



## INTERVIEW 朝原 宣治

“目的”をゴールにサイクリングにトライ。  
スポーツを通じた繋がりでライフスタイルを豊かに。

暮らしにスポーツを取り入れるヒントは、ゴールとなる“目的”を決めることです。「阪神なぎさ海道」のサイクリングなら、甲子園エリアの魅力的な飲食店をめざすのもいいですし、六甲山の美しい山並みや鳴尾浜の夕焼けなど、自然の風景にも癒されます。海からの風も心地よく、より達成感も感じられるはず。

山・海に囲まれた甲子園エリアはトレーニングにも最適です。私自身も、酒蔵通りを抜け西宮浜までのコースをランニングしたり、海辺の砂浜で走り込んだりと、変化する自然の中でトレーニングを行い、基礎力を磨いています。

私が子どもの頃、近くの空き地での遊びを通

して成長しました。子どもたちにもそんな居場所を作りたいと、会長を務める「アスレチック・リエゾン・西宮」や大阪ガスが運営する陸上クラブ「NOBY T&F CLUB」などで、スポーツの楽しさを教えています。子どもたちは年齢や地域を越えた繋がりで人間力を育み、親同士の親睦も深められるなど、コミュニケーションの場になっています。

日常的にスポーツに親しむことは、健康な体づくりにも、コミュニティの輪を広げることにも繋がります。自然あふれる「阪神なぎさ海道」のサイクリングをきっかけに、新しいライフスタイルを楽しんでみてください。

### 朝原 宣治 ASAHARA NOBUHARU

1972年生まれ。神戸市出身。大阪ガス株式会社 近畿圏部 地域活力創造チーム マネジャー。大学卒業後、大阪ガスに入社。2008年、北京オリンピック陸上男子4×100メートルリレーでアンカーを務め、銀メダルを獲得した日本陸上界のレジェンド。

### アスレチック・リエゾン・西宮

「西宮市スポーツ推進計画」に基づき、スポーツを通じてまちづくりを行う異業種連携組織。西宮市にゆかりのあるトップアスリートたちが持つ力を、次世代の子どもたちにつなげるため、様々な活動を展開。



### NOBY T&F CLUB

青少年の健全な成長と次世代を担うトップアスリートの育成を目的に、大阪ガスが主催し、朝原さんが主宰する地域に根差した運動・陸上クラブ。大阪ガス今津総合グラウンドを拠点に活動している。

スポーツのまち甲子園をもっと楽しむ

# 甲子園スタイルガイド

2020  
JULY

KOSHIEEN STYLE GUIDE

## 潮風感じるサイクリングMAP ジャパンエコトラック 阪神なぎさ海道

北京オリンピック銀メダリスト

## 朝原 宣治さんインタビュー



アクティブ! /

甲子園エリアスポーツ施設巡り

### 鳴尾浜臨海公園 芝生広場



「海が見える丘ゾーン」と「花と緑と小川のゾーン」からなる鳴尾浜臨海公園は、ジョギングやウォーキングに最適な自然がいっぱいのスポット。海を一望できる広大な芝生広場では、心も体もリフレッシュできるヨガ教室などのイベントも開催。詳しくは、公園のホームページをチェック。

☎0798-48-9386(公園管理事務所 受付時間9:00~17:00)  
ホームページ <http://www.naruohama-park.com>  
所在地 西宮市鳴尾浜3-13  
アクセス 甲子園駅▶ 阪神バス7番のりば「鳴尾浜行き」▶ 「リン鳴尾浜」下車すぐ

### JAPAN ECO TRACK とは?

トレッキング・カヤック・自転車といった人力による移動手段で、日本各地の豊かで多様な自然を体感し、地域の歴史や文化、人々との交流を楽しみながら、旅をする。そんな新しい旅のスタイルが「ジャパンエコトラック」です。今回掲載の「六甲山・甲子園」をはじめ、豊かな日本の自然を体験できるルートが全国に登録されています。

ウェブサイトからダウンロードも可能です <https://www.japanecotrack.net>



モンベルストアで  
ジャパンエコトラックの  
ルートマップを配布中!

### 「甲子園スタイル」の魅力を SNSで発信!

甲子園エリアのスポーツイベントやグルメなど、スポーツのまち甲子園をもっと楽しむ情報を武庫川女子大学健康・スポーツ科学部の学生たちがレポートしていきます。



Instagram  
@koshien.style



Twitter  
@koshien\_style

- 外出の際は、可能な限りマスクを着用し、会話は控えめにしましょう。 ● 体調がすぐれないときは外出を控えましょう。 ● できるだけ人との距離をとるようにしましょう。 ● 手洗いや手指のアルコール消毒をこまめに行いましょう。 ● 熱中症予防のため、こまめな水分補給を心がけましょう。

発行 / 2020年7月1日 「甲子園スタイルガイド」は、スポーツのまち甲子園の魅力発信する情報紙です。次号もお楽しみに!

発行



阪神電車  
HANSHIN ELECTRIC RAILWAY

監修 mont-bell

サイクリングは道路交通法に従い安全に走行してください。



