



Future
From
Fukushima.

ふくしまから
はじめよう。

特集

家族みんなで 元気に 体を動かそう!



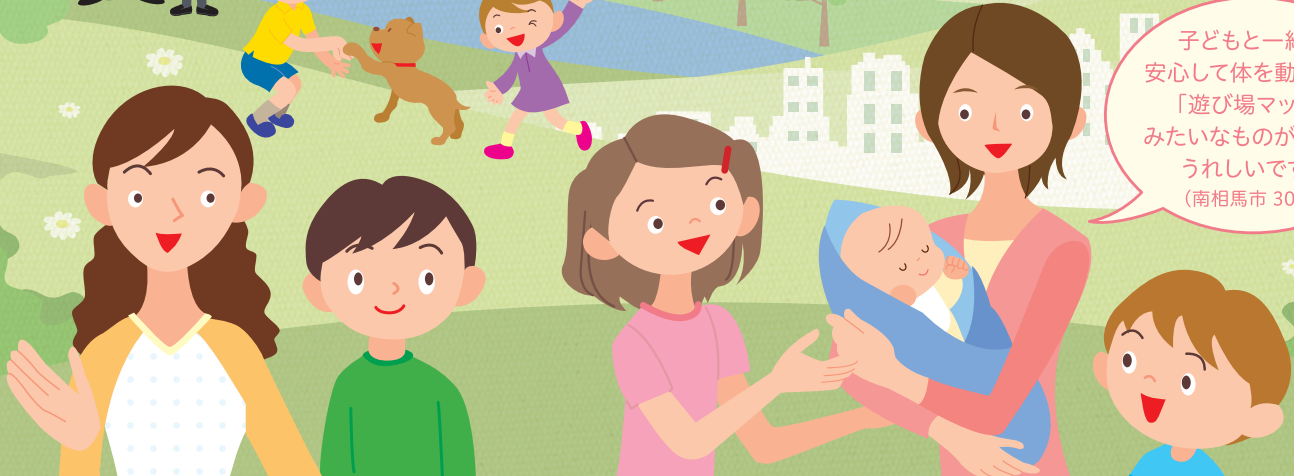
幼い孫がいるので、
子どもの遊び場、
子育てしやすい環境の
整備してほしい。
(福島市 50代)



～福島県 遊び場マップ2016～

県全体で復興を進めていくには、県民の皆さんが笑顔で、元気に、健康でいることが非常に大切です。今回は家族で楽しく体を動かすことができる施設や取り組みをご紹介します。

子どもと一緒に
安心して体を動かせる
「遊び場マップ」
みたいなものがあれば
うれしいです!
(南相馬市 30代)



知事
メッセージ

元気に体を動かして
健康づくり

福島県知事 内堀 雅雄

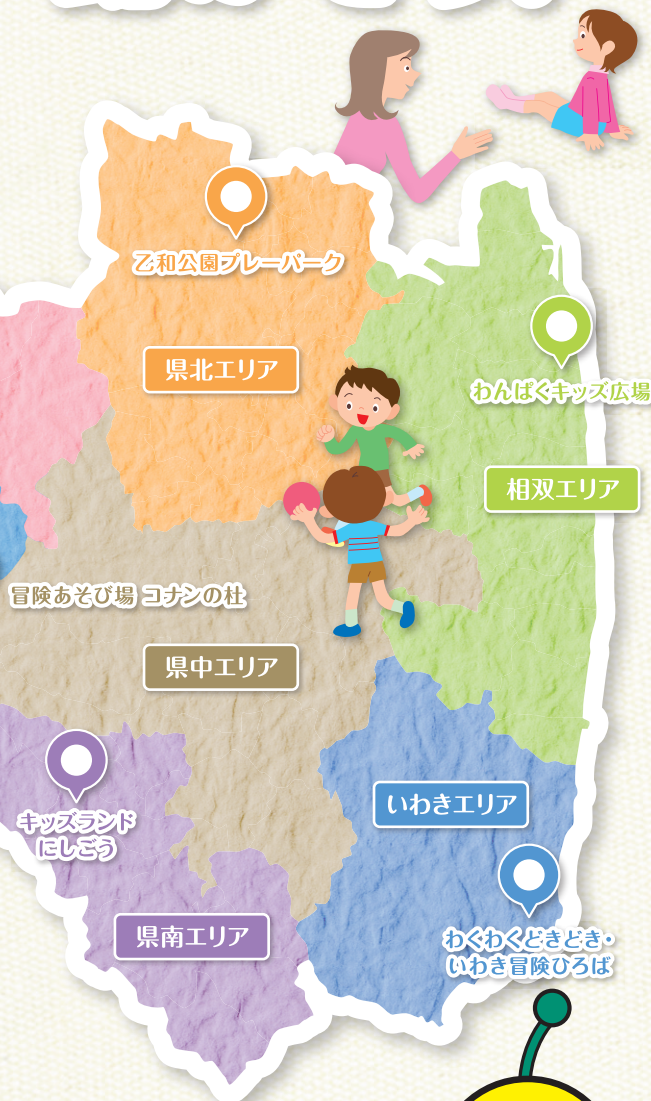
県では、子どもから大人まで、健康に生き生きと暮らせる環境の充実に取り組んでいます。

現在、県内各地には、市町村や地域・企業の取り組みによって、特色ある屋内外の遊び場が提供されており、子どもたちの無邪気な声や元気な姿があふれています。

今年から新たに、県民の皆さんが気軽に無理なく楽しく健康づくりを続けられるよう、「ふくしま健民カード」の取り組みを始めました。皆さんも家族みんなで元気に体を動かして、楽しい健康づくりに挑戦してみましよう!



動かそう!



この春オープン予定!

南相馬市鹿島区鹿島小学校近くに、全天候型遊び場と砂場付き屋内型遊び場が開設されます。屋内型遊び場は、「みんなの遊び場プロジェクト」の支援で、ポケモンのキャラクターと一緒に遊べる仕掛けが用意される予定です。



相双エリア 南相馬市

わんぱくキッズ広場



全面人工芝の全天候型遊び場です。雨でも安心。ザイルクライミング、クリフクライマーなど遊具も充実。高見公園と道の駅がすぐ隣にあります。

南相馬市原町区高見町2-22-1
 南相馬市男女共同子ども課 0244-24-5215
 日の出から日の入まで
 無休
 ホームページ <http://minamisoma.ikuji365.net/>

いわきエリア いわき市

わくわくどきどき・いわき冒険ひろば



いわき公園の自然と豊富な常設遊具を活用して、子どもの自由な遊びをサポート。雨天時には屋根付き広場で昔の遊びの再現体験を開催。

いわき市上高久字大日作地内(県立いわき公園内)
 NPO法人いわきスポーツクラブ 0246-28-1407
 午後1時～午後3時(雨天決行)
 3月末までの毎週土曜(詳しくはHPで確認または問い合わせ)
 ホームページ <http://iwakifureai.org/>

相南エリア 西郷村

キッズランドにしごう



ボールプール、砂場コーナーのほか、絵本コーナーやランニングコーナーなども充実。親子で思い切り体を動かせると人気です。

西郷村大字米字館岡1(旧米地区体育館内)
 キッズランドにしごう 0248-25-1500
 午前10時～午前11時30分、午後1時～午後2時30分、午後3時～午後4時30分
 火曜

安心して遊べる場を提供したい

親子の健康は「歩く」ことから



ママcom代表
 わたなべ あけみ
 渡辺 明美さん
 (福島市)

「遊ぶ時間がないな」と思ったら、お子さんと近所のお店まで「歩いてお買い物」。外を歩くと、目に入るものの興味から自然と会話が弾みます。お子さんにあえて荷物を持ってもらうと、体力と「つらいことへの耐性」がきますよ。ご自身の健康増進にもなりますね(笑)。

仕事と子育ての両立に忙しい方は、私たち子育て支援団体が企画するイベントも利用してください。事前準備の必要なく遊べますよ。



11月に果樹園で「リンゴ狩り」を開催

2月はバレンタインデーに使えるクッキング教室を開講します。

ホームページ <http://mama-f.com/>



家族みんなで 元気に体を

県内各方部の中から、子どもと一緒に楽しく体を動かすことができる遊び場をピックアップしてご紹介します。



県北エリア 福島市



乙和公園プレーパーク

子どもが『自由に』『責任をもって』遊ぶことをモットーとしている屋外遊び場です。夏休みにハダカ広庭広瀬公園でもイベントを開催します。

福島市飯坂町字銀杏(乙和公園内)
 問 NPO法人いざかサポーターズクラブ 024-529-6125
 時 午前10時～午後4時(平日は午後3時～午後4時)
 営 火曜・水曜・土曜・日曜(HPで要確認)
 ホームページ <http://iizakasupporters.com/>

県中エリア 郡山市



冒険あそび場 コナンの杜

湖南町は市街地では体験できない“大自然”を体全体で感じることができます。冬はたくさんの雪で作る大きなすべり台も!

郡山市湖南町福良字上川原8386-7(自然体験保育園ココカラ内)
 問 NPO法人移動保育プロジェクト 024-925-0245
 時 午前9時～午後4時
 営 土曜・3月31日までの平日(保育園や幼稚園の遠足に合わせて開園・事前申込制)
 ホームページ <http://idouhoiku.com/>

会津エリア 会津若松市



冒険ひろばあいづ

田んぼを探検しながら魚捕り、畑でできた野菜をたき火で焼いて食べて、カナヅチやノコギリを使って工作、雪の季節にはソリ遊びや雪合戦!

会津若松市高野町大字上高野字村内127(ネイチャーキッズランド敷地内)
 問 学校法人白梅 ネイチャーキッズランド 0242-23-7511
 時 午前9時～午後4時
 営 土曜・日曜(1～3月変更あり、HPで要確認)
 ホームページ <http://www.siraume.iruka.us/kidsland.html>

南会津エリア 南会津町



びわのかげ子育て支援センター

毎月のお誕生日会をはじめ、季節にちなんだイベントを随時開催しています。歩けるようになったお子さんと体を動かす「親子体操教室」は申し込みが必要です。

南会津町永田字枇杷影1-1
 問 びわのかげ子育て支援センター 0241-62-9702
 時 午前9時～正午、午後1時～午後3時
 休 土曜・日曜・祝休日
 ホームページ http://blog.livedoor.jp/minamiaizu_kosodate/

●屋内遊び場の詳細はこちら
福島県屋内遊び場一覧 雨でも安心して運動したい!

※一部を除き、保護者の付き添いが必要です。
 ※お盆や年末年始のお休みについては、各施設へお問い合わせください。

●「冒険ひろば」屋外遊び場の詳細はこちら
福島県子どもの冒険ひろば 外で思いきり遊びたい!

※冒険ひろばは常設の遊び場ではありません。
 ※遊び場の開設日等をご確認の上、お出かけください。

健康づくりをはじめませんか **第1弾 スタート!**

ふくしま健民カード

提供期間 **3月20日(日)まで** 平成28年度からエリアを広げて本格運用予定

対象 **二本松市、西会津町、新地町に在住の18歳以上(高校生を除く)の方**

ふくしま健民カードとは

対象市町村の健康づくりメニューに参加するともらえるカード。県内の協力店で、お得な特典が受けられます。

- 健康づくり**
対象市町村が定めた健康増進関連イベントや社会活動へ参加しましょう。
- カードの発行**
健康づくりメニューに参加し、台紙に記入。対象市町村が定めた基準達成後、対象市町村窓口に証明を持参・申請すると、カードがもらえます。
- カードを提示して特典利用**
このステッカーやポスターのお店で特典をゲット!

県庁健康増進課 TEL:024-521-7640 詳しくはホームページをチェック!