



企画・編集：一般社団法人ならはみらい 2025/11/1発行

みんなの交流館ならはCANvasでの日々をお伝えします。

CANvas LIFE

交流館だより vol. 94



秋雨が続いた10月中旬。束の間の晴天の朝、ホトトギス山を向こうに、町を包むかのような大きくきれいな虹が現れました。虹の七色にかけて、「虹を見た時に七つの願い事をする」とも云われています。皆さまも虹を見たら、ぜひ願い事を！

● Pick up

きになる☆ひょうげんリターンズ2025。

● 11・12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

「みんなのおさがり交流会」が盛況です！

● CANvasを描く

第78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

📷 川内村で撮影した映画を観る



主催：Wasshoi Lab

ハマカルアートプロジェクトの一環として、シネマ健康会が川内村で撮影した映画の上映会と、ワークショップが開かれました。

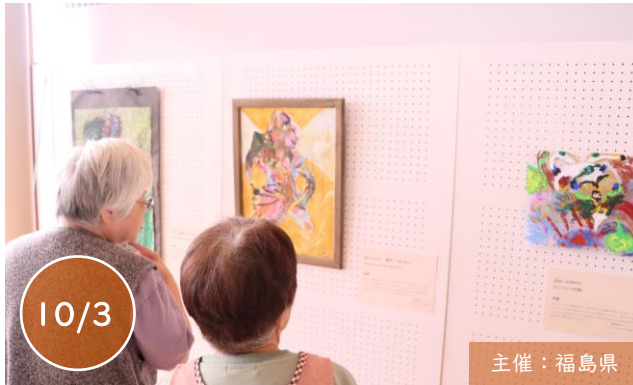
📷 “ガス”で暮らしを便利に



主催：常磐共同ガス

ガスコンロ・乾燥機など、暮らしを便利にするガス機器の展示販売会が行われました。来場者は熱心に説明に耳を傾けていました。

📷 きになる♡ひょうげんリターンズ



主催：福島県

障がいを持つ方の芸術作品を紹介する巡回展が開催され、猪苗代町の「はじまりの美術館」が作品を展示。多くの来場者が訪れました。

📷 花を植え替えました



秋のクリーンアップ作戦後、交流館のプランターの花を植え替えました。今はまだ小さな花ですが、その成長を見守ってください。

ここなら笑店街クリスマスイルミネーション点灯式



ここなら笑店街中央広場のクリスマスイルミネーション点灯式が、今年は11月29日(土)17時から行われます！今回もゲストによる歌やダンスが披露されるほか、サンタとトナカイから、子どもさんへプレゼントが贈られます。温かい食べ物や飲み物の出店も並びます。みなさまのお越しを、ぜひお待ちしております。

※写真は昨年の様子。詳細はチラシやここなら笑店街ホームページ等でお知らせします。
お問い合わせ先：一般社団法人ならはみらい TEL：0240-23-6771



2025 11・12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♪



元気アップ教室

日時 11/12・26(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 11/13・20・27、12/4(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



お花の教室

日時 第2・4木曜日 18:30~20:00

講師 福塚 裕美子 先生

内容 11/27(木):クリスマスリース

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



ヨガ教室

日時 11/19、12/3(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)



ならは農福フェス2025

日時 11/15(土) 9:00~14:00

内容 「ならSUNフェス」と「ならはコミュニティコレクション」がタッグを組んだイベント「ならは農福フェス」が開催されます。毎回恒例の餅まきや飲食ブース、交流館内では作品展示もごさいます。特別ゲストの中丸雄一氏トークショーも! 皆様是非お越しください。

問合せ 0240-23-6771



トークイベント『ならは再発見』

日時 11/22(土) 12:30~(受付12:00~)

内容 この地域の“ひと”が持つ経験や想いに耳を傾けるトークイベントを開催します♪ ゲストは上井出地区で飲食店「陽なたぼっこ」を経営している吉田 泰子さんです!

参加費 500円 *ランチBOX付き

主催 檜葉町活性化協議会

申込 木戸川漁業協同組合 (Tel0240-25-3414) ~11/14(金)まで。定員40名



スマホ三資格無料案内体験会

日時 11/27(木) 13:00~15:00

講師 福島モバイルアカデミー かなり

内容 スマホの診断・修理・コーティングの資格がたった1日で取得可能。今の事業に+α、起業、副業としても今大注目のスマホの資格講座を体験いただけます。

参加費 無料(16歳以上どなたでも)

申込 右側LINE二次元コードからお申込みください。



ゆるストレッチ教室

日時 11/28(金) 11:00~12:00

講師 しもだ たかこ 先生

内容 椅子を使って体操します。固まった筋肉をゆるめてから動かすことで、痛みの予防をしましょう。

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二次元コードからお申し込みください。



CANvasニュース

「みんなのおさがり交流会」が盛況です！

子育てを応援する「みんなのおさがり交流会」が盛況です。9月28日に行われた第3回では、ミニ縁日コーナーも登場。子どもたちは、専用通貨“みらい”を使って、かき氷や型抜きを楽しんでいました。次回は来年2月予定です！



フラを人生の楽しみに

CANvasを描く vol.78

ハウオリ マルヒア
Hau'oli Maluhia 檜葉教室の皆さん

左写真前列中央が主宰の名護由佳理(なごゆかり)さん。ハウオリはハワイ語で「幸せ」マルヒアは「平和、平穏」。元ハワイアンズのダンサーで、震災後の全国キャラバン時のリーダーも務めた。

名 護： 現在、月3回のフラのレッスンを火曜日の夜に行っています。これまでは檜葉の生徒さんのお宅を借りてやっていたのですが、生徒さんが増えて交流館で行うようになりました。近代的で、広くて開放的な空間なので、ふと訪れた方にもフラの雰囲気を感じてもらえるかもしれません。交流館、檜葉町とは繋がりが深いですよ。2018年の交流館のオープニングイベントで躍らせていただいたし、今は市民大学のフラ講座の講師もしています。これもご縁ですね。

生徒さんたちへ伝えたいのは、フラを人生の楽しみの一つにしてみたい事です。笑顔があふれて、教室の名前のように、平穏な幸せが増えるようにしていきたいです。いろいろな経験が人生を豊かにします。子どもに限らず、大人も同じです。

ゆくゆくは、檜葉のイベントで皆で踊りを披露したいです。ワークショップもやってみたいです。

皆さん： アロハ～♪

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。

 **ならは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き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

