



NPO法人武庫川スポーツクラブ
MUKOGAWA SPORTSCLUB

主な活動
○ロード記録会:基本的に毎月第2日曜日(1月を除く)
○月例マラソン:基本的に第3日曜日に開催。参加費500円。※いずれも山手幹線にかかる山手大橋の下の武庫川河川敷
詳しくは、公式ホームページ
<http://mukogawa-sc.lolipop.jp/>

INTERVIEW **NPO法人武庫川スポーツクラブ**

走る仲間が集まって生まれた、市民クラブの先駆け

兵庫県内の代表的な河川の一つ、武庫川の河川敷は、ランニング、ウォーキング、サイクリングに適した周遊道が整備され、週末には多くの人が汗を流す様子を長年見てきました。

私たち武庫川スポーツクラブも、市民ランナーたちの自発的な集まりからスタートしています。いつも顔を合わせる市民ランナー同士が、挨拶から始まり、少しずつ声を掛け合い、ランニング仲間となりました。38年ほど前のことです。

仲間同士でけがの予防、ランニングフォームの工夫、タイムの向上を目標とし、定期的なロード記録会を行いました。今では、中高生から社会人を中心に80歳代まで、約160人のメンバーとなり、年間5つの市民マラソンを主催しています。

メンバーの中には、大阪国際女子マラソンや箱根駅伝(東京箱根間往復大学駅伝競走)に出場した経験を持つエキスパートランナーもいますので、走るための専門的な知識(ノウハウ)をみなさんと共有し、それぞれのペースで走る楽しさを伝えていきたいと思っています。

走ることは運動の基本で、健康増進にも期待が持てます。ぜひ、一緒にスポーツに親しんでみましょう。

NPO法人武庫川スポーツクラブ副理事長・広報担当/白石裕之さん

エンジョイ! 甲子園エリアイベント情報

芝生でノルディックウォーキング

2本の専用ポールを使った北欧生まれのウォーキング。年齢問わず始められ、体の負担が軽く効果の高いフィットネスウォーキング、初心者・親子での参加お待ちしています!
開催日:11/28(土)※電話申込みのみ
時間:13:30~15:00
参加費:¥1,000(ポールレンタル別 ¥500)
場所:リゾ鳴尾浜1Fグリーンプラザ 定員:10名
申込電話番号:0798-48-9386(鳴尾浜臨海公園南地区公園管理事務所)

芝生deヨガ

ふかふかの芝生の上で、海を眺めながら心身ともにリラックス! 身体のかたい方も初心者も無理なく楽しんでください!
開催日:11/21(土)・12/5(土)※電話申込みのみ
時間:14:40~16:10
参加費:中学生以上 ¥500、小学校高学年 ¥250、小学校低学年 無料
場所:鳴尾浜臨海公園南地区 芝生広場
対象:小学生以上 申込電話番号:0798-48-9386(鳴尾浜臨海公園南地区公園管理事務所)

TOPICS 甲子園エンジョイラン

“聖地”阪神甲子園球場のグラウンドレベルを走ることができる、人気のランニングイベント。昨年まで「甲子園リレーラン」として実施してきましたが、4年目となる今回は、感染症対策の観点から内容を変更しての開催となります。
開催日:2021/1/9(土)雨天決行・荒天中止
※定員に達しましたので、参加申込み受付は終了いたしました。
本イベントは「スポーツを核とした甲子園エリア活性化推進協議会」の事業の一環として開催します。



「甲子園スタイル」の魅力をSNSで発信!

武庫川女子大学 健康・スポーツ科学部の学生たちが、甲子園スタイルガイド掲載エリアのグルメや絶景スポットなど、絶対楽しめるオススメ情報を、直接巡りながらレポートしていきます。

Instagram @koshien_style
Twitter @koshien_style
HP <http://koshien-style.com/>

三井不動産グループ LaLaport KOSHIEEN
家族で楽しいお食事をらぼーと甲子園で!
2020 11月6日(金) - 2020 12月25日(金) 月~金曜日の平日限定
駐車場 無料

ジオガーデン西宮 浜甲子園 モデルハウス公開中!
資料請求受付中!
無電柱化 全86邸 130㎡超 長期優良住宅 住宅性能評価
空に広がる開放的な街区 統一された美しいまちなみ ゆとりある敷地面積 認定取得 最高等級を取得 ※6項目
0120-8984-35 阪急阪神不動産



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 vol.1
KOSHIEEN STYLE GUIDE

2020 NOV.

自然と味覚を楽しむサイクリングMAP
武庫川・夙川スイーツと酒蔵ルート
武庫川スポーツクラブインタビュー



協力 mont-bell

甲子園スタイルガイドは、西宮市、阪神電気鉄道株式会社、三井不動産株式会社の3者を中心に構成する「スポーツを核とした甲子園エリア活性化推進協議会」の協議会事業の一環として発行しています。日常の暮らしにスポーツ・レジャーを取り入れた健康で豊かなライフスタイルを「甲子園スタイル」として提案することで、甲子園エリアを「訪れたい」、「暮らしたい」まちにすることを目指しています。

【モンベル監修】自然を体感するルートマップ「ジャパンエコトラック 六甲山・甲子園」から、おすすめコースをご紹介します。

20-04

武庫川・夙川 スイーツと酒蔵ルート



初級



JAPAN ECO TRACK とは?

人力による移動手段で、日本の豊かな自然を体感し、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。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。モンベルららぽーと甲子園店でも配布中です。

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



武庫川サイクリングロード

武庫川河川敷にある長さ約7kmの自転車専用道。スポーツバイクはもちろん地域の生活道としても親しまれており、西宮、尼崎、宝塚の文化を感じられます。



！ 自転車は車両です。飲酒運転を絶対に行わないようにしましょう。

武庫大橋
昭和2年に造られた日本百名橋の一つ。かつては路面電車の阪神国道線が通っており、6連アーチやバルコニーが特徴的です。

あしはらばし 葭原橋
海岸のほど近く趣のある橋。澄んだ川の流れや夾竹桃の並木道、葭原橋の佇まいを楽しめます。

甲子園浜海浜公園
自然の砂浜や干潟、磯が残る貴重な浜です。西側干潟は野鳥の餌場となり季節ごとに様々な鳥が見られます。

START FINISH

- 1 阪神本線 甲子園駅** 11.3km | 40分 | 平坦のちアップダウンあり
- 2 ライト洋菓子店** 6.0km | 35分 | 平坦
フランクロイドライト様式の旧甲子園ホテルで修業した店主が1955年に創業。旧甲子園ホテルで振る舞われていたものを再現した「復刻カステラ」が人気。☎ 0798-67-2963
- 3 アローツリー ARROW TREE 苦楽園店** 0.3km | 5分 | 平坦
青果卸業者ならではの新鮮な旬のフルーツを使ったスイーツやケーキを販売しています。☎ 0798-70-6363
- 4 ミッシェルパッパ** 0.5km | 5分 | 平坦
全国的な人気を誇る「クッキーローゼ」など、創業以来のドイツ菓子を継承しつつ、パリで修業したシェフパティシエ須波宏晋さんによる洗練されたスイーツや焼菓子を販売しています。☎ 0798-74-3789
- 5 エルペラン** 0.5km | 5分 | 平坦
昭和39年創業の老舗洋菓子店。昔ながらの製法でひとつひとつ丁寧に作られたケーキやクッキーを味わえます。☎ 0120-440-380

- 6 アトリエ・パレット** 1.5km | 10分 | 平坦
形や色にこだわり、味はもちろん目でも楽しめるケーキ屋さん。オリジナルのイラスト入り誕生日ケーキが人気です。☎ 0798-23-6813
- 7 白鹿祿水苑** 0.5km | 5分 | 平坦
戦前の造り酒屋の住居を再現した建物に、かつての蔵元の暮らしを紹介した展示室を備えています。ショップ、日本酒バーの他、鯉で有名な「東京竹葉亭」を併設。☎ 0798-39-0235
- 8 アンリ・シャルバンティエ 酒蔵通り店** 0.5km | 5分 | 平坦
工場併設のカフェで焼きたての美味しさを楽しめるほか、ガラス越しにお菓子づくりの様子を見ることができます。☎ 0798-23-3808
- 9 日本盛酒蔵通り煉瓦館** 1.0km | 5分 | 平坦
しばりたて生原酒を試飲できるきき酒コーナーに加え、併設のガラス工房では吹きガラス体験やサンドブラスト体験もできます。レストラン「花さかり」では本格日本料理を楽しめます。☎ 0798-32-2525
- 10 大関甘辛の関寿庵** 1.0km | 5分 | 平坦
大関自慢のしばりたて生原酒や、本格焼酎を量り売りで販売。酒饅頭や酒カステラ、酒饅ソフトもおすすめです。☎ 0798-32-3039

もっとスポーツ&アウトドアライフを楽しむなら

- A 甲子園歴史館 (16号門横)**
阪神甲子園球場外野下にある展示施設。貴重な展示品や映像で阪神タイガースや高校野球、甲子園球場の歴史を紹介するとともに、スタジアムツアーを開催。☎0798-49-4509
<https://koshien-rekishikan.hanshin.co.jp/>
- B 三井ショッピングパーク ららぽーと甲子園**
スポーツに大活躍のウエア、用具などが揃う専門店が充実。スポーツ関係のイベントも開催しています。詳しくは「ららぽーと甲子園」HPをご覧ください。☎ 0798-44-4321 (代)
<https://mitsui-shopping-park.com/lalaport/koshien/>
- C ひょうご西宮アイスアリーナ**
30×60mの国際規格をクリアしたメインリンクと、小さな子どもたちも安心して使えるサブリンクを備えた、一年中スケートが楽しめる施設。一般利用から本格的なレッスンまで幅広く対応。☎ 0798-41-3898
- D 鳴尾浜臨海公園 海づり広場**
スズキ、チヌ、タチウオから小型の魚まで様々な魚種にチャレンジできる堤防釣りエリア。釣り具のレンタルもあり、初心者やファミリーも楽しめます。季節により営業時間が変わるので、お出かけ前にホームページ等で確認を。☎ 0798-48-9386
- E トライフットボールフィールド西宮浜**
壁・ネットに囲まれたコンパクトなフィールドで行う「トライフットボール」が楽しめるフットボールパーク。ゴールキーパー無しで、3×3、4×4の少人数で気軽に楽しめるのが魅力です。1人でも参加でき、スクールも充実。☎ 0798-78-5877
<http://tryfoot-dios1995.com>
- F CORAL PARK**
ケーブルウェイクボード、ウェイクサーフィンやハワイ発のマリンスポーツSUP(サップ)などが楽しめる複合型マリンアクティビティ&リゾートパーク。併設されているカフェ&レストランで休憩や食事を楽しむことも。☎ 0798-39-8866

HELLO CYCLING

街なかでの移動や散歩気分で近距離のサイクリングを楽しむなら、「HELLO CYCLING」の電動アシストつきシティサイクルのレンタルがおすすめ。アプリで会員登録するだけで気軽に使え、自転車の予約やステーションの検索ができるのも便利です。 [詳しくはこちらから▶](#)



●自転車は車両です。飲酒運転を絶対に行わないようにしましょう。 ●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。 ※掲載している店舗や施設の情報は、2020年10月現在のものです。休業日や営業時間については各店舗・施設にお問い合わせください。