



CANvas LIFE

交流館だより vol. 91



7月1日、檜葉町の友好都市である長崎県壱岐市とリモートで乾杯するイベント「壱岐焼酎で乾杯inならは」が、交流館の多目的室で開催されました。当日は約80人の町民の皆さんが参加。壱岐焼酎の飲み比べや壱岐市の特産品が当たるじゃんけん大会などで大いに盛り上がりました。

● Pick up

七夕飾りを楽しみました。

● 8・9月のイベント情報

各種教室・イベントが開催予定です。

● CANvasニュース

パーゴラに涼しいミストを設置しました！

● CANvasを描く

第75回目を飾るのは・・・。

みんなの交流館 ならはCANvas

本施設は、檜葉に関わる方々によるお茶飲みワークショップの中で語られた想いをもとに設計されました。真っ白なキャンバスに絵を描く様に、地域や世代を越えて利用する人みんなが主体的に関わり創っていきます。



Pick up



七夕飾りを展示



7/7

7月7日の七夕に合わせて、今年も恒例の七夕飾りを展示しました。色とりどりの短冊には、皆さんの大切な願い事が書かれていました。



ゆるストレッチ教室



7/12

主催：ゆるストレッチ教室

血めぐりやリンパの流れをよくする、ゆるストレッチ教室が行われ、参加者の皆さんは体のコリをほぐしていました。



「木戸の探究」活動



7/17

主催：ふたば未来学園中学校

木戸ダムや木戸川を調べた、ふたば未来学園中学校の「木戸の探究」活動のまとめ展示のため、生徒の皆さんが来館しました。



保護猫活動の写真展を開催



7/20

主催：ララこびハウス

町内で猫の保護活動をしているララこびハウスの、こっぴーさん（中学2年生）が保護猫活動の写真展を企画、開催しました。

第四回

日時：2025年8月16日(土) 15:00～20:30

場所：笑ふるタウンならは（ここなら笑店街駐車場・交流館）
檜葉町の伝統文化を大切に、たくさんの方が集い、一つになるために始まったならは百年祭。今年も地域の方々のご支援・ご協力のもと開催準備を進めています！ぜひ、当日会場でお会いしましょう♪

見どころ① 約40店舗の出店！

見どころ⑤ 檜葉音頭をみんなで！

見どころ② 手づくりこどもみこし！

見どころ⑥ 新伝統・百年踊り！

見どころ③ 伝統のやぐら踊り！

見どころ⑦ 恒例の地固締め！
じがためし

見どころ④ 「ケケノコ族」によるゲストパフォーマンス！



ケケノコ族
80年代に社会現象となったストリートカルチャー「竹の子族」が令和に蘇る！

詳細は、ならは百年祭チラシ・instagramをご覧ください。



ならは百年祭
instagram

主催：ならは百年祭をつくる会

ならは百年祭



2025 8・9月イベント スケジュール

みんなの交流館ならはCANvasで開催されるイベントを
pick upしてご紹介します♪



ゆるストレッチ教室

日時 8/8(金) 13:30~14:30, 9(土) 10:00~11:00, 23(土) 10:00~11:00, 13:30~14:30
 講師 しもだ たかこ 先生 ホームページ shiatsukinome.jp
 内容 呼吸とストレッチを丁寧にしながら体のつまりをスッキリ解消! 関節の動きを良くし、腰痛や五十肩等先々の不調の予防や姿勢のゆがみを整えていきます。体力がない方でも大丈夫!
 参加費 500円
 持ち物 飲み物、ヨガマット(お持ちの方)
 申込 右側LINE二次元コードから希望の時間とお名前とともにお申し込みください。

LINE二次元コード▶



元気アップ教室

日時 8/13・27(水) 13:30~15:00
 講師 Jヴィレッジフィットネスジム トレーナー
 内容 檜葉町民の健康増進を目的とした取り組みである元気アップ教室。ストレッチや運動をはじめ、脳のトレーニング等、自宅でも簡単にできるトレーニングを提供しています。
 申込 開催日当日に会場にお越しください。
 問合せ 檜葉町 保健福祉課 (Tel0240-23-6102)



足と靴のお悩み相談会

日時 8/14・21・28(木) 10:00~17:00
 内容 靴や足のケア・歩き方の矯正等をお伝えしているベネシュ鹿島店足管理療法士による足と靴のお悩み相談会が行われます。
 定員 各日5名まで(要予約)
 問合せ ベネシュいわき鹿島店 足管理療法士 金成 望 Tel080-6058-1546



ヨガ教室

日時 8/20, 9/3(水) 13:15~14:15【2部はまざらっせにて開催】
 講師 坂本 郁花 先生
 持ち物 タオル・運動しやすい服装、飲み物・ヨガマット(お持ちの方)
 申込 檜葉町 保健福祉課 (Tel0240-23-6102) (先着順各25名)



スマホ講座

日時 8/21(木) 13:15~14:30
 講師 福島モバイルアカデミー かなり
 内容 スマホの緊急SOS登録と詐欺に遭わないために重要なことを知って備えましょう! 万が一に備えてかかりつけ医や服用中の薬の状況等を登録しておくことと医療関係者へ伝えることが出来ます。家族への緊急連絡も迅速に行えて安心です。近年急増する詐欺やウイルスにも現状を知り対策をして自分で自分の身を守りましょう!
 参加費 500円(定員5名)
 申込 右側LINE二次元コードからお申し込みください。 LINE二次元コード▶



お花の教室

日時 第4木曜日 18:30~20:00
 講師 福塚 裕美子 先生
 内容 8/28(木): 夏のお花のアレンジメント
 参加費 3,500円(税別)/回
 主催 Fuku Farming Flowers 福塚
 (店舗:0240-25-8709 携帯番号:070-9191-8709)



CANvasニュース

パーゴラに涼しいミストを設置しました！

暑い日が続きますが、皆さんはどのようにして「涼」を取っていますか？
交流館内やここなら笑店街ATMコーナーは「ならば涼み処」として、町でも利用が推奨されていますが、屋外でも皆さんに涼んでもらえるように、先ごろ、交流館西側のパーゴラ（日陰棚）にミストを設置しました！

パーゴラ下の丸テーブルで冷たい飲み物を飲む時、ベンチで休憩する時も、涼しいミストは、屋外での熱中症予防対策に一役買っています。夏休みに入った子どもたちも早速、大はしゃぎで遊んでいました。



CANvasを描く vol.75

すずき さちえ
鈴木 幸枝 さん

いわき市出身。檜葉町在住。学研ならば教室指導者。「今後は中学生も教える予定です。広野、富岡、大熊の子たちの面倒も見たいですね」趣味は料理と絵画。



現在、3歳のお子さんから小学6年生までを対象に学習指導をしています。学習指導と言っても、昔のような、読み書きそろばんだけではなく、読解力や創造力といった非認知能力の向上、その子の才能を引き出せるような指導を行っています。子どもって本当におもしろい。目をキラキラさせて、好奇心の塊ですね。いつもワイワイ言い合いながら、一緒に学んでいるようなものですよ。尊敬する方から贈られた「習うは一生」という言葉が身に沁みますね。私はこれまで自由に生き、いろいろな仕事をしてきましたが、人生の仕上げに、子どものため、未来のために役立てられることをしたいのです。

交流館にはたくさん子どもたちがやって来て、自由に伸び伸びと遊んでいますね。身近にこういう場所があるのはとてもいいこと。いつも二階の和室を使わせてもらっていますが、ここからの眺めも気に入っています。

子どもが小さいうちは、手すりになるような大人が周りにたくさん必要です。手すりは同じ場所にあって、動かない。何か困った時に、ギュッと握ってもらえる存在でいたいです。

お問合せ先

施設のご予約・イベントの詳細については、下記の連絡先までお問合せ下さい。

 **ならばCANvas** みんなの交流館

〒979-0604

福島県双葉郡檜葉町大字北田字中満260番地

電話 0240-25-5670 FAX 0240-23-6772

メール info@naraha-canvas.com

※ お掛け間違いにご注意いただけますようよろしくお願い致します。

開館時間：9:00～21:00

休館日：第2・第4火曜日、年末年始（12月29日～1月3日）

ホームページ

facebook

instagram

