



企画・編集：一般社団法人ならはみらい 2026/1/1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. 96



12月14日(日)、毎年恒例の「Jヴィレッジハーフマラソン」が開催されました。交流館や笑店街のある「笑ふるタウンならは」もコースの一部となり、まちににぎわいが広がりました。あいにくの雨天となりましたが、全国各地から参加した老若男女のランナーたちは、沿道から寄せられる温かな声援を力に変え、笑ふるタウンを力強く駆け抜けていきました。

● Pick up

親子サロンで楽しく。

● 1・2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

第4回みんなのおさがり交流会開催します！

● CANvasを描く

第80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



親子サロンで楽しく



12/14

主催：cotohana

子育てサークルcotohana(コトハナ)の親子サロンが開かれ、クリスマス撮影会も行われました。子どもたちは大喜びでした。



クリスマスツリー



今シーズンもクリスマスツリーとサンタ・トナカイのモチーフライトを設置。併せて、クリスマスウィークイベントも開催しました。

笑ふるタウンならは新春イベント2026 1月10日(土)

1月10日(土)の9:00～15:00、ここなら笑店街中央広場と交流館を会場に、今年も新春イベントを開催します！今回は恒例の大抽選会や餅つき体験会、振る舞いに加え、吉本興業所属の芸人さんたちによるお笑いライブもあります。イベント全体の詳細は「広報ならは」1月号同封のチラシをご覧ください。「笑い初めは笑ふるタウンから！」

大抽選会



テナント店舗の豪華賞品、食品詰め合わせ福袋などが当たるハズレ無しの大抽選会。特賞はゲーム機switch2です！

餅つき体験会



毎度おなじみの餅つき体験会を開催。交流館内にて餅の振る舞いも行います！※ついた餅はお持ち帰りいただけません。

振る舞い



お野菜たっぷりヘルシー豚汁から、甘酒、鮎の塩焼き、檜葉町産焼き芋まで、盛りだくさんの振る舞いです！

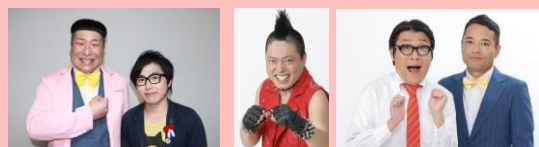
第7回笑ふる杯



毎回白熱した戦いが繰り広げられるゲーム大会。今回は2人1組のタッグ戦も初開催！豪華賞品も魅力です。

笑福 お笑いライブ

今回が初めてのプログラム、お笑いライブ。お馴染みの芸人さんたちが漫才を披露。来場者の皆さままでお笑いを作る場面も！舞台芸術ユニット「旅するたたき場」の賑やかしさもありますよ！



・べんぎんナッツ
・キャプテン★ザコ(きやべつ確認中) (MC)
・てんぐ

上記イベントに関するお問い合わせは、一般社団法人ならはみらいまで TEL：0240-23-6771



2026 1・2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♪



足と靴のお悩み相談会

日時 1/8・15・22・29、2/5(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



元気アップ教室

日時 1/14・28(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 保健福祉課 (Tel0240-23-6102)



旅するたたき場withならは こどものあそびば「くものうえのあそびば」

日時 1月12日(月・祝) 10:00～18:00 入場料:無料(高校生以下) 1000円(一般)
内容 <こどもとおとなの秘密基地>を作ろう!段ボールや布、紐など、身近なものを使って、皆さんだけの秘密基地を作りませんか?いつ来てもいつ帰っても大丈夫な、オープンなイベントです。
お昼を一緒に食べに来て大丈夫!おやつの時間に来て大丈夫!夕方からは、楽器と一緒に作って「くものうえのおまつり」を開催します。1日だけの限定イベントです!
小さな子どもから大人まで、たくさんの方のご来場をお待ちしております!
問合せ Email: tabisurutatakiba@gmail.com (旅するたたき場)



スマホレディ募集!ご案内・相談会

日時 1/20(火) 13:00～15:00
講師 福島モバイルアカデミー かなり
内容 自分の好きな時間でスマホのお仕事ができます。今のお仕事にプラスして働けます!研修があるので未経験でも大丈夫です。
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。



ヨガ教室

日時 1/21(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
内容 ヨガは呼吸、ポーズ、瞑想を組み合わせで行い、普段使っていない筋肉を目覚めさせます。柔軟性や筋力の向上を図ることができ、自律神経が整い、精神を安定させる効果が期待できます。
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)



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 1/22(木):春のアレンジメント
参加費 3,500円(税別)/回
※お得なまとめ買いチケットあり
主催 Fuku Farming Flowers 福塚
店舗: Tel0240-25-8709
携帯: Tel070-9191-8709



ゆるストレッチ教室

日時 1/31(土) 11:00～12:00
内容 椅子を使って体操します。肩こり・腰痛、寒さで固まった筋肉をゆるめて血行をよくしましょう。
参加費 500円
持ち物 飲み物、ヨガマット(貸出用あり)
申込 右側LINE二次元コードからお申し込みください。
主催 仙台市キノメグリ指圧治療室 しもだ たかこ



CANvasニュース

第4回みんなのおさがり交流会開催します！

子育て世帯を応援する「第4回みんなのおさがり交流会」を**2026年2月11日(水・祝)**に開催します。今回も開催にあたり、こども服・絵本のおさがり品を募集いたします！募集品目や注意点等の詳細は交流館HP二次元コードをご確認ください！

おさがり品の回収受付は **2026年1月11日(日)～2月11日(水・祝)10:00まで** となっております。※イベント時間中は回収の受付ができません。ぜひお買い物ついでなどに事前にお持ちください！

く！重要なお知らせ！

今お持ちの専用通貨「みらい」は**2026年3月31日で期限が切れます**。
2月のおさがり交流会が、今お持ちの**通貨が使える最後の機会**です。
通貨を使うコーナーを充実させますので、ぜひ使い切ってください！
※イベント詳細については1月中旬にチラシ・HPにて告知いたします。専用通貨“みらい”

募集についての
二次元コード▼



地域を豊かにする
人材を育てたい

CANvasを描く vol.80

おくやま

明治大学 奥山ゼミの皆さん

左写真前列左から3人目が奥山雅之(まさゆき)先生。取材当日は大学3年生のゼミ生と来町。奥山先生は「毎年学生は変わりますが、檜葉は人気のテーマです」と笑顔で話してくれました

奥山： 私たちは4年前から、檜葉町でのゼミの活動を行っています。

これまでに、木戸川周辺での観光メニューの開発、まざらっせでの移住者の皆さまと地域住民の皆さまの交流会などを実施してきました。今回は交流館で、檜葉の皆さまと一緒に、未来のまちづくりを考えるワークショップを開催しました。ゼミのモットーは「地域の皆さまと一緒に考えて実行する」ことであり、私たちゼミの存在意義は「地域を豊かにする人材が育つライブハウスであり続ける事」だと思っています。

交流館はいつ来ても、子どもたちが思い思いに勉強をしていたり、ゲームで遊んでいたりと、子どもの居場所として地域に根付いている印象です。心が和みます。

今後は12市町村の子どもたちと関わるイベントをやっていききたいです。小さな子どもたちでも大学生との交流で地域の未来を考えるきっかけになってほしいです。それが将来、地域づくりにつながっていけば良いですね。

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

