



西宮ストークス NISHINOMIYA STORKS
「ストークス」の名称は、国の特別天然記念物で兵庫県の鳥に指定されているコウノトリの英語名が由来。兵庫県民からの公募で選ばれました。バスケットボールスクールやチアダンススクールをとおして地域に貢献し、日本一をめざして羽ばたきます。
[公式ホームページ] <https://www.storks.jp/>

ブースターに支えられて、11年目のリーグ昇格を目指す!

西宮ストークスは、兵庫県内唯一のプロバスケットボールクラブ(B2リーグ)です。2011年に「兵庫ストークス」として誕生し、2015年から西宮市立中央体育館をホームアリーナとして活動しています。

ドイツやオーストリアで活躍したマティアス・フィッシャーヘッドコーチの指導のもと、外国人選手と、日本人選手が切磋琢磨し、2020~21シーズンは3月の時点で念願のB1リーグ昇格に手が届く順位をキープしています。

バスケットボール観戦の醍醐味は「トランジション」、つまり攻守の切り替えの早さにあります。試合展開が目まぐるしく変わり、得点の機会も多いので、試合中は目を離すことができません。パスを受け取る音や選手同士がぶつかる音、ボールが叩き込まれるダンクシュートや華麗なスリーポイントシュートなど、選手の動きを目の前で体験できるのも大きな魅力です。選手とブースター(バスケットボールチームを熱く後押しするファンのこと)の一体感を、ぜひアリーナで味わっていただきたいですね。

熱いブースターに見守られ着実に躍進してきた西宮ストークス。より多くの方々に愛されるチームになれるよう、さらなる高みをめざしてまいります。みなさん、応援よろしくお願ひします!

西宮ストークス 広報担当/樋口久恵
株式会社兵庫プロバスケットボールクラブ
企画広報部



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本の専用ボ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、身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おります!
開催日:4月24日(土)、5月22日(土)、6月26日(土)
時間:13:30~15:00
参加費:大人¥1,000、子ども(小・中・高生)¥500、(ボールレンタル料別¥500)
場所:リゾ鳴尾浜正面入口前(フラワーガーデン側)
※建物内には入れませんのでご了承ください。
定員:10名
申込電話番号:0798-48-9386(鳴尾浜臨海公園南地区)
電話で事前申込

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!
開催日程:
[4月10日(土)、24日(土)]14:30~16:00
[5月4日(火・祝)]10:00~11:30
[5月22日(土)、6月5日(土)、6月19日(土)]16:30~18:00
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
定員:30名
申込電話番号:0798-48-9386(鳴尾浜臨海公園南地区)
電話で事前申込

TOPICS

阪神甲子園球場に新広場「OBAYASHI-SITE」が誕生!

球場のレフト外周エリアに「スコアボード型モニュメント」を中心とする広場が完成。今後は、にぎわいイベントの開催も想定されています。待ち合わせ場所やフォトスポット、地域の皆さまの憩いの場として、ぜひ「OBAYASHI-SITE」をご利用ください。



COFFEE GATE NISHINOMIYA スタンプラリーを開催します

にしのみやコーヒーの扉プロジェクトは西宮市内のコーヒーショップをめぐる、Webスタンプラリーを開催します。参加店舗で買い物し、お持ちのスマートフォンで二次元バーコードを読み取ることで、ポイントがGET!ポイントを集めると、コーヒーに関する素敵な景品が当たる抽選にご参加いただけます。参加店舗には甲子園エリアのお店も。ウォーキングでコーヒーショップめぐってみませんか。ちょっと歩き疲れたら、各ショップこだわりの一杯に癒されてください。
開催期間:4月7日(水)~6月20日(日)
くわしくはCOFFEE GATEのInstagramをチェック! Instagram @nishinomiya.coffee
にしのみやコーヒーの扉プロジェクトとは
西宮にスペシャルティコーヒーの文化を広めようと、市内事業者・西宮市・西宮商工会議所・西宮観光協会が2020年に活動を開始。

チアフル親子カフェ 「親子deワクワク!芝生でハッピーイースター!」

阪神沿線各地で開催し、親子連れに大人気の「チアフル親子カフェ」。4月は三井ショッピングパークららぽーと甲子園の開放的な屋外の芝生の上で、イースターにちなんだ遊びやゲームなどを親子でお楽しみいただけます!
開催日:4月21日(水)
時間:第1部(対象年齢:0歳)10:30~11:30、第2部(対象年齢:1歳~2歳)13:30~14:30
参加費:無料
場所:三井ショッピングパークららぽーと甲子園 1階マウンテンブリーズ
定員:各回親子8組 ※応募多数の場合は抽選
申込締切:4月11日(日) ※申込イベント詳細は<https://hanshin-woman.com/>よりご確認ください。
※新型コロナウイルス感染症の影響によりイベントを中止・変更する場合があります。最新の情報はWEBをご確認ください。



「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。



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。

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.2

2021
MAR.

KOSHIEEN STYLE GUIDE

ぐるり歩いて楽しむ 甲子園ウォーキング 西宮ストークスインタビュー



協力 西宮観光協会

スポーツを核とした甲子園エリア活性化推進協議会



ぐるり歩いて楽しむ 甲子園 ウォーキング

甲子園～鳴尾～武庫川

阪神甲子園球場や大型商業施設に加え、川・海の自然に囲まれた甲子園エリア。そんな街の魅力を楽しめるウォーキングルートをご紹介!あわせて、カラダにやさしいヘルシーメニューがそろうカフェもめぐってみよう!

『にしのみや わがまち発見 健康ウォーキング』

西宮市では、市民の皆さんの健康づくりをサポートするために、自然や文化、歴史に触れながら楽しくウォーキングができる13のモデルコースをご提案。地域の見どころが満載!

西宮市健康ウォーキングマップ 検索

詳しくは
こちらから



高機能を備えたアイテムは 街歩きにも最適!

(左から)「ライトキャニオンソフトシェルジャケット」14,300円。「ライトキャニオンソフトシェルパンツ」12,100円。「スライドリッジフェイスカバー」1,320円。

買ったシューズ の選び方

店長の高橋さん

歩行による疲労感や、石・砂利を踏んだ時にかかる脚への負担を軽減してくれる、硬めのソールのものがオススメ。また、天候に左右されることなく歩ける防水性や、長時間履いても快適な靴内環境を維持できる機能を搭載しているとベターです。



ソールが硬めで、蒸れない濡れない快適設計。「セイバーIVロウアウトドライ」(メンズ・レディースともに) 13,200円

コロンビアスポーツウェア ららぽーと甲子園店

米国オレゴン発のアウトドアブランド。独自技術で開発した高機能素材は、「あらゆるシーンに対応できて使い勝手が良い」と人気。ストレッチ素材で歩きやすいパンツやジャケットなど、タウンユースにぴったり!
☎0798-81-6434 ●10:00～21:00 ■お休みは「ららぽーと甲子園」に準ずる

こだわりパンとフレッシュ野菜を味わえる おしゃれで明るい ヴィーガンカフェ



「Cset」1,100円。ファーマーズサラダS、選べるトースト、ドリンクorスープのセット。

OSAMPO BASE

「ご近所さんの止まり木のよう存在のカフェになりたい」とオープン。天然酵母やライ麦を使ったこだわりの自家製パンと、野菜がたっぷり摂れるファーマーズサラダで、カラダにやさしい時間を過ごせる。☎080-9608-2695 ●金・土・日曜9:00～14:00LO ■月～木曜休 ※テイクアウトあり

甲子園浜海浜公園

砂浜や干潟、磯が自然のまま残る貴重な浜。「人と海とのふれあい」がコンセプトで、砂浜での水遊びや海辺の散策、干潟の生き物観察などが楽しめる。



ふるさと海岸地区の東側は野鳥のエサ場となっており、季節ごとにさまざまな鳥が訪れる。写真は春に訪れるキョウジョシギ。



浜甲子園運動公園

帆船の大型遊具が有名な、海に隣接した広大な公園。体育館や野球場などのスポーツ施設があり、使用可(有料)。また、テニスコートの裏には「桜のトンネル」があり、春は通り抜けが楽しめる。



鳴尾新川

鳴尾の新田開発のために作られた水路。4月には川沿いに咲き誇る桜を、8月には「平和灯ろう流し」を見に、多くの人を訪れる。



オススメ モデル コース	全距離 7.66km	ウォーキング 時間 約1時間45分				
10:00	10:05	10:30	10:55	11:05	11:35	11:45
阪神甲子園駅	→ 約5分 甲子園素盞鳴神社	→ 約25分 浜甲子園運動公園	→ 約25分 鳴尾新川	→ 約10分 武庫川河川敷緑地	→ 約30分 旧国道	→ 約10分 阪神甲子園駅

※距離や所要時間はおよそのものです。参考程度にお使いください。



甲子園素盞鳴神社

400有余年の歴史をもつと伝えられる神社。甲子園球場に隣接し、阪神タイガースファンや高校球児たちが必勝祈願に訪れる。



武庫大橋

「日本百名橋」にも選ばれた白亜の橋は、昭和2(1927)年に開通。連続したアーチや街灯の意匠が、阪神間モダニズムを感じさせる。



足を延ばして
見に行こう!

deli cafe はな



カラダにやさしいヘルシーな
惣菜が日替わりで登場

「はな定食」900円。日替わりのメインと惣菜、サラダ、雑穀米、味噌汁がセット。

deli cafe はな

女性店主が営む惣菜カフェ。季節の野菜をたっぷり使って仕上げる家庭的な味わいの料理は「毎日でも通いたくなる」と評判だ。日替わりの惣菜が5～6種類そろい、定食やアラカルトで楽しめる。食後は店内にあるボードゲームで遊んでみては? ☎0798-81-5259 ■11:00～19:30LO ■火曜休 ※テイクアウトあり

甘み風味も見た目もスペシャル!
ヘルシーなタルトスイーツを堪能して



(手前から右回り)「有機イチゴと有機キウイのクランブルタルト」600円、「無農薬無化肥プレミアムマトとタマネギのキッシュ」650円、「チャイ」500円。

beinelmilel

店内がかわいいカフェでは、ヴィーガン・グルテンフリー・シュガーフリーのタルトやキッシュが楽しめる。奈良県産無農薬小麦など店主が厳選したこだわりの素材を使用しており、ヘルシーでいて濃厚な味わいに夢中になる! ☎070-1782-0207 ●12:00～19:00 ■月・火曜休、水曜不定休 ※テイクアウトあり



武庫川河川敷緑地

武庫川沿いに約9kmにわたって整備された緑地公園。遊歩道やサイクリングロードなどがあり、市民の憩いの場として親しまれている。春の桜や菜の花が満開の景色もオススメ。



サイクリングロードが
人気!

ウォーキングで健康力をUP!

藤川 真司さんに教えてもらいました!



エヌウォーカー倶楽部 代表、西宮市出身
ノルディックウォーキングマスタートレーナー
2007年より阪神間を中心に、関西一円でノルディックウォーキングを指導。年間600回の講習実績があり、全国でも珍しいノルディックウォーキングのプロの指導者。

Facebook エヌウォーカー倶楽部 検索

正しい歩き方を チェック!



もっと運動効果を高めたい人は/ ノルディックウォーキングがオススメ!

ノルディックウォーキングのメリット

- 両手に専用ポールを持って歩くことで、自然と背筋が伸び、歩行姿勢が良くなる。
- 全身を使うため、従来のウォーキングに比べて1.2倍以上の運動効果が期待できる。
- 腰やひざなど下半身にかかる負担を減らしながら、長距離を歩くことができる。
- 身体を支えるために不可欠なインナーマッスルを、効果的に鍛えることができる。
- 自然と歩幅が広がり、血流の改善が期待できることから、脳の活性化にも役立つ。



ノルディックウォーキングは、2本のポールを使って歩きます。有酸素運動のウォーキングに、腕を振り子のように動かす上半身の筋肉運動が加わるため、効果的な全身エクササイズとなり、高い運動効果が得られます。季節や場所を問わず、年齢を重ねても無理なく始められるのが魅力です。(藤川さん)