

# 北区民センター便り

KITA WARD CIVIL CENTER NEWS

【発行】  
〒651-1114  
神戸市北区鈴蘭台西町1丁目22-1  
TEL 078-593-1150  
FAX 078-593-0014  
神戸市立北区民センター



この人にフォーカス



皆さん！「クォーターテニス」ってご存知ですか？

テニスコートの約1/4(クォーター、バドミントンのコートを使います)の広さで楽しめる屋内テニスです。硬式テニスと違ってスポンジボールを使うので肘にやさしく、気軽にできるスポーツです。今号は、そのクォーターテニス講座をご担当頂いている倉橋澄子先生にご登場頂き、クォーターテニスの魅力・楽しさを教えて頂きます。

①「クォーターテニス」の魅力はどのようなところですか？

普通のテニスとは違ってボールはスポンジで柔らかくコートもバドミントンコートなので運動量が少なくすみ、男女問わず高齢者の方にも負担なく、足が動けば出来るのがとてもいいと思います。

②「クォーターテニス」はいつごろから始められましたか？

テニスは中学の時から今もですが、クォーター・テニスは10年ほど前からです。

③「クォーターテニス」の起源・歴史などを教えてください。

1970年代にスウェーデンでテニス指導者のために考案された「ショートテニス」からきています。その後、英国テニス協会(LTE)がルールを確立し、本格的な普及に努めました。テニスボールよりやや大きめなスポンジボールと軽く小さいラケットを用い、「バドミントンコート」を利用して行うスポーツです。日本では1985年にショートテニス振興会が発足し、講習会、トーナメント、教室、指導者育成などを実施しています。日本での全国統一名称は「スポンジボールテニス」とされていますが、地域によって異なり、クォーターテニス、ラケットテニス、ショートテニス、フレッシュテニスなどと呼ばれています。なお、クォーターテニスは西宮市が発祥の地なんですよ！市の職員が創意工夫を重ね、1985年に西宮市独自のテニスとして誕生しました。ルールは硬式テニスと殆ど同じですが、より楽しくする為に一部変更されています。

④「クォーター・テニス」を志す人へのアドバイスを一言お願いします。

テニスやバドミントン、運動を一切やった事がない人でもすぐにゲームが出来るようになりますヨ。やろうと云う気力が第一です。

⑤北区民センターの講座ではどのような点を重視しておられますか？

大会に出るので強くなりたい…ではなく汗をかいて皆で多めに笑い・楽しく過ごせればと思います。

⑥「クォーターテニス」の講座は初心者でも入ることができますか？ また、用具は要りますか？

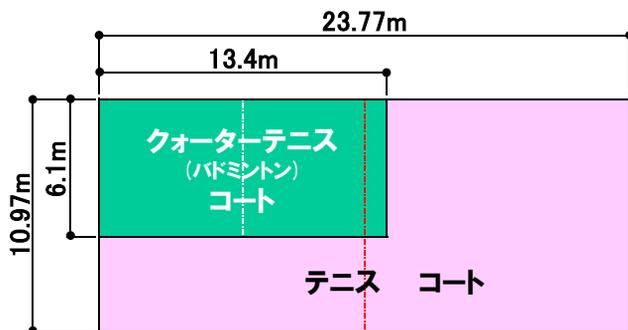
勿論大丈夫です。用具は区民センターにあります。

⑦ご趣味は何ですか？

硬式テニス、クォーターテニスです。



倉橋先生(前列ピンクのウェア)と、その右・助手の村主(すぐり)先生を囲んで...受講生の皆様とバチリ！



講座風景(4階・競技場)



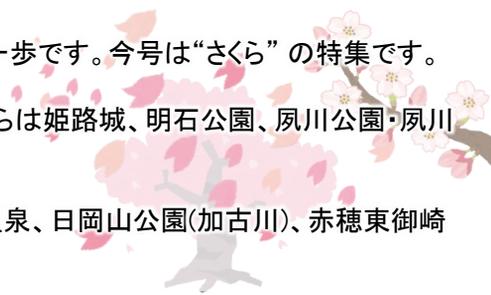
## お楽しみ広場

今回は「さくら」の大特集です！！

暖かい日と肌寒い日が交互に…

何となく春の息吹が感じられる今日この頃です。「さくら」の開花までもう一歩です。今号は「さくら」の特集です。まずは…【兵庫県のお花見スポット】をいくつか紹介します。

- 公益財団法人・日本さくらの会が選んだ「さくら名所100選」。兵庫県からは姫路城、明石公園、夙川公園・夙川河川敷緑地が選ばれています。
- その他の名所。これらの場所は夜桜の名所でもあります。神戸市立王子動物園、須磨浦公園、善福寺(北区)、出石城跡、城崎温泉、日岡山公園(加古川)、赤穂東御崎公園など。一度お出かけになられては如何でしょうか！



## 【桜の花言葉】

桜のイメージから、綺麗・美しい・儂いなどさまざま…

- ♥ソメイヨシノ:「優れた美人」、「純潔」
- ♥八重桜:「優れた教養」、「おしとやか」
- ♥しだれ桜:「優美」、「ごまかし」
- ♥寒桜:「気まぐれ」、「あなたにほほえむ」
- ♥山桜:「純潔」、「高尚」、「淡泊」、「美麗」、「あなたにほほえむ」
- ♥彼岸桜:「心の安定」、「精神の美」など。因みにフランスの桜の花言葉は「私を忘れないで」だそうです。(切なく、儂いですね)

## 【桜もち】

桜のスウィーツそして、花見といえば「桜もち」。「関東風」小麦粉生地の焼き皮(クレープ風?)と、「関西風」道明寺のどちらがお好きですか? ところで桜葉は食べますか? 食べないですか? 関東風「桜もち」を考案したとされる東京・向島・長命寺 桜もち によりますと、お好み次第ですが、“「桜葉は、お餅の香りづけと乾燥を防ぐためにつけてあります。桜もちに桜葉の香りは移っているので」残すことを勧めます。”とのことでした。



## 【さくら茶(さくら湯)】

桜のシーズンにぴったりな桜茶。古来より結納の席には桜茶が出されます。また近頃では結婚式のプチギフトでも喜ばれています。お見合いや婚礼など、一生を決める祝いの席では、その場だけ取り繕ってごまかす意味の「茶を濁す」ことを忌み嫌うことから、祝いの席ではお茶を用いず、代わりに飲み物として桜湯を用いることが多いようです。

## 【さくら夙川駅】

「JR神戸線」の愛称でご存知のJR西日本・東海道本線の駅です。駅名は、駅西方約200mの所を流れる 夙川の河川敷にある夙川公園に桜が多く植えられ、ここでの花見が例年名物になっていることに由来しています。駅舎が桜をイメージした意匠(川の流れを波状の屋根で表現、また駅舎の壁面を桜色のイメージカラーに)となっています。2007年(平成19年)3月18日 西宮駅 - 芦屋駅間に新設開業されました。

## 【全米桜祭り(National Cherry Blossom Festival)】

アメリカのワシントンで毎年春に行われるお祭り。春の風物詩となっています。ポトマック川沿いのポトマック公園等に1912年日本の東京市長であった尾崎行雄からワシントンに桜が贈られたことを記念して行われています。日本の桜が外国の地に咲いている光景を想像すると何となく嬉しくなりますね。アメリカ政府はそのお礼としてハナミズキの木を日本へと贈り、日比谷公園などに植えられました。



## 【サクラの香りコスメ】

- ・春めいた気分: ロクシタンのチェリースパークル
- ・ボディショップのジャパニーズチェリーブロッサムシリーズ、そしてサクラシリーズなど
- ・手ごろな値段と種類の豊富さで人気のボディファンタジー: ボディスプレーチェリーブロッサム
- ・京都の自然派化粧品専門店のHeavenly Aroom リードディフューザー(フレグランスオイル)「枝垂桜」 など



(出典:公益財団法人・日本さくらの会HP、NAVERまとめHP、weblio辞書、Walkerplus HP、向島長命寺桜もちHP、Wikipedia、ロクシタン・ボディショップ・ボディファンタジー・MIEUXSELECTION HP 等)

## すずらんホール・イベント情報

◆主催者の都合により、日程、内容等を変更する場合があります。詳しくはチラシ等をご覧ください。

2016年2月29日現在

月日	イベント名	出演者、内容等	開演時間	入場料	「友の会」対象	主催者
3/3(木)~3/7(月)	北区民センター 2015年・秋季定例講座 「受講生合同作品展」	書道⑤、ペン習字② 【北区民センター・1階ギャラリー】		無料	—	北区民センター
3/8(火)~3/14(月)		書道①・② 【北区民センター・1階ギャラリー】				
3/16(水)~3/22(火)		子ども書道①・②、日曜陶芸(初級) 【北区民センター・1階ギャラリー】				
3/6	日	Vol. 51 すずらんホールコンサート	13:30 開場 14:00 開演	大人 1,500円 中高生 1,000円 小学生以下 (5歳以上) 500円	—	北区民センター
3/13	日	第15回 シャンソンフェスティバル	13:00 開場 13:30 開演	無料	—	北区民センター
3/22	火	すずらんホール・ ファミリーコンサート	12:30 開場 13:00 開演	無料	—	北区民センター
4/16	土	第22回 すずらん映画サロン	①10:30 ②13:30	当日 1,000円 前売 800円 受講生・友の会 700円 中高生 500円	○	北区民センター

注意はしていたのですが、風邪をひいてしまいました。でも暖かさとともに今は回復。陽気も春です！  
身体を動かしたくなる季節がやってきました。テニスより軽めのクォーターテニスなど如何ですか (i)

【お問合せ先】  北区民センター  
TEL 078-593-1150  
FAX 078-593-0014



(公財)神戸市民文化振興財団は、神戸環境マネジメントシステム (KEMS 2)の認証を取得し、環境保全に努めています。  
みんなの知恵(節電やグリーン購入)で環境にやさしい街に!