覧ください。

日 時：12月5日(金) 15:00～18日(金) 正午まで

場 所：体育館1階ロビー



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)

活動にご参加の場合は必ずご連絡ください。お電話お待ちしております。

ホームページ <https://azuma-sportsclub.com>



冬期営業日・営業時間変更のお知らせ

12月1日(金)～2月27日(金)の冬季期間は以下のとおり変更となります。

● サイクルスポーツ広場

営 業 日：土日祝日(平日は休業)

営 業 時 間：10:00～16:30(チケット販売は16:00まで)

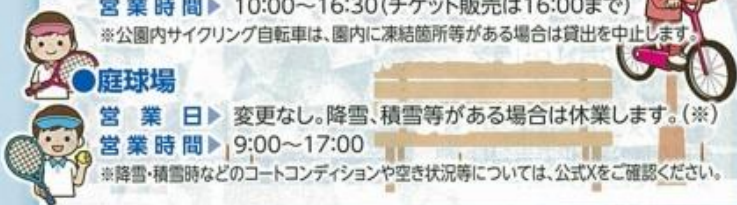
※公園内サイクリング自転車は、園内に凍結箇所等がある場合は貸出を中止します。

● 庭球場

営 業 日：変更なし。降雪、積雪等がある場合は休業します。(※)

営 業 時 間：9:00～17:00

※降雪・積雪時などのコートコンディションや空き状況等については、公式Xをご確認ください。



改修工事に伴う利用規制のお知らせ

○体育館メインアリーナ及びランニングコースは耐震化工事のため閉鎖中です。(令和9年3月31日まで(予定))

○上記工事に伴い、陸上競技場駐車場の一部が使用できません。また、当駐車場から体育館までの園路の一部を通行規制する場合があります。



ご迷惑をおかけしております

福島市民家園催事カレンダー

福島市民家園は、移築復原された古民家に生活用具等の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	時間など
12月14日(日)	年中行事「正月迎え」★ 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 ●正月飾りの飾り付け ●もちつき ●行事の説明・昔話	時間▶10:00～11:30 自由参加
12月27日(金)～1月5日(日)	「民家園でお正月遊びを体験しよう」 ●民家園でお正月遊びを体験しましょう	場所▶展示館 時間▶9:00～16:00 自由参加
1月12日(火・祝)	体験行事「小正月」★ ●どんど焼き ●だんごさし ●行事の説明・昔話	時間▶10:00～11:30 自由参加
年中行事及び体験行事(★印のついたイベント)		※イベントに参加することにカードをゲットでき、集めた枚数により年度末に賞品がもらえます。詳細はホームページをご覧ください。
行事カード(小学生以下)		

※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(祝日の場合は変動あり)、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/>



福島市民家園ボランティアガイド募集!

古民家や文化財が好きで、民家園の良さをPRしていただけるボランティアガイドを募集しています。

これまで培ってきた知識・経験を活かしながら、地域とつながり活動していきたい方、是非お問い合わせ下さい。なお、研修制度がありますので、初めての方でも歓迎です。

▼具体的な活動内容や申込み方法等のお問い合わせ先▼

【福島市民家園】TEL・FAX：024-593-5249

イチョウ並木のライトアップ中止について

10月22日から開催を予定しておりました「イチョウ光のプロムナード2025」は、クマによる人身被害防止のため、中止いたしました。

毎年恒例となっておりますライトアップは、多くの皆様が楽しみにしていただいていたことと存じます。公園管理者としても非常に残念であります。利用者の皆様の安全を第一に、公園の管理運営を行ってまいりますので、ご理解をお願いいたします。

年末年始休館日のお知らせ

令和7年

令和8年

12月29日(月)～1月3日(土)

上記期間、有料公園施設はお休みとなります。

公園及び一部のトイレはご利用いただけます。

公園公式HP



詳しくはホームページと併せてご覧ください。また、ご意見・ご要望等をお寄せください。お待ちしております。

URL▶<https://www.azumapark.or.jp> e-mail▶info@azumapark.or.jp TEL.024-593-1111 FAX.024-593-1114