vol.42

AOBA NO MORI PARK MAIL

青葉の森公園だより

2016 AUTUMN あき

紅葉した木々、秋晴れの空の下、無理なく気持ちよくカラダを動かそう!

公園で健康体力づくり

日常生活で手軽に取り入れられる健康体力づくり運動をリズムや歌を使って楽しく体を動かして学びます。

開催日時:毎月第2日曜日　10:00～11:00
講師:山地正記(健康運動指導士)
参加費:無料　**集合場所:**公園センター脇、芝生地

※予約不要、雨天中止

森の歌声集会

唱歌、童謡、フォークソング等、一度は耳にした懐かしい歌を青空の下、みんなで歌ってみよう。

開催日時:毎月第4日曜日
13:00～14:30
講師: Nabe Sato
参加費:無料　**集合場所:**公園センター脇、芝生地

※予約不要、雨天中止

公園でニコニコ笑顔づくり

お肌のお手入れといった美容の技術だけではなく、体と心の健康維持について、日常的に行う基礎と各回のテーマから学びます。

開催日時:毎月第4日曜日　15:00～16:00
講師:山地時代美(エステティシャン、スポーツプログラマー)
参加費:200円　※開催日の1ヶ月前から電話受付

ウオーキング教室

『青葉の森ウオーキング教室』ではウオーキングの姿勢等の基礎を学び、『みんなでウオーキング』では公園の外に出て色々な名所を歩きます。

※詳細は裏面をご覧ください。

はじめてのヨガ教室

女性を対象としたヨガ教室。カラダの歪み修正やデトックス効果、リラックス効果が得られます。はじめての方も気軽に参加できる教室です。

開催日時:
月曜日(月3～4回)　11:30～12:30

※詳細は裏面をご覧ください。

森のガーデンコンサート2016 秋

開催日時 **10/15(土)** 10:00～12:00
(雨天延期日:10月22日(土)同時刻)

会場:公園センター　ローズガーデン周辺
出演団体: 琴音(カノン)(琴)
風雅(フォルクローレ)
ヨーデル渡辺(ヨーデル)
安藤多恵(ソプラノ独唱)

鑑賞無料

秋のフェスティバル2016

開催日時 **11/12(土)** 10:00～15:00
(雨天順延:11月13日(日)同時刻)
会場:わんぱく広場、つくしんぼの家周辺
※詳細は決まり次第HPにて公開いたします。

【公共交通機関での主なアクセス】※詳細はHPをご覧ください。

■**緑の相談所、芸術文化ホールへは…**
・JR千葉駅よりバス「星久喜台経由」(2番乗場)に乗車。「ハーモニープラザ」下車徒歩4分。
・京成ちはら線千葉寺駅より徒歩8分

■**県立中央博物館へは…**
・JR千葉駅よりバス「大学病院行」(7番乗場)に乗車。「中央博物館」下車徒歩7分。

■**つくしんぼの家、スポーツプラザへは…**
・JR千葉駅よりバス「星久喜台経由」(2番乗場)に乗車。「公園前」または「青葉の森スポーツプラザ」下車徒歩3分。

【車でのアクセス】

■**京葉道路松ヶ丘I.C.より車で5分**　■**千葉東金有料道路千葉東I.C.より車で10分**
※駐車場【西口、北口、南口の3ヵ所】:普通車583台 中・大型車24台,6:00～22:00(有料)

お問い合わせ　**青葉の森公園管理事務所**　TEL 043-208-1500
〒260-0852 千葉市中央区青葉町977-1　くわしい情報は…http://www.cue-net.or.jp/kouen/aoba/

青葉の森公園　検索

公園で体験してみよう!

10月～12月の講習会　保存版

申込方法:各教室とも開催日の1ヶ月前から電話・窓口にて受付(先着順)

こども工作教室

事前予約制　申込・問合せ　つくしんぼの家　TEL 043-208-1506(9～17時)

※3年生以下はお子様1人につき保護者1人の付添いをお願いします。

ほぼ毎日開催! ミニ工作体験

予約不要 無料

保護者同伴で小学生以下のお子様OK!
10月…ピクニックに行こう
11月…ぐるぐるビョ～ンであそぼう
12月…クリスマスリースを作ろう
※お休みの日もありますので事前にご確認下さい
※当日分の材料がなくなり次第終了

秋をエンジョイ!お知らせボード
10/9(日)　対象 年少～小3
講師:公園スタッフ
小1～小3年13:30～15:00
年少～年長14:00～15:00
20名／250円

毛糸であそぼう ～手作り編み機でマフラーを作ろう～
10/23(日)　対象 年中～小6
講師:千葉女子専門学校りんどう会
13:30～15:30
20名／350円

スイーツデコ ～シュータワーのクリアケース～
11/19(土)　対象 年少～小6
講師:藤井和子(キャンディピンク代表)
① 10:00～11:00　② 11:30～12:30
各20名／1,000円

木の実と毛糸のクリスマスリース
11/27(日)　対象 年少～小3
講師:公園スタッフ
小1～小3年13:30～15:00
年少～年長14:00～15:00
20名／300円

書道教室 ～来年の干支を掛け軸にしよう～
12/11(日)　対象 年長～小6
講師:篠崎和子(書家)
13:30～15:30／20名／350円

お正月飾りを作ろう
12/18(日)　対象 年少～小3
講師:公園スタッフ
小1～小3年13:30～15:00
年少～年長14:00～15:00
20名／350円

フィールド教室

事前予約制　申込・問合せ　公園管理事務所　TEL 043-208-1500(9～17時)

ウオーキング教室
予約不要
講師:(一社)日本ウオーキング協会主席指導員／200円※雨天決行
持ち物:運動できる服装、雨具、レジャーシート(1人用)、飲み物

青葉の森ウオーキング教室 <健康のために>
9:00～12:00　10/6(木) 11/10(木) 12/1(木)
公園センター2階会議室集合

みんなでウオーキング <つづけましょう>
10km以下コース 9:00～12:00　10/13(木) 10/26(水) 11/17(木) 11/30(水) 12/8(木) 12/21(水)
10km以上コース 9:00～14:00　お昼持参　10/20(木) 11/24(木) 12/15(木)
西口Pトイレ横ベンチ前集合

愛犬との暮らし方教室
屋外レッスン
10/16(日) 11/20(日) 12/18(日)
講師:NPO法人PAL(パル)
10:00～11:30／20頭／1頭1,000円
※雨天中止

はじめてのヨガ教室
10/4(火) 10/11(火) 10/31(月) 11/7(月) 11/14(月) 11/21(月) 11/28(月)
講師:佐藤都市江(AFAAインストラクター)
11:30～12:30／20名／1回1,200円
※12月以降も実施(月曜日を予定)

樹木医と歩く秋の公園
11/19(土)
講師:富塚武邦(樹木医)
13:30～15:30／30名／200円※雨天決行

季節を感じる自然観察会
11/30(水)
講師:鈴木弘行(緑の相談員)
10:00～11:30／30名／200円※雨天決行

緑の教室

事前予約制　申込・問合せ　緑の相談所　TEL 043-208-1510(9～17時)

バードウォッチング入門 ～青葉の森の野鳥達(秋編)～
10/8(土)　講師:鈴木弘行(緑の相談員)
9:30～11:30／20名／無料

秋から始めるクレマチス
10/30(日)　講師:金子明人(園芸研究家)
13:30～15:30／40名／無料

ドライリースにして冬もハーブを楽しもう
11/12(土)　講師:南雲今日子(ハーブ&グリーンコーディネーター)
13:30～15:30／20名／1,000円

アーティフィシャルフラワーで作るしめ飾り
11/26(土)　講師:武田美保(フルールドセゾン主宰)
13:30～15:30／20名／1,800円

大苗の植え付け方(植え替え)と寒肥の仕方
12/12(月)　講師:野村和子(NPOバラ文化研究所副理事長)
9:30～11:30／25名／100円

柿栽培のポイント
12/17(土)　講師:三輪正幸(千葉大学環境健康フィールド科学センター助教)
13:30～15:30／40名／無料

緑の相談所のご案内
～花や緑に関する相談にお応えしています～
水・木・土・日曜日
10:00～12:00、13:00～16:00
(受付は30分前まで)

森のギャラリー

会場:公園センター1階
9:00～17:00

出展者募集!
(出展無料 ※詳細はHPを!)

＊最終日は終了時間が早まることがあります。
体験 印は期間中体験教室を開催します。

- ●かぐや姫油彩・水彩画展(かぐや姫)　10/4(火)～10/10(月・祝)
- ●横岡匠　水彩画展Ⅱ(横岡匠)　10/12(水)～10/23(日)
- ●風景写真展「滝・紅葉の景勝地を訪ねて」(村崎義紀)　10/12(水)～10/23(日)
- ●第17回絵手紙展(すみれ会)　10/25(火)～11/6(日) 体験
- ●デイサービスセンター清和園作品展(デイサービスセンター清和園)　10/25(火)～11/6(日)
- ●雨宮富士雄絵画展(雨宮富士雄)　11/8(火)～11/20(日)
- ●記録写真展「富士山麓」(布留川深平)　11/8(火)～11/13(日)
- ●みずゑ会水彩画展(みずゑ会)　11/15(火)～11/20(日)
- ●ススキ人形展(渡辺義雄)　11/22(火)～12/4(日) 体験
- ●皆楽皆喜会作品展(皆楽皆喜会)　11/22(火)～11/27(日)
- ●糸で綴る花模様　ポルトガル刺繍(グループ四つ葉)　11/29(火)～12/4(日)
- ●陶好会展(陶好会)　12/6(火)～12/11(日)
- ●第3回日本の風景(千葉あすなろ会)　12/13(火)～12/18(日)
- ●十四の彩絵画展(十四の彩)　12/13(火)～12/25(日)
- ●第15回柊会植物画展(柊会)　12/20(火)～1/9(月・祝)

ミニ体験教室

まずは体験してみましょう!

事前予約　1ヶ月前から先着順　緑の相談所 TEL 043-208-1510

■絵手紙体験
10/29(土)、10/30(日) 13:00～15:00
無料/各20名

■大人のクリスマスクラフト「妖精のケーキ屋さん」
11/19(土) ①10:00～11:30 ②13:00～14:30
500円/各15名/中学生以上

■2日間で作るススキ人形
12/1(木)、12/2(金)※2日間連続講座
9:00～12:00 800円/10名

■お正月飾り「縁起鳥の金扇子」
12/10(土) ①10:00～11:30 ②13:00～14:30
500円/各15名/中学生以上

講習会参加のためいただいた個人情報は、本業務以外では使用いたしません。また法令等に基づく除外事項を除いては、ご本人の同意を得ることなく第三者に提供することはございません。

発行:青葉の森公園指定管理者　一般財団法人千葉県まちづくり公社　青葉の森公園管理事務所　発行日:平成28年9月1日

本紙記載の内容につきましては、変更になる場合があります。詳細はお問い合わせください。