

姫路地域のイベント情報を掲載

ひと・まち・みどり

まち心しん

一般財団法人 姫路市まちづくり振興機構 広報誌

2021 Summer

7~
9月

夏号

Vol.24



特集

見つけた!! 輝く姫路びと 第16回

ユニバーサルスポーツって?

中山 剛さん 小嶋 明さん 竹中 正彦さん

写真：エストパーク大塩での
エストレパワーズ練習風景
(兵庫県立姫路特別支援学校
サッカー部のOBを中心に
2010年に結成)

ユニバーサルスポーツって？

今年は、東京オリンピック・パラリンピック開催の年です。パラリンピックとは障害者を対象としたもうひとつのオリンピックで、4年に一度、オリンピック競技大会の終了直後に同じ場所で開催されています。

『パラスポーツ』という言葉テレビやラジオ等様々なメディアで聞く機会は確実に増えています。競技としてのスポーツの素晴らしさと同じように、誰もが参加できるようなスポーツをしようという、『ユニバーサルスポーツ』という考え方もあります。高齢者から幼児、アスリートから一般、男性や女性やそれ以外の方など枠を取っ払って、楽しいことをやろうとか、歌を歌う、絵を描く、体で表現するなど、感性を刺激することをスポーツに入れちゃえ的な発想で、要はみんなのできる楽しいことを考えようということです。

障害者と健常者、分けるのではなく、ともに。

例えば、ひめじスポーツコミッション主催の『スポーツ探検隊』車いすバスケットボールの回では、車椅子は足の不自由な人が使うものと思っていたのは大人だけで、子どもたちは、競技の道具と認識しているという意見がありました。その車椅子で、あんな高いところにあるゴールにシュートを決める選手を羨望のまなざしで見ている。そんな光景が当たり前になればいいですね。ここでは、スポーツを通して誰もが活躍できるユニバーサルな社会を目指して姫路で長年にわたる活動を続けておられる御三方に、これまでの歩みを伺いました。

(編集:八木、中村)



車いすバスケットボール



スペシャルオリンピックス



デフサッカー

見つけた!!
輝く
姫路びと

デフサッカー (聴覚障害)



中山剛 (なかやま つよし)

小学生から津田サッカークラブでサッカーを始め、高校卒業後単身米国へのコーチ留学。2005年ろう者サッカー選手と出会ってデフリンピックを知り、技術副委員長を経て、2013年に日本ろう者サッカー協会男子代表監督に就任。大会後は、同協会の23歳以下サッカー男子代表監督や育成普及部長として活動。

- 1975年生まれ
- 出身地 姫路
- 好きな食べ物 蛸
- 嫌いな食べ物 バクチャー
- 性格 まめ
- 好きなこと/ささやかな楽しみ お風呂
- 嫌いなこと お買い物

目で聞くように。高い壁を超えた時の感動。

2005年、デフサッカー日本代表選手である細見選手(姫路市役所勤務)との出会いから始まった。デフとは耳の不自由な、耳の聞こえないということ。それまでは健常者サッカーしか知らなかったが、代表合宿のサポートをしてほしいと頼まれた。

当時は聴覚障害チームの対応が分からなかったために試合のマッチングも難しかったので、まずは対戦相手を見つけるサポートから始めた。

長年アジア予選突破が高い壁だったが、2013年から4年間デフサッカー男子日本代表監督を務め、2017年のデフリンピックでは直前の最終合宿を姫路で行いテレビの密着取材もあった。津田天満神社では山本宮司に手書きで全員に祝詞の必勝祈願も頂戴し、皆の力を合わせてデフリンピック初勝利に導くことができた。今までの結果を残したい一心で取り組んだ。

代表となる選手に年齢は関係なく、大学生から社会人まで、仕事しながら練習をしていた。手話と口話・筆談も交えてコミュニケーション。健常者の中で育つと初めのうちは手話ができない選手もいた。普通のサッカーとの違いは見ただけでは分からないかもしれない。主審は旗を持ち、副審と連携して視覚で伝える。選手は試合中、全員補聴器は外しており、目で聞くように気配で

感じる。聞こえないことが分かっているても本気で戦う時には自然と声が出てくる。

世界を相手に戦うと、日本は環境整備や周りの理解という点で遅れていると感じる。日本では障害者がサッカーをしていると受け止めるが、一方ドイツではサッカーをしているが耳が聞こえないだけという理解で堂々としている。

周りの人が自然とサポートする当然の世界の中にしたい。みんなと同じで障害者も居酒屋に行くし、恋もする。スポーツでは感覚が通じることで国の壁を超えていく。今年4月に姫路大学上田学長に今まで大学にサッカー部は無かったが障害関係なく誰でも入れるサッカー部を作ってもらった。部員は最初デフサッカー選手二名だが、周辺の社会人チームの練習に参加させてもらい、大学前の大塩のシーサイドゴルフコースの福本支配人に声をかけて頂いて、仕事もしつつ地域で育ててもらっている。地域で育ち、地域にも感謝を還元する、それが大切。

また障害者サッカーの普及として、大塩エスタパークで『JAM』と合同開催で、誰でも参加できるサッカー教室を4年前から毎月行っており、関わる人を増やしていきたい。教えることを、一から勉強しようという今年から大学生になった。チャレンジである。選手に言うことは自分がまずやる。人に言う前に自分がやってみせることを大切にしている。

**始まりは阪神淡路大震災。
悲しいときは思い切り泣けばいい。**

今年で21年目になるが、最近では車いすバスケットボールを知っていると手を挙げる子が8〜9割と増えていて嬉しい。姫路市内では7〜8割の小中学校で体験教室を開催し、8ヶ月で50校回っている(コロナ禍で休止中)。感想文は通算2000通以上頂き、色々な出会いがあった。選手の中には教えていた小4だった子が二十歳を過ぎ、塩町で再会ということもある。車椅子で気づいて声を掛けたという。車椅子に乗ることで、障害者も健常者も共に同じスポーツに向き合うことになる。車いすバスケットボールを通して子どもたちには、「障害者も普通の人だよ。少しの工夫で一緒に楽しめるんだよ。」と伝えている。

今の活動に至るきっかけは、1995年阪神淡路大震災の年に被災者の方を姫路でサポートする姫路市ボランティア委員会の委員長の役を受けたことから。姫路で2箇所、玉手と大津に避難住宅があり、生活用品、布団、灯油などがなく、寄付を募って回った。地域や警察も協力してくれた。餅つき大会などのイベントを開催したり、思いをためるな、悲しいときは泣いたらいいよと、『思いつき会』を企画し、延べ5000人の方々の心と触れ合い、みんなが喜んでくれることが嬉しかった。

はないかと、気持ちにスイッチが入っていた。災害現場では社会的弱者といわれる高齢者や子供、障害者に配慮せがかったことが気にかかっていた。すると、姫路の中央体育館(現ヴィクトリーナ・ウインク体育館)でバスケットボール協会が車いすバスケットボール大会30n3全国大会を開催するとのお話を聞いた。企画させてもらい、競技を通じて選手たちの勇気に感動した。ただ、観客は20人〜30人程度で、出前講座の必要性を感じた。

その後、市内の高校とは生徒と合同の主催や、県内の高校とは2006年に開催された(全国障害者スポーツ大会のじぎく兵庫大会)に県支援の下で合同の応援団を結成。兵庫県代表選手との交流等も行い、啓発に取り組んだ。東京オリパラ2020を契機に、オリパラ教育の一環として2016年度から県との協働を行うなど、講演会を含め様々な活動に取り組んでいる。

近年では毎年約50校の児童・生徒と交流会を実施し、同じ志を持った仲間とユニバーサルスポーツネット「JAM」を結成し、拡がりも感じている。

始めた当初から考えると学校現場や社会での理解度は格段に進んだと感じる。障害者の社会的認知度を高めるために、スポーツの大きな意義を感じる。今後も社会の様々な活動を支える団体が出てくることを期待したいし、姫路市まちづくり振興機構にも求心的役割を担っていただけることを期待したい。

車いすバスケットボール



小嶋明 (こじま あきら)

車いすバスケットボールの普及のため、ボランティア団体「チームWeB」として20年間活動。団体として姫路市内外の学校800校以上延べ95,000人以上に体験学習会を行い、障害者スポーツの理解や楽しさを、体験を通して学ぶ機会を長年にわたり実施。姫路でユニバーサルスポーツネット「JAM」の立ち上げに参画。

- 1950年生まれ
- 出身地 姫路
- 好きな食べ物 麺類
- 嫌いな食べ物 辛味系
- 性格 自分ではよくわかりません “頑固”とは言われます
- 好きなこと/ささやかな楽しみ 山行
- 嫌いなこと 高いところ

スポーツを通じて社会・地域とつながる。

**きっかけはある映画。
参加者は全員表彰。**

次男が5歳のときにスペシャルオリンピックス(以下SO)に興味を持つきっかけとなったドキュメンタリー映画「エイブル」を見た。アメリカに渡りホームステイをしながらSOに参加する知的発達障害のある青年が息子と重ね合わさって、とても勇気と希望をもたらした。周りで知的発達障害のある子どもや大人がスポーツを楽しめる所はなかった。スイミングスクールに子どもが障害を理由に対応できないと言われたことで気持ちに火がついた。

当時SOの活動ができる所は、兵庫県内では神戸以東にしかなかったが、事務局を姫路にも立ち上げてはどうかと思わぬ形で背中を押された。準備委員会に10人ほどの有志が集まり、手をつなぐ育成会を中心に2004年に正式に設立することができた。Special Olympicsのいう複数形を表す表記は、毎日世界中のどこかで日常のプログラムが行われているところからきている。国内大会や世界大会は、オリンピックと同じように4年に1度開催されている。誰でも参加できる工夫が特徴的で、一般競技に参加できない方でも個人スキルの部門が設けられていたり、水泳では顔を上げず歩くだけでいい競技があったり、自由形ではヘルパーをつけて横に転がって進む方もいたりして、とても自由度が高い。体育館で行う「フロアホッケー」は、SOから生まれた競技である。直

スペシャルオリンピックス



竹中正彦 (たけなか きみひこ)

スペシャルオリンピックス日本・兵庫姫路プログラム事務局長/スペシャルオリンピックス認定コーチ/特別支援学校教諭/臨床心理士/臨床発達心理士/自閉症スペクトラム支援士

知的障害を伴う自閉症の次男とともに2003年よりスペシャルオリンピックス(SO)の活動に参加し始める。

- 1965年生まれ
- 出身地 大阪
- 好きな食べ物 お好み焼き
- 嫌いな食べ物 激辛
- 性格 ポジティブ
- 好きなこと/ささやかな楽しみ 音楽とお酒
- 嫌いなこと 不義理

★ピックアップ事務局情報!

竹中先生の長男の竹中雄大さんは、昨年秋の姫路城観月会では素晴らしいアコースティックの演奏を聞かせていただきました。趣味で家族やバンド仲間(Natural-Tone)と楽器演奏をされて、YouTube投稿されているとのこと!楽しそうなお一家です。

径20cmでドーナツ状のパックはフェルト製で、安全性に配慮されており、スティックをパックの穴に入れて飛ばすこともできる。大会では、男女別・年代別・競技能力別などで分ける「ディビジョン制」、全競技で全ての選手(SOではアスリートと呼ぶ)を表彰する「全員表彰」などが特徴的である。表彰されたアスリートはとても喜んでくれるので、この時こそやっていたよかったと思わずにいられない。やりたいと思うことができるようになる、来るのが楽しみになる。越えられそうなハードルを考えて一緒に乗り越えていくことが長く続けられる秘訣の一つであるように感じる。課題はアスリートと地域社会との関わりを増やしていくこと。ボランティアを募集しているので、学生さんも社会人の方も是非沢山参加してほしい。スポーツを通じて地域社会と関われることは関わる全ての方にとって大きなプラスになると信じている。

車いすバスケットボールとは

1チーム5人の選手が専用の車椅子を使い、一般のバスケットボールと同じボール、コート、ゴールの高さで行います。
低い位置から放物線を描くシュートや車椅子を自在に操るテクニックに注目です。特徴は「クラス分け」で、障害の程度により1.0点から0.5点刻みで4.5点まで持ち点でクラス分けされ、コート上の5選手の合計が14.0点以内にするルールで、戦略に基づいた役割分担によるチームワークも見どころとなります。車椅子にはブレーキがなく、ダッシュ、ストップ、ターンなど選手はすべて自身の手で行いますが、体幹や腰を使って体の一部のように車いすを操る選手もいて、その身体能力の高さにも驚かされます。



市内高校生対象の車いすバスケットボール体験会



高校での出前講座の座学

チームWeb
(ウェブ)/HP



スペシャルオリンピックス
(英語: Special Olympics、略称:S0)とは

知的発達障害のある人の自立や社会参加を目的として、日常的なスポーツプログラムや、成果の発表の場としての競技会を提供する国際的なスポーツ組織です。
競技種目は夏冬合わせて26種類あり、約170万人の知的発達障害のある人と50万人のボランティアが150を超える国と地域で、この活動に参加しています。日本では、スペシャルオリンピックス日本をはじめ、多くの公式プログラムには地区組織と呼ばれる地域密着型の組織があり、活動を続けています。



自主的に門陣を組めたことにも感動、SO新潟冬季大会



ハチ高原。始めた頃は、こんなに上まで登って来なかった。

スペシャルオリンピックス日本/HP



デフサッカーとは

「デフ」とは英語で「deaf(聞こえない人、聞こえにくい人)」という意味で、ろう者(デフ)サッカーとは、聴覚障害者のサッカーであり、競技中は補聴器を外すことが義務付けられていることから「音のないサッカー」の愛称で呼ばれています。

人数は11人、試合時間90分、ピッチサイズはフルコートで基本は健常者のルールと同じです。異なる1点は、主審は笛とフラッグ両方使用する点です(笛の音が聞こえないため)。また選手の聴覚レベルは、日本では最も軽い6級で両耳の聴力レベルが70dB以上、一側耳の聴力レベルが90dB以上、他側耳の聴力レベルが50dB以上と定められており、ピッチ上ではアイコンタクトや手話でコミュニケーションを取っています。



現U-23日本代表ドイツ挑戦時中監督と梅泣する林湊大選手



デフサッカー日本代表選手とともに君が代斉唱

(一社)日本ろう者サッカー協会
/HP



イベント情報

手柄山温室植物園 ☎(296)4300

季節に応じた展示会を年十数回開催しています。2つの玉ねぎ型温室の中には熱帯亜熱帯の植物、ランやペゴニア、食虫植物、サボテンなどを常時展示しており、季節に関わらず花と緑に囲まれたひとときを楽しむことができます。
開園時間/9時~17時(入園は16時30分まで)
入園料/大人210円、
小人(6歳から中学生)100円
所在地/手柄93
休園/金曜(祝日の場合前日)
「プロク」の上から「花だより」で検索
公式インスタグラム @agata_shokubutsuan



HPはこちら

夏のペゴニア展
7月3日(土)~7月11日(日)

花はもちろん葉も観賞価値の高い多種多様なペゴニアを、50種150点以上展示します。ペゴニアの販売あり。
展示説明会(予約不要)/期間中の土曜11時
協力/姫路ペゴニア同好会

食虫植物展
7月17日(土)~8月31日(火)

ウツボカズラをメインに約100点の食虫植物を、大温室や展示会場で展示します。食虫植物の販売あり。
展示説明会(予約不要)/第2・第4土曜11時
協力/自然と盆栽同好会

同時開催イベント①市花さざぎ草展
8月7日(土)~8月19日(木)

植物園で育てた姫路市花「サギソウ」を約100点展示します。自生地の情景展示コーナーのほか、年中開花させる技術、無菌培養の増殖方法を紹介します。サギソウの販売あり。
展示説明会(予約不要)/期間中の日曜11時
協力/自然と盆栽同好会

同時開催イベント②第7回植物作品展「線画展」
7月17日(土)~8月1日(日)

手柄山温室植物園をはじめ、自然をテーマに「線画」で表現しました。食虫植物展同時開催
出展協力/神吉みちる
予告/7月10日(土)13時15分~Fメケンキ
「飛び出せーま」の元氣人にて生放送

同時開催イベント③
第8回植物作品展「いけばな嵯峨御流親子展」
8月21日(土)~8月23日(月)

小学生の兄妹と嵯峨御流のお花を展示。食虫植物展同時開催
出展協力/村上直香・昂鳳子・敦有
予告/8月4日(水)13時15分~Fメケンキ
「飛び出せーま」の元氣人にて生放送

第9回植物作品展「ほくらの折り紙展」
8月24日(火)~9月12日(日)

詳細はHPでご確認ください
出展協力/ゆうたけい
その他/次期出展者募集P4参照

洋ラン原種展
9月18日(土)~9月26日(日)

カトレア、パフィオ、ペディラムなど、日常あまり見ることのない様々な原種を約50種150点展示します。
洋ランの販売あり。
展示説明会(予約不要)/日時未定。HPでご確認ください
協力/関西洋ラン原種保存会

秋のサボテンと多肉植物展
10月2日(土)~10月10日(日)

各種サボテンやハオルチア、アガベなどの多肉植物を50種150点以上展示します。サボテンや多肉植物の販売あり。
展示説明会(予約不要)/日時未定。HPでご確認ください
協力/姫路サボテンクラブ

レストハウス「花の家」 ☎(296)4300

展示会に合わせた鉢花や季節の草花、姫路モノレルなどのグッズを販売しています。手柄山中央公園帯や市街、姫路城を眺めることができます。所在は手柄山温室植物園内ですが、入園無料でご利用いただけるレストハウスです。
営業時間/9時~17時
所在地/手柄93
休園/金曜(祝日の場合前日)
その他/オリジナルポストカードをよりどり3枚
100円で常時販売中。

7月から9月のアロマイベント

7月7日(水)・8月11日(水)・28日(土)・9月22日(水)・25日(土)の各日10時半~15時半随時
アロマを使ったハンドトリートメントや小物作りを毎月開催(予約不要)。毎月テーマが変わります。詳細はHPでご確認ください。
参加費/各400円
協力/アロマサロンリぶるす

姫路城西御屋敷跡庭園 好古園 ☎(289)4120

開園時間/9時~17時(入園は16時30分まで)
入園料/大人18歳以上310円
小人小学生中学生高校生150円
問合せ/姫路城西御屋敷跡庭園 好古園
HPはこちら



HPはこちら

四季の写真展

7月10日(土)～8月1日(日)
好古園フォトコンテストの選外作品の中から、好古園の四季を感じられる写真を選出し、展示します。
場所／好古園内 潮音齋
参加料／入園料のみ

煎茶会

8月29日(日) 10時～16時
煎茶道のお茶会を開催し、お点前を披露します。
場所／好古園 潮音齋
参加費／席500円(お菓子付き)(別途入園料が必要)
協力／姫路煎茶会(習習軒流)

緑の相談所

☎(298)5571

開所時間／9時～17時(最終入所16時30分)
入所料／無料
所在地／姫路市西延末440手柄山中央公園
休所日／火曜(祝日の場合は翌日)
※手柄山交流ステーションは、緑の相談所の北隣にあります。

富貴蘭・風蘭花の展示会

7月10日(土)～7月11日(日) 9時30分～16時30分
清楚な花容と甘い香りで古くから人々を魅了してきた富貴蘭・風蘭約100点を展示します。富貴蘭は風蘭の中でも珍重されている種類で、古典園芸植物としての呼び名です。
場所／手柄山交流ステーション3階
観覧料／無料
共催／日本風蘭石斛保存協会

水石と盆栽展

9月4日(土)～9月5日(日) 9時30分～16時30分
水石とは、室内で石を觀賞する日本の文化。趣味で、自然石を台座に置いたり、水盤に砂を敷いた上に置いたりして鑑賞します。その水石と盆栽を使った席飾り約50席を展示します。
場所／手柄山交流ステーション3階
観覧料／無料
共催／関西自然理想景会

押し花展

9月18日(土)～9月20日(月) 9時30分～16時30分
数多くの花で作られた色鮮やかな押し花絵や、押し花を使った小物などの作品約150点を展示します。押し花を使った作品作りを体験できるコーナーもあります。
場所／手柄山交流ステーション3階
観覧料／無料
共催／なでしこ会やまはほの会

富貴蘭・長生蘭展

9月25日(土)～9月26日(日) 9時30分～16時30分
長生蘭はセッコの東洋蘭としての呼び名で、昔から広く親しまれてきました。その富貴蘭・長生蘭を約100点展示します。葉の斑入り模様などの渋い味わいをお楽しみください。
場所／手柄山交流ステーション3階
観覧料／無料
共催／日本風蘭石斛保存協会

緑化推進部

☎(291)1914

第48回市花さざり草栽培展

8月16日(月)～8月18日(水) 9時～17時
16日は11時から、18日は15時まで
家庭・学校等で育てられたサギソウのみの作品や、サギソウと他の植物を寄せ植えした作品等、部門ごとに分けて展示します。
8月17日(火)の11時と14時に、緑化専門員による15分程度の展示説明会を開催いたします。参加費無料。
開催時間中に直接会場にお越しくたください。
展示場所／姫路市役所1階ロビー

スポーツ振興部

☎(293)1321

**ASハリマアルビオン
2021プレナスなでしこリーグ
1部 試合日程(ホームゲーム)**

なでしこリーグ1部優勝を目標に掲げ、果敢に戦い続けているASハリマアルビオン。機構職員の武田裕季選手と久永望生選手が活躍しています。
7月4日(日) オルカ鴨川FC戦では、当機構がワンドーアスポンサーとして、職員・丸となってASハリマアルビオンを応援します！皆様の熱い声援が選手達の大きな力になりますので是非、スタジアムへお越しください。
※試合開催時は、新型コロナウイルス感染症予防対策にご協力をお願いします。



武田裕季選手



久永望生選手

| 日程 | キップ | 対戦カード |
|----------------------|-----|-------------|
| 7月4日(日) ※ワンドーアマッチ | 15時 | オルカ鴨川FC |
| 8月29日(日) | 15時 | コノミヤ・スベランツァ |
| 9月19日(日) | 13時 | アンジュヴィオレ広島 |

スタジアム/ウイング陸上競技場
入場料(一般:800円)(当日券のみ)
18歳以下:無料
ファンクラブ会員:無料
その他/詳細はASハリマアルビオンのホームページ等でご確認ください。

募集情報

手柄山温室植物園

☎(296)4300

各開催日の2週間前までにお申込みください。
申込方法/来園もしくはハガキ(手柄93、ファックス(293)7206)にて。
なお、メールの場合はHP参照
必要事項/イベント名、日時、郵便番号、住所・氏名・参加人数、電話番号、年齢(学生の場合は学年)
その他/申込者全員に郵送で通知します。
要入園料/小学生は要同伴(要事前申込)応募多数の場合は抽選。詳しくは、植物園のHP等でご確認ください。



① ③ 小人対象 夏休みに学ぼう
① 食虫植物観察会 参加者募集

7月28日(水) 11時～12時
ウツボカズラやハエトリソウなど様々な食虫植物をじっくり観察し、補虫の仕方や育て方などを学びます。また開催中の食虫植物展の見どころ解説も。
対象:定員/小学生以上8名

② **ジャコウアゲハとウマノスズクサ観察会 参加者募集**

7月29日(木) 11時～12時
姫路の市蝶であるジャコウアゲハの生態について学びほか、食草「ウマノスズクサ」の育て方や殖やし方などを説明します。また、ウマノスズクサ育成コーナーの見学も。
対象:定員/小学生以上8名

③ **岩田健三郎植物画教室 参加者募集**

8月5日(木) 10時～12時
植物園で、姫路市の版画家 岩田健三郎さんと一緒に植物画を描こう。
参加費/100円
対象:定員/小学生以上8名

市花さざり草講習会 参加者募集

8月12日(木) 11時～12時
姫路の市花「サギソウ」の花の構造や生態、育て方を学びます。また、サギソウ栽培温室を見学しながら、園が取り組む周年開花の解説も。
対象:定員/小学生以上8名

初開催 温室ナイトツアー 参加者募集

9月19日(日) 19時～20時
ライトを照らしながら職員と一緒に大温室と小温室をゆつくり探索します。植物園の夜間公開は初企画です。
対象:定員/小学生以上10名

手柄山散策ツアー 参加者募集

10月17日(日) 10時～12時
手柄山に自生する植物やこの時期に見られる植物を、職員と一緒にゆつくり歩きながら観察します。みんなが小さい秋を見つけに行きませんか?
対象:定員/小学生以上15名

植物作品展 出展者募集

あなたの作品を植物園で展示しませんか? 植物園では、植物や自然、季節をテーマにした制作物等を毎年募集しています。今までに、創作楽器、8コマ漫画、切り絵、絵手紙、パステルアートの応募がありました。出展条件など詳細はブログやHPで確認ください。



緑の相談所

☎(298)5571

緑の相談所では、展示会に合わせて「花と緑の講習会」を開催しています。
講習会場/手柄山交流ステーション(緑の相談所北隣) 定員/各30名(先着順)
※募集人数を要する場合があります。
参加費/無料(材料費の必要講習あり)
申込み/来所/電話:FAAハガキ
姫路市西延末440手柄山中央公園
FAA 079(298)5565

花と緑の講習会 富貴蘭の育て方 参加者募集

7月11日(日) 10時～12時
富貴蘭は風蘭の中でも珍重されている種類で古典園芸植物としての呼び名です。そんな富貴蘭の育て方について詳しく解説します。
講師/日本石斛保存協会会員
申込期限/7月10日(土)

花と緑の講習会

市花さざり草を美しく咲かせよう 参加者募集
7月18日(日) 10時～12時
育てるのが難しいとされている市花さざり草の育て方について、詳しく解説します。
講師/手柄山温室植物園職員
申込期限/7月17日(土)

花と緑の講習会
フラワーアレンジメント 参加者募集

7月25日(日)10時～12時
見るだけで涼を感じられるような、夏らしいフラワーアレンジ作品を作ります。
材料費／2,500円
講師／フラワーデザイナー土居万希子先生
申込期限／7月18日(日)

花と緑の講習会

ハーブせっけん作り 参加者募集

8月1日(日)10時～12時
自然の素材を使った石鹸素地に、香り豊かなハーブを練り込んだ石鹸作りを体験します。親子でも参加できます。
材料費／1,000円
講師／アロマセラピーインストラクター田中真樹先生
申込期限／7月25日(日)

花と緑の講習会

家庭菜園の作り方(秋～冬野菜) 参加者募集

8月22日(日)10時～12時
秋に種を播いて育てる野菜の育て方について詳しく解説します。
講師／姫路市農業振興センター職員
申込期限／8月21日(土)

花と緑の講習会

押し花の楽しみ方 参加者募集

9月19日(日)10時～12時
初鮮やかな押し花を使って押し花絵作品を作ります。指導いただける方も美しい作品を作れるよう丁寧に教えていただきます。
材料費／3,000円
講師／なでしこ会の会員
申込期限／9月12日(日)

花と緑の講習会

長生蘭の育て方 参加者募集

9月26日(日)10時～12時
長生蘭はセッコクの東洋欄としての呼び名です。古くから庶民に親しまれてきた長生蘭の育て方について詳しく解説します。
講師／日本風蘭石船保存協会の会員
申込期限／9月25日(土)

市花さざぎ草写真展 作品募集

10月1日(金)～10月18日(月)
サギソウの写真を集めます。サギソウは手柄山温室植物園の「市花さざぎ草展」、姫路市役所で開催される「市花さざぎ草栽培展」でも撮影ができます。応募写真は全て展示、応募者全員に参加賞を進呈します。
応募方法／六つ切(23×18㎝以上)の写真で、応募は一人3点までです。写真の裏面に住所・氏名・電話番号を明記してください。
申込期限／9月24日(金)までに、緑の相談所までお持ち込みください。

姫路城西御屋敷跡庭園 好古園

申込先／〒670-0012
姫路市本町68
☎(299)4120



HPはこちら

親子茶道教室

1回目 8月7日(土) 10時～12時
2回目 8月8日(日) 10時～12時

茶道を通じて、日本文化の素晴らしさを学ぶことができ、また、礼儀作法や挨拶など、日常に通じるマナーを習得する機会となります。
場所／好古園内 双樹庵
対象／市内在住の小中学生の親子
募集人員／3組(6名×2回) 計12名程度
応募方法／7月16日(金)締切(応募多数の場合は抽選)
※必要事項 往復はがきで住所、氏名、年齢、電話番号を記入し好古園まで。1枚につき1組で応募
参加費／1組1,000円(別途入園料が必要)
※持参品として白紙下

苔玉作り講座

1回目 7月31日(土) 9時30分～12時
2回目 8月1日(日) 9時30分～12時

園内案内と、苔玉作り体験を実施します。
場所／好古園内
対象／1回目 市内在住の中学生以上
2回目 市内在住の小中学生と保護者
募集人員／1回目5名、2回目5組(10名)
応募方法／7月13日(火)締切(応募多数の場合は抽選)
※必要事項 往復はがきで住所、氏名、年齢、電話番号を記入し好古園まで。1枚につき1組で応募。
参加費／1名につき500円(別途入園料が必要)

緑化推進部

☎(291)1914

第48回市花さざぎ草栽培展 作品募集

8月16日(月)～8月18日(水)9時～17時
16日は11時から、18日は15時まで

家庭・学校等で育てられたサギソウのみの作品や、サギソウと他の植物を寄せ植えした作品を募集します。応募作品は全て展示、応募者全員に参加記念品をプレゼントします。
応募方法／応募は一人2点まで、審査対象は一点のみです。応募作品は8月16日(月)9時半～11時の間に姫路市役所1階ロビーまで、各自で直接ご持参ください。8月18日(水)15時より表彰式を行います。
応募締切／8月10日までに電話でお申し込みください。
展示場所／姫路市役所1階ロビー



第27回ひめじ花と緑のコンクール 作品募集

姫路市内にある家庭の庭や、学校職場の花壇、地域の花壇などの写真を募集します。応募作品は全て展示、応募者全員に記念品をプレゼントします。
応募方法／申込書に写真5枚と写真データを添えてご応募ください。(郵送可)ホームページからも応募可(申込書が必要な方には郵送します。ホームページからもダウンロードできます。
応募締切／9月1日(水)

第37回ひめじ花と緑のまちづくりポスター展 作品募集

「花と緑のあふれるまちづくり」をイメージした緑化を啓発する内容のポスターを募集します。
応募者全員に記念品をプレゼントします。
応募対象／市内の小・中・高校生
応募サイズ／B3判画用紙(四ツ切)
応募方法／学校単位での応募になりますので、作品は学校の先生を通じてご応募ください。入賞結果等も学校を通じてご連絡します。
応募締切／9月6日(月)

スポーツ振興部

☎(293)1321

スポーツ教室 受講生募集

初心者も経験者も大歓迎！楽しくスポーツを始めませんか？(見学はいつでも受付しています。)

長期スポーツ教室

| 場所・電話番号 | 内容 |
|-------------------------------|--|
| 花北体育館 ☎(281)3881 | 少年少女バドミントン・卓球・バドミントン・太極拳・空手道 |
| ヴィクトリーナ・ウイング体育館 ☎(298)0951 | 女子バスケットボール |
| 総合スポーツ会館 ☎(293)1321 | スマイリング・体操・バドミントン・リング・柔道・剣道・なぎなた・空手道・合気道・太極拳・居合道・婦人バレー・卓球・木剣・ジャズ&エアロ・バドミントン・ストレッチ |

短期スポーツ教室

| 場所・電話番号 | 内容 |
|-------------------------------|---|
| 総合スポーツ会館 ☎(293)1321 | 親子体操・ストレッチ・中学生男子バスケットボール・卓球・バドミントン |
| ウイング陸上競技場 ☎(293)8571 | 【新規教室】オリンピック選手に教えてもらおう！陸上競技場キッズアスリート教室(3歳～小学校低学年) |
| 花北体育館 ☎(281)3881 | 親子体操・健康体操・新体操・整体・ヨリカ少年サッカー |
| ヴィクトリーナ・ウイング体育館 ☎(298)0951 | コディネーション(体操教室※幼児・小学生対象・バドミントン) |

※各教室により、開講日時や受講料金が異なります。詳細は各施設までお気軽にお問い合わせください。

第114回 姫路市民ゴルフ大会

8月27日(金)8時～
場所／姫路シーサイドゴルフコース(姫路市大塩町20354)
対象／一般
定員／200名(4名×50組)
申込方法／所定の用紙に必要事項を記載の上、申込料金を添えて総合スポーツ会館までお申込みください。
※電話FAX等の受付はいたしませんので、ご了承ください。
申込期間／7月27日(火)午前9時受付開始
定員になり次第、締切ります。
競技方法／兵庫県ゴルフ連盟・地区予選会を併用します
ダブルペリア方式・18ホール。
☎(293)1321

緑化技術職員の

みどりのつばき

年々夏の気温が高くなって地球温暖化が叫ばれています。その対策の一つとしてグリーンカーテンが定着してきました。その効果として、①日差しを遮ること、②建物の温度上昇を防ぐ、③蒸散による冷却作用がある。④癒しの効果が得られる、⑤ということがあげられます。グリーンカーテンに使われる植物の定番とされるのが、アサガオやフセンカズラ、沖繩料理などに使われるゴーヤなどが、その数ある種類の中でも今ご紹介したいのが「パッションフルーツ」です。
パッションフルーツの仲間である時計の文字盤を思わせる花が咲きます。
病害虫にも強く育てやすいので、1年目から美味しい果実を収穫できることも楽しみ方の一つです。
果実を成らすコツとして、まず、花が咲いたときに人工授粉を行うことが必須となります。花は最高気温が25～30℃の期間に咲く特徴があります。開花した午前中に絵筆で雄しべを触って花粉をつけ、3ヶ所の雌しべの先端に全て触れ、授粉させます。管理の注意点としては寒さに弱い性質を持っていますので、最低気温0℃以下にならないように注意しましょう。
(植物園 朝井)



スポーツ教室ウォッチング

元オリンピック選手に教えてもらおう!
陸上競技場キッズアスリート教室



ウイック陸上競技場で元オリンピック選手による1Dayキッズアスリート教室を開催いたします!アトランタ・シドニー2度のオリンピックで日本代表として活躍された姫路市在住の市川良子さんをお招きして、全ての運動の基礎となる「走る」・「跳ぶ」・「投げる」能力を遊びの中で身に付けます。3歳~小学校低学年までのお子さんが対象です。

楽しい夏休み、陸上競技場でオリンピック気分でみんなもアスリートになろう!!

開催日時 7月27日(火)・8月19日(木)・9月16日(木)
16時~16時50分・17時~17時50分の計6コース
募集人数 各日時コース 先着15名
対象 3歳~小学校3年生(小学生未満は保護者同伴)
受講料 幼児1,500円 小学生1,200円(1回)
受付開始 6月22日(火)9時~ 姫路市立総合スポーツ会館2F事務所へ受講料を添えてお申し込みください。

サギソウ★クイズラリー開催

8月7日(土)

8月19日(木)



サギソウは姫路市の花で8月に花を咲かせます。毎年夏に市内4会場で開催される「サギソウ展」では、愛好家の方々の作品や、手柄山温室植物園、緑の相談所で育てられたサギソウを観賞することができます。

8月7日(土)~19日(木)の期間にはサギソウクイズラリーを開催します。手柄山温室植物園、好古園、緑の相談所、姫路市役所1階ロビーの4会場にあるクイズに答えて応募すると、記念品がもらえます。是非、各会場にお越しください。なお、各会場ごとにクイズラリー期間は異なりますので、日時場所をお確かめの上、クイズラリーにご参加ください。

- 手柄山温室植物園 8月7日(土)~19日(木) ※金曜休園
- 緑の相談所 8月7日(土)~19日(木) ※火曜休所
- 好古園 8月11日(水)~18日(水)
- 姫路市役所1階ロビー 8月16日(月)~8月18日(水)9時~17時
(16日は11時から、18日は15時まで)

※新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、中止する場合があります。

【お問い合わせ先】

各「サギソウ展」の詳細は、誌面「イベント情報」に記載しています。(P3~4参照)
クイズラリーの詳細は緑化推進部 ☎(291)1914まで。HPにも掲載予定。

手柄山からの グリーンレター

大手前通り市民花壇 緑化ボランティア募集



姫路駅から姫路城に続く大手前通りの歩道に、市民の皆さまの協力により季節の花が植えられた花壇が12ヶ所あります。

お花好きのボランティアの方々や高校生がデザインし、6月・9月・12月・3月に植え替えを行っています。

その植え替えを行っていただけるボランティアグループ(3名以上のグループ)、学校等を随時募集しています。

植栽月の約2ヶ月前より植栽準備を始めていますので、ご希望の植栽月がありましたら、お早めにお問い合わせください。

○お問い合わせ先/緑化推進部 ☎(291)1914

地域をつなぐコミュニティ

大的市民センター教養講座「すっきり整体ヨーガ」



こんにちは。「すっきり整体ヨーガ」講師のあべまさみです。「すっきり整体ヨーガ」ではヨーガのアーサナ(ポーズ)を取り入れた動きと呼吸を意識しながら体のバランスを整え肩こりや冷え病の改善、ストレス解消等を目指しています。ヨーガが一般の体操と異なる点は、体を鍛えるだけでなく、あくまでも体を「ととのえる」こと、そして心の平等を保つことを目的としていることです。ストレスのたまりやすい現代人にとって、最適の健康法でもあります。ぜひ一度、体験してみてください。お気軽にお問い合わせ下さい。

- あべまさみ 講師
月4回(水曜日) 10時~11時30分 受講料 月額4,000円
- お問い合わせ先/大的市民センター ☎(254)5461

2021年 まちしんイベント

※事前に申込みが必要なイベントがあります

相…緑の相談所 緑…緑化推進部 植…手柄山温室植物園 好…好古園 ス…スポーツ振興部

| 7月 | | 8月 | | 9月 | |
|-------|---|------|--|-------|---|
| 1 木 | | 1 日 | 相 ハーブせっけん作り(p.5参照) 好 苔玉作り講座(p.5参照) | 1 水 | 緑 花と緑のコンクール応募締切(p.5参照) |
| 2 金 | | 2 月 | | 2 木 | |
| 3 土 | 植 夏のペゴニア展~11日(日) | 3 火 | | 3 金 | |
| 4 日 | ス ASハリマアルビオンvsオルカ鴨川IFC ※ワンデーマッチ(ウイング陸上競技場) | 4 水 | | 4 土 | 相 水石と盆栽展~5日(日) |
| 5 月 | | 5 木 | 植 岩田健三郎植物画教室(p.4参照) | 5 日 | |
| 6 火 | | 6 金 | | 6 月 | |
| 7 水 | 植 アロマイイベント(随時受付) | 7 土 | 植 市花さざ草展~19日(木) 好 親子茶道教室~8日(日祝)(p.5参照) | 7 火 | |
| 8 木 | | 8 日祝 | 山の日 | 8 水 | |
| 9 金 | | 9 月祝 | 振替休日 | 9 木 | |
| 10 土 | 相 富貴蘭・風蘭花展示会~11日(日) | 10 火 | | 10 金 | |
| 11 日 | 相 富貴蘭の育て方講習会(p.4参照) | 11 水 | 植 アロマイイベント(随時受付) | 11 土 | |
| 12 月 | | 12 木 | 植 市花さざ草講習会(p.4参照) | 12 日 | |
| 13 火 | | 13 金 | | 13 月 | |
| 14 水 | | 14 土 | | 14 火 | |
| 15 木 | | 15 日 | | 15 水 | |
| 16 金 | | 16 月 | 緑 第48回市花さざ草栽培展~18日(水) | 16 木 | |
| 17 土 | 植 食虫植物展~8月31日(火) 線画展~8月1日(日) | 17 火 | 緑 第48回市花さざ草栽培展展示 説明会(p.5参照) | 17 金 | |
| 18 日 | 相 市花さざ草を美しく咲かせよう (p.4参照) | 18 水 | 緑 第48回市花さざ草栽培展表彰式 (p.5参照) | 18 土 | 相 押し花展~20日(月) 植 洋ラン原種展~26日(日) 相 押し花の楽しみ方(p.5参照) 植 温室ナイトツアー(p.4参照) ス ASハリマアルビオンvsアンジュヴィオレ 広島(ウイング陸上競技場) |
| 19 月 |  (食虫植物)ハエトリソウ | 19 木 | | 19 日 | |
| 20 火 | | 20 金 | | 20 月祝 | 敬老の日 |
| 21 水 | | 21 土 | 植 いけばな展~23日(月) | 21 火 | |
| 22 木祝 | 海の日 | 22 日 | 相 家庭菜園の作り方(p.5参照) | 22 水 | 植 アロマイイベント(随時受付) |
| 23 金祝 | スポーツの日 | 23 月 | | 23 木祝 | 秋分の日 |
| 24 土 | | 24 火 | 植 り紙展~9月12日(日) | 24 金 | 相 市花さざ草写真展応募締切(p.5参照) |
| 25 日 | 相 フラワーアレンジメント(p.5参照) | 25 水 | | 25 土 | 相 富貴蘭・長生蘭展~26日(日) 植 アロマイイベント(随時受付) |
| 26 月 | | 26 木 | | 26 日 | 相 長生蘭の育て方(p.5参照) |
| 27 火 | | 27 金 | ス 第114回姫路市民ゴルフ大会 (姫路シーサイドゴルフコース) | 27 月 | |
| 28 水 | 植 食虫植物観察会(p.4参照) | 28 土 | 植 アロマイイベント(随時受付) | 28 火 | |
| 29 木 | 植 ジャコウアゲハとウマノスズクサ 観察会(p.4参照) | 29 日 | ス ASハリマアルビオンvsコノミヤ・スペランツァ 大阪高槻(ウイング陸上競技場) | 29 水 | |
| 30 金 | | 30 月 | | 30 木 | |
| 31 土 | 好 苔玉作り講座(p.5参照) | 31 火 | | | |



女子バスケットボールチーム「アストライア」



ASハリマアルビオン

姫路市 新型コロナウイルスワクチン接種について

★接種場所については姫路市ホームページ「新型コロナウイルスワクチンの接種について(市民向け)」のページでご確認下さい。 <https://www.city.himeji.lg.jp/bousai/0000015251.html>
【お問合せ】 姫路市予約受付コールセンター 姫路市保健所総務課新型コロナウイルスワクチン担当 TEL/050-5526-1090 FAX/079-289-0099



新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い、緊急事態宣言発令等によるスポーツ教室の休講・再開・時間変更等については、ホームページ等でご確認ください。

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。

