

ひと・まち・みどり

# まちかしん

一般財団法人 姫路市まちづくり振興機構 広報誌

Autumn  
Vol.14

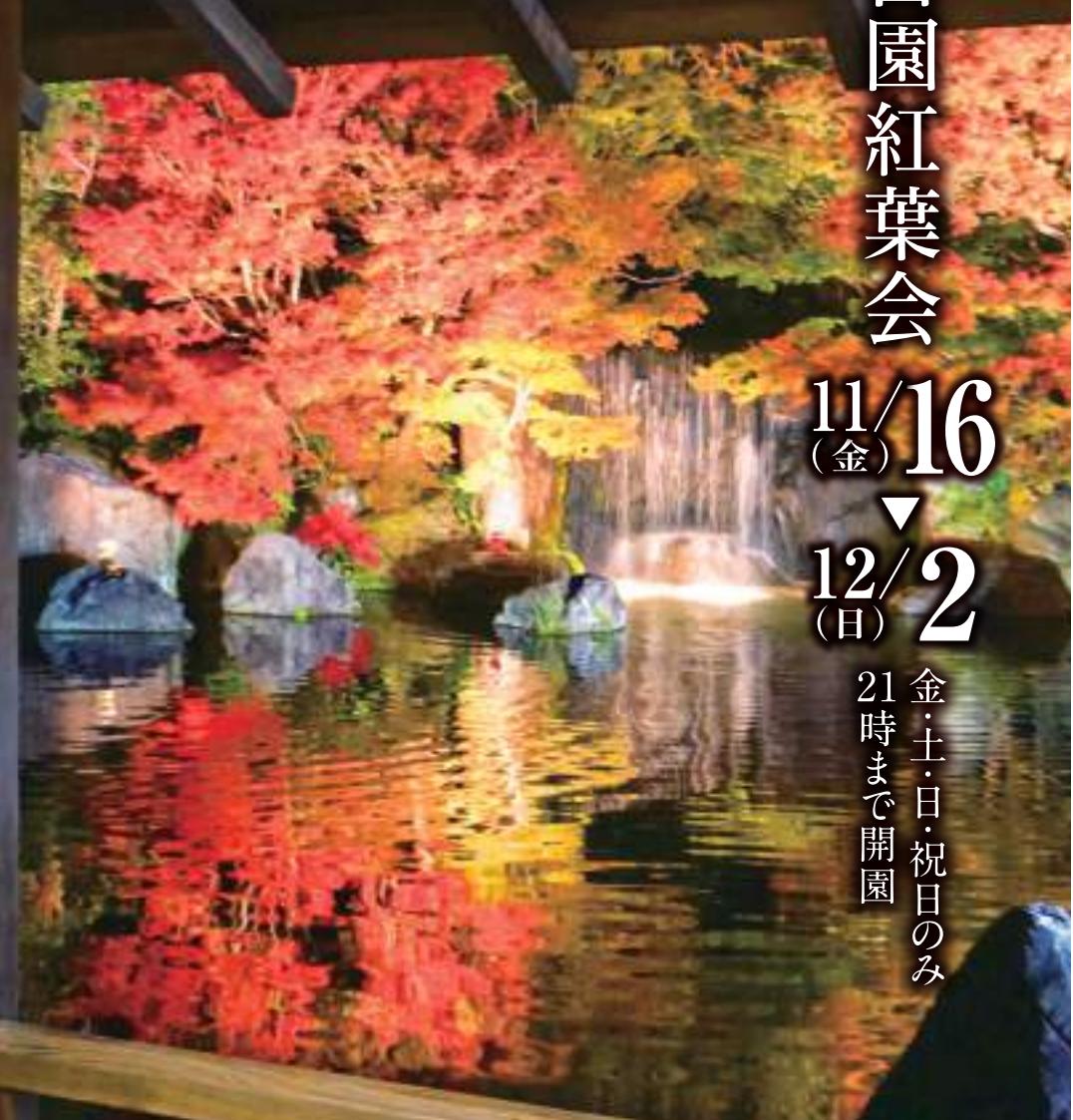
2018.10~12月 秋号

## 好古園紅葉会

11/16  
(金)

▼  
12/2  
(日)

金・土・日・祝日のみ  
21時まで開園



特集

見つけた!! 輝く姫路びと 第7回  
女子バスケットボールチーム「アストライア」  
代表・選手 泉川 彩華さん

# 見つけた!! 輝く姫路びと

## 女子バスケットボールチーム『アストライア』 代表・選手 泉川 彩華さん



姫路市まちづくり振興機構では、ひとまちみどりが調和した未来の姫路を目指して、姫路のまちで活躍している人々を応援しています。

### 「見つけた! 姫路びと 第7回」

播磨を拠点に活躍する、女子バスケットボールチーム『アストライア』の代表で、選手でもある泉川彩華さんにバスケットボールをはじめたきっかけやチームのことをお聞きしました。

#### バスケットボールを始めたきっかけは負けず嫌いな性格のせいかも(笑)

中学一年生の時、「(あんな弱い)バスケットボール部より(強い)うちのテニス部やる?」という先輩の一言でバスケットボールに入部した。バスケットボールをするに悩んだ末、プレイヤーとして、バスケに専念する道を選んだ。

#### 何事もチャレンジ! バスケットボールを求めてチームを立ち上げた。

前に所属していた実業団チーム時代は充実していたものの、思いもよらない状況に陥ってしまい、試合への出場機会を失つ

は小柄な体格だが、頑固で一途な性格で、中学・高校とバスケットボール部に所属した。大学進学を機に、バスケは辞めてこれまで無縁だった「女の子」を謳歌するつもりが、たまたま目にした大学の部活の練習風景に衝撃を受けた。

「私が今までやつてきたバスケットボールってなんなん??」

ハイレベルなプレーを見てワクワクし、すぐ部室に飛び込んだ。自分より強い相手とプレーすることが楽しかった。

大学卒業後は、念願だった教師となり、部活の顧問としてバスケットボールに携わった。生徒を指導することは、非常にやりがいのあることだった。しかし、プレイヤーとしてもまだまだ上達したいという思いとバランスをとることが難しかった。

悩んだ末、プレイヤーとして、バスケに専念する道を選んだ。

てしまった。「バスケットボールができないという状況は正直キツかった。」

退団したのは、教師を辞めてバスケットボールと正面から向き合ったからこそ、決断だった。でも止まつてはいられない。覚悟を決めて自ら選んできた道だからこそ、

思い切ってチームを立ち上げた。チーム名は「アストライア」、ギリシャ神話に登場する翼の生えた正義の女神だ。だが、資金もチーム運営のノウハウもない、選手はわずか5名からのスタートだった。

そしてウインク体育館では「中学生バスケットボール教室」(当機構主催、姫路市バスケットボール協会協力)を今年5月から指導し、チーム活動の幅を広げている。

「教室に通ってくれる中学生はみんな面白目。バスケが大好きって子ばかりで嬉しい。」

教室は好評で、主に個人技を指導している。何より基本が大事だと痛感する。現役プレイヤーだからこそ伝えられることがある。教師としての経験も活かしている。



#### 「姫路はアカン」を何とかしたい!

練習場所の確保のため、チーム設立当初から始めた福崎町の子どもたち対象のバスケットボール教室は今でも続いている。

チームを強くするためには、選手の育成とスポーツ環境整備の両輪が必要。今指導している学生が、いつかチームのメンバーになるかもしれない。引率の保護者の方が、いつかチームのサポートになるかもしれない。そんな未来を自らの力で引き寄せる。

一方、姫路のバスケの現状に関しても想いは強い。より良い環境を求めて、人材が市外へ流出してしまい、競技力が上ががらないという閉塞感がある。その通説を覆したい。



「アストライア」はギリシャ神話に登場する正義の女神

**ASTLAEA**

ボールのためにやるいじに邁進している。

## バスケットボールが日常の中にあふり いつも

チームの代表として選手たちがバスケットボールに集中できる環境を整えるためにスponサー探しに奮闘する。

プレイングマネージャーとして、「チームが勝つ」戦略を練る。自身が試合で活躍することとより如何にゲームを有利に展開するかが優先される。プレーヤーとしての自分を客観視しながら、チームの運営者として、しっかりとチームの将来も見据えている。選手としてキャリアを重ねていかながら、指導者として後進の育成にも力を注いでいくことで、バスケットボールと共に成長しつづけていきたいという思いに迷いはない。

様々な逆境を越えてきた今だから、心の底から思うことがある。「ここまで来ること」ができたのは、周囲の支援や仲間の存在のおかげ。昨今の災害や様々な不可抗力で、スポーツができる苦しいでいる人たちがたくさんいる。バスケットボールができる環境は当たり前じゃない。

## まだまだ課題は山積み、でも向かう先 は変わらない

2年目になるチーム「アストライア」は、他チームと合併し、新たな仲間が増えた。現在オープンリーグに所属し、「一つ上の地域リーグ昇格が今年の目標だ。選手の

スキルアップとチームワークの強化がますます必要になる。

チーム設立当初から付いてくれた仲間の人である上山選手に今年からキャプテンを任せ、新体制でチーム力の強化を図る。

目標は最高峰リーグであるWJBLへの昇格だ。まだまだ越えるべき壁が目前にたくさん立ちはだかるが、着実に前へと進む。そしてチームが頑張ることで姫路のバスケットボールを少しでも盛り上げたい。

今回のインタビューを通して、代表泉川さんのバスケットボールへの熱い思い、そして姫路のバスケットボールを強くしたいといふ意気込みを感じました。今後の活躍を応援しています。

ガンバレ、チーム『アストライア』

チームHP <http://www.astlaea.com/>

### 女子バスケットボールチーム『アストライア』



代表 兼 選手 泉川 彩華 (27)  
(いずかわ あやか)  
◆今ハマっていること／いい体づくり  
◆ニックネーム／シン  
(意味は「進」常に精進する姿勢を持ち、目標に向かって尽心する選手になるように)  
◆バスケットボールが上手くなるコツ  
「好きこそもの上手なれ」

### 新キャプテン 上山 美優 (25)

(うえやま みゆ)  
◆バスケットボールが上手くなるコツ  
「挑戦する気持ち」  
◆新キャプテンとしての意気込み  
「成果をあげてチームの知名度をあげる!」



## 姫路市立手柄山温室植物園 園長のつぶやき

(*Melaleuca uncinata*)が生育する付近に咲つかないとかの話者に関係する何かがあると考えられています。形態もすこぶる奇妙で、葉緑素を欠き、リゾーム(菌と共生した植物体)から直接、薄紫色がかかった苞をもち、小さな花の集合体を付けるなど、一般的なラン科の形態と大きく異なります。しかし個々の花は立派にラン特有の花粉塊、ずい柱を形成しています。生育地は限られた2地域のみです。生物学の常識を超えた植物で、受粉は白アリやアリ、小形のハチなどが考えられますが未だ分らず、種子散布も不明で、小型有袋類が果実を食べてしまふ様子しか分かつてしない、摩訶不思議な植物なのです。



### 第7回 ランの不思議

ラン科は世界中の維管束植物25万種の内、実に1割に当たる25,000種ほどある、と第4回に書きました。本稿は第7回とひと足遡るランを紹介します。その名はリザンセントニア ガーデナリ (*Rhizanthella gardneri*) といふ、オーストロコット西部ベース市周辺で1928年に発見され、世界中の生物学者を驚かせました。一生を地下で過ごす植物で、高等植物では考えられない生態をしていました。ラン科植物は木や岩に着生したり、菌類と共に葉緑素を放棄したりと不可思議な植物の代表ですが、リザンセントニアが見つかってから、さすに不可解な植物となりました。疎林下でフトモモ科のメレルウカ ウンシナタ

(園長 松本 修一)

地中の姿



↑過去の「園長のつぶやき」をご覧になれます  
<http://himeji-machishin.jp/ryokka/greenhouse/siri-zu.html>



**オープン情報**

JR東姫路駅前「ペクテリス東姫路」  
12月にオープン!

内容／姫路市まちづくり振興機構ではJR東姫路駅前の所有地において、まちづくりの推進等を目的に、高齢者向け住宅などを建設しています。このたび建物の名称を「ペクテリス東姫路」に決定いたしました。「ペクテリス東姫路」は今年11月末の完成を予定しており、次の施設が入居します。

申込み／現在入居者を募集中です。  
入居に関するお問い合わせ先は、  
「シングルホーム東姫路」開設準備室  
問合せ／**079(226)2177**  
参加費／**50名(先着順)**

内容／ハーブの知識や利用法など、ハーブと申込み／現在入居者を募集中です。

**募集情報**

ペクテリス東姫路(完成予定図)

**第1回ひめじ花と緑のガーデンフェア**

開催日：平成30年11月17日(土)・18日(日)

時 間：午前10時～午後4時

場 所：大手前公園



毎年、秋に開催されていた「ひめじ植木いち」をリニューアルし、11月17日(土)、18日(日)の2日間、「第1回ひめじ花と緑のガーデンフェア」を大手前公園にて開催いたします。

ステージパフォーマンス、植物の販売、飲食物の販売、緑化のプロによる講習会、2日間を通して、多くのイベントがあります。もちろん、恒例のお楽しみ抽選会、園芸相談コーナーもご用意しておりますので、皆様お誘い合わせの上、ご来場ください。

●お問い合わせ先／緑化推進部 ☎079(291)1914

申込み／姫路市本町68番地	講師／福岡譲先生(株)香寺ハーブガーデン代表
申込期限／10月6日(土)までに電話申込み	問合せ／ <b>079(289)4120</b>
日時／平成30年11月25日(日)	午前10時～正午
場所／手柄山交流ステーション3階研修室	午前9時半～11時半
定員／50名(先着順)	午前9時半～11時半
参加費／無料	②平成30年11月11日(日)

申込み／姫路市西御屋敷跡庭園	好古園
申込期限／10月30日(火)必着	内容／好古園内の樹木を使って、自らの家庭で実践できる庭木の手入れ方法を体験できます。
日時／①平成30年11月10日(土)	申込み／往復はがきに、住所・氏名・年齢・電話番号・希望日を記入の上郵送。往復ハガキ1枚につき1名の申込み。
日時／②平成30年11月11日(日)	対象／好古園の四季の風景を写した作品を募集します。1人3点まで。
場所／手柄山交流ステーション3階研修室	申込み／作品に応募票を添えて、好古園へ直接持参、または郵送。
定員／50名(先着順)	対象／平成30年1月1日以降に撮影した自作未発表の作品が対象。
参加費／3,000円	申込期限／12月21日(金)必着
内容／お正月にふさわしい、色とりどりの植物を組み合わせた、美しい寄せ植えを作ります。寄せ植えの植物の育て方などを詳しく解説します。	発表／姫路市長賞(賞金5万円)ほか各賞あり。平成31年1月中旬に応募者に結果を通知。入選作品は平成31年1月25日(金)～2月12日(火)まで好古園内で展示します。
申込期限／12月24日(土)までに電話申込み	申込み／好古園の四季の風景を写した作品を募集します。1人3点まで。
日時／平成30年12月16日(日)	対象／平成30年1月1日以降に撮影した自作未発表の作品が対象。
場所／手柄山交流ステーション3階研修室	申込期限／12月21日(金)必着
定員／50名(先着順)	発表／姫路市長賞(賞金5万円)ほか各賞あり。平成31年1月中旬に応募者に結果を通知。入選作品は平成31年1月25日(金)～2月12日(火)まで好古園内で展示します。
参加費／3,000円	申込み／作品に応募票を添えて、好古園へ直接持参、または郵送。
内容／お正月にふさわしい豪華なフラワーアレンジ作品を作ります。	対象／好古園の四季の風景を写した作品を募集します。1人3点まで。
講師／土居万希子先生(フラワーデザイナー)	申込み／作品に応募票を添えて、好古園へ直接持参、または郵送。
申込期限／12月16日(日)までに電話申込み	対象／好古園の四季の風景を写した作品を募集します。1人3点まで。

**好古園 俳句募集**

内容／好古園で詠まれた俳句を募集します。規定の投句用紙にて1人2句まで。

対象／自作未発表の作品に限る。

申込み／規定の投句用紙を好古園へ直接持参、または郵送。

申込み／姫路市手柄山中央公園緑の相談所	好古園
問合せ／ <b>079(298)5571</b>	申込み／姫路市本町68番地
参加費／無料	講師／福岡譲先生(株)香寺ハーブガーデン代表
内容／ハーブの知識や利用法など、ハーブと申込み／現在入居者を募集中です。	申込期限／10月6日(土)までに電話申込み

申込み／姫路市手柄山中央公園緑の相談所	好古園
問合せ／ <b>079(298)5571</b>	申込み／姫路市本町68番地
参加費／無料	講師／福岡譲先生(株)香寺ハーブガーデン代表
内容／ハーブの知識や利用法など、ハーブと申込み／現在入居者を募集中です。	申込期限／10月6日(土)までに電話申込み

申込み／姫路市手柄山中央公園緑の相談所	好古園
問合せ／ <b>079(298)5571</b>	申込み／姫路市本町68番地
参加費／無料	講師／福岡譲先生(株)香寺ハーブガーデン代表
内容／ハーブの知識や利用法など、ハーブと申込み／現在入居者を募集中です。	申込期限／10月6日(土)までに電話申込み

申込み／姫路市手柄山中央公園緑の相談所	好古園
問合せ／ <b>079(298)5571</b>	申込み／姫路市本町68番地
参加費／無料	講師／福岡譲先生(株)香寺ハーブガーデン代表
内容／ハーブの知識や利用法など、ハーブと申込み／現在入居者を募集中です。	申込期限／10月6日(土)までに電話申込み



## イベント情報

## ■緑化推進部

第24回ひめじ花と緑のまちづくりポスター展  
(同時開催)

日時／平成30年10月17日(水)～21日(日)

場所／手柄山交流ステーション3階

参加費／無料

内容／事前に出品いただいた家庭・職場・学校「ミニミニの庭」や花壇の写真を展示します。

花壇づくりやガーデニングの参考にオススメ！

午後3時からは「ンクールの表彰式を開催。

同時開催／「第34回ひめじ花と緑のまちづくりポスター展」で

は、「花と緑のあふれるまちづくり」をテーマに、夏休み中に市内の小・中・高校生が描いたポスターの優秀作品を展示します。

問合せ／緑化推進部 079(29

1)1914

## ■姫路市立手柄山温室植物園

開園時間／午前9時～午後5時

(入園は午後4時半まで)

入園料／大人200円、小人(6歳から中学生)100円

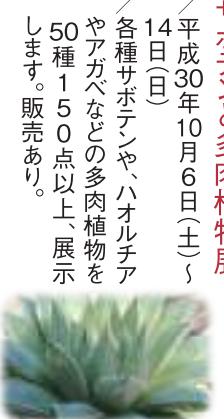
問合せ／姫路市立手柄山温室植物園 079(296)4300

その他／金曜休園(祝日の場合前日)は金曜祝日の為開園し、前日の11月22日(木)休園。

秋のサボテンと多肉植物展

期間／平成30年10月6日(土)～14日(日)

内容／各種サボテンや、ハオルチアやアガベなどの多肉植物を50種150点以上、展示します。販売あり。



ひめじ花と緑のまちづくりポスター展

ひめじ花と緑のコンクール

## ミー講習会／10月6日(土)・8日(月・祝)・14日(日)の午前11時～

共催／カクタス姫路同好会

## 秋のベゴニア展

期間／平成30年10月20日(土)～28日(日)

内容／約100種150点のベゴニアを種類ごとに展示しま

す。販売あり。

ミー講習会／10月20日(土)、21日(日)午前10時～

共催／姫路ベゴニア同好会



## 秋のセントポーリア展

期間／平成30年11月3日(土・祝)～11日(日)

内容／セントポーリアは室内でも育てて可愛い花を咲かせます。

今は変わった花の色や形を

したものなど約50種100点を展示します。販売あり。

ミー講習会／11月3日(土・祝)、4日(日)・11日(日)の午前11時～

共催／姫路セントポーリア友の会



## 秋の洋ラン展

期間／平成30年11月17日(土)～25日(日)

内容／カトレア、パフィオペティラム、デンドロビウムなど豪華絢爛な園芸品種と珍しい原種など秋咲きの洋ランを100種

200点以上展示します。販売あり。

ミー講習会／11月17日(土)・18日(日)、24日(土)・25日(日)の午前11時～

共催／姫路ラ・エ・播磨ラ・エ会

その他／勤労感謝の日11月23日(金・祝)は、

入園無料。なお、11月23日は金曜祝日の為開園し、前日の11月22日(木)休園。

紅葉会(もみじえ)

期間／平成30年11月16日(金)～12月2日(日)の金・土・日・祝のみ午前9時～午後9時(入園は午後8時半まで)

内容／園内の紅葉した木々を日暮れとともにライトアップし、昼間とは異なった夜間景觀を創出します。また、期間中は演奏会も開催し、レストラン活水軒の夜間営業もあります。

演奏会／11月18日(日) 弦楽器(カバノ弦楽

## シクラメン展

期間／平成30年12月1日(土)～25日(火)

内容／近年注目されている原種シクラメンから最新品種まで50種200点以上を集め、ひと足早いクリスマス気分をお届けします。

ミー講習会／期間中の日曜の11時～販売あり。

## ■好古園

開園時間／午前9時～午後5時(最終入園は午後4時半)

入園料／大人300円、小中高生150円

問合せ／姫路城西御屋敷跡庭園 好古園 079(289)4120



## 2019年好古園カレンダーを販売します

日時／平成30年11月1日(木)

場所／好古園窓口

内容／好古園の四季折々の風景写真を使った「2019年好古園カレンダー」を販売します。

価格は一部1,000円(税込)。売切次第販売終了。

## ■ひめじ手柄山遊園

開園時間／午前10時～午後5時

入園料／4歳以上100円(100円のりもの券付)

問合せ／手柄山遊園 079(296)0503

茶席料／席500円(お菓子付)

内容／風情あるお庭を眺めながら、気軽にお茶を楽しめるお茶会です。また、茶室双樹庵・小間三疊台目を内外露地より特別公開します。

日時／平成30年10月28日(日)

午前10時～午後4時

対象／小学生以下

料金／のりもの券3枚

内容／ボニーの乗馬体験ができるよ。

## ボニー乗馬体験

日時／平成30年10月27日(土)

午前10時～午後4時

対象／小学生以下

料金／のりもの券3枚

内容／ボニーの乗馬体験ができるよ。

## アーバンマンシヨー

日時／平成30年10月28日(日)雨天決行

①午前11時～②午後2時～

(ショード時間約30分撮影会約30分)

※雨天の場合は食堂街で実施

記念撮影会もあるよ♪ちびっこ集まれ!

## ジニアアンサンブル

①午後2時～②午後3時半～11月23日(金・祝)

二胡(二胡俱楽部 彩音)

①午前11時～②午後2時～11月25日(日)和太鼓横笛(高野巧他)

尺八・箏(松崎辰山・新福かな)

①午後2時～②午後3時半～12月2日(日)

活水軒／夜間営業 午後6時～午後8時半(L.O.午後8時)

特別料理 秋のステーキ膳(2,700円税込)1日限定20食、3日前までに要予約



## スポーツ教室

## ウォッティング

合気道は他人と優劣を競うことはしないため、試合や競技を行いません。稽古を重ねていく中で和の心を学ぶ武道です。こちらの教室は公益財団法人合気会公認師範が担当しており、多くの生徒が楽しく稽古しています。

この8月より小学1年生の女の子も自ら希望し教室に通って大人たちの中で頑張っています。

『心と身体を鍛え、気を練って  
自分の明日を拓くため  
稽古をはじめませんか?』

(山田師範 談)



◆総合スポーツ会館／水・金曜日 19:00～20:45

詳細は電話でお問い合わせください。

●お問い合わせ先／総合スポーツ会館 ☎079(293)1321

## 合気道教室

大道芸「バルーンミュージックショー」	
日時／平成30年11月3日(土・祝)	雨天決行
①午前11時～	②午後2時～
内容／ミスター・ウキウキがやってくる！	
その他／11月3日は、入園無料	



はたらく車がやってくる！

日時／平成30年11月4日(日)雨天決行

①午前11時～②午後2時～

内容／歌を歌いながら風船で動物を作ります。

その他／11月4日は、入園無料

## 年末始業休園休館のお知らせ

入場料／無料
(姫路市中地377-1)
場所／ワインク陸上競技場
日時／なでしこリーグ2部(ホーム戦)
10月6日(土)・10月28日(日)

## ■スポーツ振興部

## ASハリマアルビオン2018試合日程

・好古園 大手門茶屋 (12月29日～30日)
・手柄山遊園 (12月28日～1月1日)
・手柄山温室植物園 (12月29日～1月1日)
・緑の相談所(12月29日～1月3日)
・市民会館、花の北市民広場、各市民センター(12月28日～1月3日)
・総合スポーツ会館、各スポーツ施設 (12月28日～1月4日)

## 山の上から花だより

～たくさんのイラスト、ありがとうございます～



手柄山温室植物園では7月14日(土)～9月2日(日)まで、毎年恒例の「食虫植物展」を開催しました。会場内に設けた「食虫植物のイラスト募集コーナー」では、緑色の画用紙に虫を描きはさみで切り込んでハエトリソウを再現したもの、ウツボカズラの中に入っている虫の気持ちになった絵など、個性豊かなイラストがボードいっぱいに集まりました。全体的にはウツボカズラ、ハエトリソウの順に多く、食虫植物以外にはサギソウやサボテンを描いたイラストもありました。

参加してくれたみなさん、ありがとうございました！



●お問い合わせ先／

手柄山温室植物園 ☎079(296)4300



手柄山温室植物園ブログ  
『山の上から花だより』では、  
植物園スタッフが、  
とっておき情報をタイムリーに  
お知らせします

## 緑のマメ知識

春から秋遅くまで花が楽しめる花壇やプランターの草花も、手入れをしなければ株が弱り、花を楽しむことができなくなります。今回は、四季咲ベゴニアを例に、秋の手入れについてご紹介します。

Q 夏に弱ってしまったベゴニアを、秋に再び見事に咲かせたいと思いますが、どんな手入れをすればよいでしょうか？

A 秋口の花壇の草花は、絶え間なく花を咲かせ続けているため栄養不足に陥り、夏の高温で株が弱っている状態なのです。

そこで株を再生するために、まず株元の葉を2～3枚残して花を切り取ります。次に、栄養補給のために、株の周りに化成肥料を軽くまくか、液体肥料を500倍程度に薄めて1週間に1回程度与えます。

そうすることで、秋が深まり、夜の温度が下がるにつれて花の色も一段と鮮やかになります。



●お問い合わせ先／緑の相談所 ☎079(298)5571



## 地域をつなぐコミュニティ

今回は、城乾市民センターで行われている『茶道(裏千家)』を紹介いたします。

先生曰く「茶道は生活と密着しているので、人によってあり方は様々」だそうです。日常生活で忘れがちになっている人の気持ちを汲む・思いやることの大切さ、自然との対話に重点を置かれています。

「楽しいのが一番大切!」と先生がおっしゃられるように、講座はとても楽しく和気あいあいとした雰囲気で行われていて、受講者は初心者からベテランの方まで多岐にわたり、城乾地区だけでなく様々な地区からもご参加いただいている。お邪魔した日はお孫さん同伴で参加されている受講者の方もいらっしゃり、とても賑やかでした。

しかし、お点前の際はみなさん凛とした表情で、見ているこちらも思わず姿勢を正してしまいます。年に3回、『お茶事』と呼ばれる正式な茶会も催されています。

飾られているお花は先生がご自宅で栽培されたもので、ここにも思いやりや自然との対話を感じられますね。

受講者の方も皆さんとても気さくな方ばかりです。少しでも気になつた方、見学したいと思われた方は城乾市民センターまでお気軽に問い合わせください。初心者の方も大歓迎です!



井澤先生(左手前)と受講者の方々



先生がご自宅で栽培されたお花



お孫さんと受講者の方

- 井澤宗美講師 ●毎月4回(木曜日)10:00~12:00
- 城乾市民センター／姫路市南八代町6番1号 ☎079(297)1566

## 手柄山から グリーンレター



サギソウ



手柄山中央公園に、緑の相談所開設30周年を記念してサギソウ園が作られました。そして6月15日、手柄小学校の3年生の児童92名によってサギソウの苗が植えられました。また、児童の描いたサギソウ園の看板デザインポスター展も手柄山交流ステーションにて開催されました。

自分たちが植えたサギソウの成長が気になるのか、花が咲くまでに観察に訪れる児童の姿を何度も見かけました。8月8日には第1号の花が、8月10日には第2号の花が咲きました。

サギソウの球根は、毎年3月に大手前公園にて開催している「ひめじ緑いち」会場で販売しています。ご興味のある方は、「市花さぎ草」を一度育ててみてはいかがでしょうか。

●お問い合わせ先／緑化推進部 ☎079(291)1914



## すべての人に スポーツの機会を!

「する」「みる」「ささえる」いろんな形でLet's Sports!  
トップアスリートから子ども、高齢者、障害者、誰でもみんなが一緒につくりあげるスポーツイベント!!普段スポーツをする機会がない方もこの機会にスポーツを楽しんでください。

当機構が主催するさまざまなスポーツ教室を体験したり、競技デモンストレーションをみたり、大人も子どもも一日中思い切り体を動かせるイベントが盛りだくさん!!軽食コーナー(有料)もありますよ。

●お問い合わせ先／総合スポーツ会館 ☎079(293)1321



**12月9日(日) 10:00~16:00**  
会 場／ウインク体育館 参加費／無料  
持 物／室内用運動シューズ・汗ふきタオル

姫路市まちづくり振興機構は、姫路市の外郭団体として、市の各施設の管理運営や各種イベントの開催を行っています。

