

あづま〜れ



@uketukehan

公園情報をタイムリーに発信中!



azumapark_midori



ソメイヨシノ

【見頃】4月上旬～

【場所】幹線園路など



八重桜

【見頃】4月中旬～

【場所】補助陸上競技場脇

公園花だより



シャクナゲ

【見頃】4月中旬～

【場所】しゃくなげの丘など



ハナミズキ

【見頃】4月中旬～

【場所】球場下駐車場

あづま夕焼け パークマラソン2026

参加者募集中!!

開催日時▶ 9月5日(土) 17:00 スタート ※雨天決行
 開催場所▶ とうほう・みんなのスタジアム スタート・ゴール
 種目▶ 2.5マイル(4km)、5.0マイル(8km)
 コース▶ 公園内2.5マイル(4.0km)特設コース
 参加申込▶ ランネット(<https://runnet.jp/>)のみ
 受付期間▶ 3月20日(金)～7月5日(日) ※定員になり次第締め切り
 定員▶ 900名
 参加資格▶ 国内居住の満18歳以上(大会当日)で、制限時間内に完走できる見込みのある者
 参加費▶ 3,000円

大会公式HP

詳しい内容やお申し込みはこちらから



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6日(土)、6月7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)

開花状況についてはお問い合わせいただくか、公式Instagram・X等でご確認ください

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** 4月15日(水)10:15~
5月11日(月)15:45~、29日(金)10:15~
ステップアップコース 4月10日(金)10:15~、27日(月)15:45~
5月20日(水)10:15~
- 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)
《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▶ ・室内プール受付で1週間前の同曜日10時から前営業日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。

学生アスリートと共に楽しむスイムセッション

福島大学トライアスロン部の学生アスリートを講師に、初めて開催します。目標に向かって実践や対話を重ねながら水泳を気軽に楽しく学びましょう。初心者も大歓迎です。

- 日時▶ ①4月17日(金) 15:30~17:00
②5月15日(金) 15:30~17:00
- 開催場所▶ 体育館室内プール 対象▶ 一般男女10名以内
参加費▶ 300円(プール使用料は別途)
講師▶ 福島大学トライアスロン部学生アスリート2名
受付方法▶ プール窓口または電話

楽しさの頂点へ!! 春のスポーツクライミング体験会

参加費
無料

高さ12mの壁をのぼる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▶ 5月23日(土) 9:30~15:00
① 9:30~10:30 ② 10:30~11:30
③ 13:00~14:00 ④ 14:00~15:00
- 場所▶ クライミング施設(野球場下駐車場内)
※駐車場は野球場下駐車場をご利用ください。
- 対象▶ 5歳以上 大人も参加歓迎です
人数▶ 各回10名
講師▶ 福島県山岳・スポーツクライミング連盟
受付期間▶ 4月22日(水)10:00~5月18日(日)まで

体験は
1人2回まで



教室・体験会のご案内

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一緒に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9日(土)・5月14日(土) 9:00~11:00 雨天決行
集合場所▶ 大駐車場トイレ前 対象▶ 一般
参加費▶ 各回 500円 講師▶ 福島県ウォーキング協会公認指導員
受付期間▶ 3月11日(水)10:00~
※4月~12月の第2木曜日(ただし、8月はお休み)全8回開催。
※いつからでも参加は可能です。お問合せください。

子どもみどりの遊び場

「ツリークライミングに挑戦しよう」

さあ!木に登ってみよう。専用のロープを使って自分の力で木に登り、樹上の世界を体験してみよう。家族で体験もできます。みんなでトライ!



- 日時▶ 5月16日(土) 10:00~14:30
① 10:00~11:00
② 11:15~12:15
③ 13:30~14:30 ※各回入替制
- 場所▶ 野球場下駐車場前芝生広場 参加費▶ 一人1,500円
対象▶ 小学生以上 定員▶ 各回10名
講師▶ ツリークライミング®クラブどんぐりの芽
受付期間▶ 4月15日(水)~5月11日(日)まで

みどりの学び場

「ハーブアレンジを楽しもう」

自然素材でカゴを作ってハーブを飾ります。ハーブの香りを生活に取り入れてみませんか。

- 日時▶ 5月29日(金) 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
参加費▶ 2,000円(材料費含む)
講師▶ ハーブとスローライフの研究者 瀧田 勉先生
受付期間▶ 4月29日(水)10:00~5月22日(金)まで

次回予告 「押し花体験講座」

押し花についてのお話や押し花を使った作品を作ります。

- 日時▶ 6月18日(土)
申込開始予定▶ 5月20日(水)

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

- 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。

小学生初心者水泳教室

- 第1期
日時▶ 5月30日(土)・31日(日)・6月6日(土)・7日(日)・
13日(土)・14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▶ 5月8日(金)~15日(金)まで
決定通知▶ 5月18日(日)までに行います。



5月5日は サイクル広場にみんな集まれ~

こどもの日を記念して「来てみて乗ってサイクル広場2026」を開催します。先着1,000名のお子さまにファミリーコースで使える「5枚綴り無料クーポン券」を差し上げます。ぜひ、ご家族みんなでご来場ください!

日時▶ 5月5日(日)こどもの日 9:30~16:30 ※イベント開催時間は下記の通り

イベント	内容	時間等
5枚綴り無料クーポン券配布	高校生以下 先着1,000名 クーポン券利用期限6/1~9/29	9:30~配布 なくなり次第終了
ワンズサイクル提供 マウンテンバイクで遊ぼう	小中学生のみ、 一人1回まで(無料)	
信夫の杜鉄道提供 ミニ新幹線に乗ろう	小学生以下 未就学児は保護者同乗(無料)	10:00~12:00 13:00~15:00
みんなでポッチャ体験	こども広場を会場にポッチャ体験(無料)	

※5月5日は園内自転車の貸し出しは行いません。

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

4月6日(日) 10:30~受付開始

NPO法人あづまスポーツクラブ

TEL.024-593-6337 (受付時間 平日16:30まで)

土・日・祝日はあづま総合運動公園 TEL.024-593-1111 (受付時間17:00まで)

注意事項

- 定員に達し次第キャンセル待ちでの受付となります。
- より多くの方がご参加いただけますよう、講座をキャンセル(当日キャンセルも含む)する場合は必ずご連絡ください。
- 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。

アロマで作る自分だけの化粧水

お好きな香りを選んで自分だけの化粧水を作ります。

講師 ● 牛坂 まき子先生 (ナード・ジャパン、アロマインストラクター) 場所 ● 会議室
定員 ● 10名
日時 ● 5月11日(日) 10:00~11:30 参加費 ● 2,000円 (材料費込)

ドレスDECO飾り

木製のドレス型にDECOパージュシ、バラの粘土やリボン、ビーズなどを飾ってオリジナルドレスを作りましょう。

講師 ● 東條 真由美先生 (PaintingアートクラブM) 場所 ● 会議室
定員 ● 15名
日時 ● 5月28日(日) 14:00~15:30 参加費 ● 1,500円 (材料費込)

ワイヤークラフト TeaPot作り体験

ワイヤークラフトで作ったTeaPotの中に季節のお花を飾ってみませんか。

講師 ● 菅野 孝子先生 (ワイヤークラフト講師) 場所 ● 会議室
定員 ● 15名
日時 ● 5月14日(水) 10:00~11:30 参加費 ● 3,000円 (材料費込)

バレトン~痩せやすい身体をつくる~

バレエ、ヨガ、フィットネスを組み合わせた有酸素運動です。音楽に合わせて楽しく体を動かします。

講師 ● 柴田 裕見先生 (バレトンインストラクター) 場所 ● 体育室
定員 ● 20名
日時 ● 5月14日(水) 14:30~16:00 参加費 ● 500円

プリザーブドフラワー ステキな春夏リース作り

プリザーブドフラワーを使って初夏にぴったりステキなリースを作りましょう。

講師 ● 波田野 悦子先生 (花・芸術文化協会認定講師) 場所 ● 会議室
定員 ● 15名
日時 ● 5月22日(日) 14:00~15:30 参加費 ● 3,000円 (材料費込)

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身体づくりと公園内のウォーキングを行います。

講師 ● 金子 道子先生 (骨格コンディショニングパーソナルトレーナー) 場所 ● 和室研修室
定員 ● 15名
日時 ● 5月21日(土) 14:00~15:30 参加費 ● 500円

初夏のアレンジメント

アーティフィシャルフラワー(造花)とアクリルボックスで爽やかさと透明感のある作品を作ります。

講師 ● 松倉 里美先生 (国家検定一級フラワー装飾技能士) 場所 ● 会議室
定員 ● 10名
日時 ● 5月25日(木) 14:00~15:30 参加費 ● 3,000円 (材料費込)

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) 場所 ● 和室研修室
定員 ● 15名
日時 ● 5月27日(土) 14:00~15:30 参加費 ● 500円

バラの主な作業・病害虫の防除について

バラを美しく咲かせ続けるために必要な手入れと、各月の病害虫の管理について説明をします。

講師 ● 齋藤 和子先生 (ローズガーデン学習指導員) 場所 ● とうほう・みんなのスタジアム会議室
定員 ● 15名
日時 ● 5月28日(日) 10:00~11:30 参加費 ● 500円

ポルドブラ~優雅な音楽に合わせて体幹強化~

ゆっくりとした曲に合わせてバレエのように動く体操です。カチコチに固まった首・背中が楽になり、全身スッキリ姿勢に。「いま、私、素敵かも」と思える瞬間を実感できると思います。

講師 ● 三瓶 奈央先生 (ポルドブラ認定インストラクター) 場所 ● 体育室
定員 ● 20名
日時 ● 5月29日(月) 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 7月6日(日)~7月31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 4月17日(金)まで

お問い合わせ あづま総合運動公園 TEL 024-593-1111
詳しくは、お問い合わせください。 FAX 024-593-1114
メール midori@azumapark.or.jp

第19回 ふくしまの公園フォトコンテスト 入賞作品決定のお知らせ

1月31日を締切りに開催したコンテストには、県内外から213点の作品をお寄せいただきました。去る2月12日に福島県写真連盟会長黒岡隆様を審査員長に厳正なる審査を行い、26点の作品が入賞しました。最優秀賞には荻野三子様の作品「さくら広場ですもうとり」が選ばれました。入賞作品展示会を次のとおり開催しますので、ぜひご覧ください。



展示場所	展示期間
あづま総合体育館	3月14日(土)~4月5日(日)
逢瀬公園・福島県総合緑化センター	4月11日(土)~5月10日(日)
福島空港公園	5月16日(土)~6月14日(日)
福島県庁2階渡り廊下	6月下旬頃(未定)
コラッセふくしま	7月5日(日)~7月9日(木)

なお、本コンテストは、今回をもちまして終了することを決定しました。これまでご応募いただいた皆様に心よりお礼を申し上げます。



あづま球場 バックヤードガイド

開催日 7月上旬

次号あづま~れにて開催概要発表!!

普段入ることも見ることもできないエリアに入り、選手や裏方の気分を味わおう!施設紹介の他、東京2020オリンピック開催時の話などもご紹介いたします!



NPO法人あづまスポーツクラブ

開催教室 ◎参加には予約が必要です。

- **セルフメンテナンス教室(一生歩ける身体づくり)**
ケガや年齢による体の不調を自分でケアし、一生自分の足で歩きましょう。
日時: 4月6日(日)、20日(日) 10:00~11:30
場所: 体育館1F体育室 参加費: 1回800円
講師: 三浦 和也先生(NESTA公認パーソナルフィットネストレーナー)
- **ヨガプラクティス**
日々の疲れで固まった体と心をヨガでほぐしましょう。初心者の方、大歓迎です。
日時: 4月~11月 第1・第2・第3 木曜日 18:30~20:00
場所: 体育館1F体育室 参加費: 1回900円
講師: 高田 慎先生(ヨガインストラクター)

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。

木曜日活動

- **テニス(木)** 10:00~12:00 月会費: 3,000円(月4回活動)
月2回コーチの指導があります。ゲームの上達を目指す方に最適です。
- **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。
- **水中(木) 15時** 15:00~17:00 月会費: 2,500円(月4回活動)
県北水泳連盟のベテラン講師の指導で、水中での効果的な運動やスイミングの基礎を習得します。

詳細はお電話で、お気軽にご連絡ください。

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>



体育館2F レストラン松月

平日限定 月替わりランチ 850円

4月のメニューは
ちらし寿司♪

テイクアウトしてお花見のランチにするのもおすすめです!



インスタで
美味しい
情報を配信!



[営業時間] 11:00~15:00(ラストオーダー14:30)

[定休日] 火曜日(祝日の場合は変動有り)、年末年始(12/29~1/3)

TEL/FAX.024-593-6373

運営会社:(有)松月堂

福島市民家園内 にき和伊カフェ むろいし

地元福島市のイチゴをたっぷり使った

「まるごと苺パフェ」

はいかがですか?

なお、5月からはサクランボを使ったデザートを準備中です。乞うご期待!

※価格は仕入れ状況によって変動します。

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)

お問い合わせやご予約は

TEL.024-573-0728

インスタでメニュー
変更や臨時休業を
お知らせしています。▶



◎只今、スタッフ募集中です!詳しくは電話でお問合せ下さい。

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

旧広瀬座口通行再開のお知らせ

福島市民家園の旧広瀬座改修工事に伴い、令和5年秋から利用を休止していた旧広瀬座口は、4月1日から通行を再開します。ぜひ、屋根が葺き替えられた旧広瀬座をお楽しみください。なお、建物内の見学等は今年の秋頃になる予定です。

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	時間など
4月5日(日)	「民家園春まつり」下記をCheck!	時間▶10:00~15:00
4月19日(日)	いとしき織り時間 ~機織り、裂き織り体験、糸取り実演~ ●蒔から糸をとります。 ●絹機織り ●裂き織りの実演及び体験	時間▶13:00~15:00 自由見学
4月29日(日)	「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▶13:30~15:00 【定員】15名(一組3名まで) 【参加費】500円 【申込期間】 4/11(日)~22(日) メールにて受付。 申込み多数の場合は抽選。

※行事内容・日程については、変更になる場合があります。

民家園春まつり

日時: 4月5日(日) 10:00~15:00

- 荒井産寒ざらしそばの店 ● 昔話のおはなし会 ● 春の音色「フルート演奏会」
- ふくしまのシルク体験(織りもの実演等) ● つるし雛の展示(4日、5日実施)
- 革製品販売とワークショップ ● キッチンカーによる飲食物の販売 等

メールでの申し込み▶ 申込先: minkaen@azumapark.or.jp 記載内容: 代表者氏名、電話番号、人数

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/>

開催日	行事名・内容	時間など
3日(日)	年中行事「端午の節句」[田おこし]★ ● 鯉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	時間▶10:00~11:30 自由参加 田おこしに参加される方は軍手をお持ちください。
5日(日)	福島市小鳥の森共催事業「野鳥を楽しもう」 [バードウォッチングのレクチャーや野鳥の缶パッチ作り及び森のランブシェイド作りを行います。野鳥缶パッチ・森のランブシェイド(有料)]	時間▶10:00~14:00 自由参加
5月10日(日)	年中行事「田植え」★ ● 田の神、水口祭 ● 園内田んぼで手植え ● 行事の説明・昔話	時間▶10:00~11:30 自由参加 ※小学生以下は保護者同伴
31日(日)	年中行事「むけの朔日」★ ● 石臼で麦香煎つきり ● 行事の説明・昔話 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、一緒に遊びましょう。 ● 竹のおもちや、笹舟流し など	時間▶10:00~11:30 自由参加 ※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)

行事カード

(小学生以下)

※イベントに参加するとカードを1枚ゲットでき、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確認ください。

入園
無料



園内の様子はSNSでチェック!

福島市民家園

検索

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