

南区のコアな情報をお届けします

さあくる

2024
冬

6号

特集

パラスポーツを応援しよう！

特別インタビュー

パラバドミントン 梶原大暉 選手

南区植物園

冬の桜の楽しみ方

Local Discovery

宮島醤油

〇〇室のはじめましてさん

大練習室 劇団ニコちゃんズ

素晴らしき☆筋肉飯

かつめしクラス 塩原中央公園

南市民センターからのお知らせ

詳しくは南市民センターホームページでご確認ください。

市民劇

桜の記憶を胸に、新たな物語へ—咲き誇る桜とともに、想いは繋がる

「新・桜原桜物語 ～友情の花咲くさくら祭り～」

2025年3月9日(日) 脚本・演出／幸田 真洋 (劇団 HallBrothers)



引っ越す親友さくらと離れ離れになることを知った琴音。かつての友情とすれ違いに葛藤しながら、伝えられなかった思いを抱えたまま向き合おうとする。桜原桜公園を中心に町のさまざまな場所で交錯する人々の物語——過去と現在、すれ違いと再会、それぞれが抱える想いが織りなす群像劇。

桜原桜は、1984年に道路工事で伐採の危機にありましたが、地元住民が短歌を通じてその保存を訴え、多くの共感を呼びました。このエピソードは、文化としての短歌が人々の心を動かし、行政も計画を見直すきっかけとなった象徴的な出来事です。現在、桜は「桜原桜公園」に咲き続け、地域の人々の心をつなぐ存在として、春には多くの人々が訪れる交流の場となっています。

南市民センター広報誌 リクエストコーナー

広報誌さあくるは、南区の魅力を発信する広報誌です。みなさんの「知りたいこと」や「お知らせしたいこと」、ご意見やご感想をお待ちしています。



Instagram



X(旧Twitter)



お問い合わせフォーム

プレゼント企画

広報誌さあくるをご覧いただいている皆さまに抽選で、本号 Local Discoveryでご紹介している「宮島醤油」様の商品をプレゼントさせていただきます！詳しくは広報誌さあくるのInstagramまたはX(旧Twitter)をご覧ください。たくさんのご応募お待ちしております。

【プレゼント内容】

「佐賀の詰め合わせセット」1名

「まゆまゆ Hokkori 玄米ご飯 3種セット」5名

【応募期間】2025年2月28日(金)まで

【応募方法】さあくるのInstagramまたはX(旧Twitter)で、応募方法をご確認の上、ご応募ください。

【当選発表】応募期間終了後、当選者の方にSNSのDMまたはメール等にてご連絡をいたします。



福岡市立南市民センター及び福岡市塩原音楽・演劇練習場

【住所】〒815-0032 福岡市南区塩原2-8-2

【TEL】092-561-2981 【FAX】092-511-9721

【開館時間】9:00～21:00 ホールは22:00まで
塩原音楽・演劇練習場は22:30まで

【休館日】毎月最終月曜日(休日の場合は翌平日)、
年末年始(12/28～1/3)

【ホームページ】<https://minami-tk.jp>

福岡市立
南市民センター
ホームページ



さあくる

第6号 / 2024年12月30日発行

発行 / 福岡市立南市民センター
広報編集部

デザイン / 垣外波瑠香



文化の夏まつりにて「劇団ニコちゃんズ」演劇の様子



メダル獲得!!

特別インタビュー

パラバドミントン 梶原大暉 選手



かじわら・だいき
2001年生まれ。
野多目小→三宅中→福翔高校
日本体育大学→ダイハツ工業

——パリパラリンピック金メダル・銅メダル獲得おめでとうございます！
ありがとうございます。まず、シングルスで2連覇を達成できたことにほっとしています。ダブルスでも金メダルを目指していたので、3位という結果に終わり悔しい気持ちが残っています。
しかし、たくさんの方に応援していただき、その声援がとても力になりました。支えてもらっている方々への感謝の気持ち、表彰台であふれてきました。何より、人生をかけて指導してくださっている座間コーチに金メダルをかけて抱き合えたあの瞬間は、人生で一番うれしい最高の瞬間となりました。そして、あの達成感をもう一度味わいたいという気持ちが強くなり、パラバドミントンをもっとたくさんの方に知ってもらうためにも、これからもずっと勝ち続けてい

こうという思いがより一層強くなりました。
——パリの思い出、印象に残る出来事はありますか？
観客の方々の声援が、これまで体感したことのないくらい大きく、その中でプレーできたことが一番の思い出です。東京大会の際にはなかった、大きな声援がとても力をくれましたし、現地（フランス）の方が日本人選手の僕にまで大きな声援と拍手を送ってくれました。とても嬉しかったですし、スポーツに国境はないのだなと強く感じる機会となりました。
——梶原選手がパラスポーツを始めるにあたり、大変だったことはありますか？
練習拠点の確保に苦労しました。車いす競技であることで使用を断られることも少なくありませんでした。また、

競技を始めた当時は高校生でしたので、車の運転ができず、競技用車いすの運搬を両親に頼んでいたのですが、練習の際には毎回両親に苦労を掛けていたと思います。
——パラスポーツの発展に必要なと思うことはありますか？
もっとパラスポーツと触れ合う機会を増やす必要があると思います。また、パラスポーツを身近に感じてもらえるような活動を、我々最前線で活動している選手が主体となり行う必要があると思います。
パラバドミントンに限って言えば、現在パラバドミントンチームがある地域が限られており、いつでも誰でもできる状況にあるとは言えません。なので、そういったチームを日本中に増やすこと、そして競技用の車椅子を地域と連携して多くの体育館に置いてもら

うなど、体験や実践がしやすいような環境づくりが必要であると思います。
——今後の活動予定や目標について教えてください。
最も大きな目標は、4年後のロサンゼルスパラリンピックでのシングルス3連覇・ダブルス優勝です。そのために1日1日を無駄にせず、着実にしっかりと成長し続けていきたいと思っています。
——読者の方へメッセージをお願いします。
いつもたくさんのご声援をありがとうございます。南区に帰省すると、心が安らぎ、そしてパワーをもらって競技活動により一層精進することがができます。そんな南区にまた金メダルを持って帰れるよう頑張りますので、これからも厚く盛大なご声援をよろしくお願いたします。

特集

パラスポーツを応援しよう!!



パラリンピックにおける日本選手の活躍もあり、近年注目を集めているパラスポーツ。ポッチャやゴールボールなど、パラスポーツ独自の魅力的な競技も多く、大会やイベントも定期的開催されています。みなさんもパラスポーツを応援してみませんか。

取材・文 川添道子

福岡市立障がい者スポーツセンターさん・さんぷらザ

体育館やプール、トレーニングルームなど、様々な障がいを持つ人が気軽にスポーツを楽しむことができる日本屈指の専門設備を備えた施設。競技の専門知識を持った職員が多数在籍しており、新たにパラスポーツにチャレンジしたい人も安心して利用・相談ができます。また、福岡県内で活動する様々な競技のメンバー募集などの情報交換の場にもなっており、活動をサポートするボランティアも随時受付中。同センターで開催される大会やイベント情報は、ホームページでご確認を。



幅広い競技に対応した充実の施設
☎092-511-1132
南区清水 1-17-15

<https://nonohana.or.jp/sunson/>



東京2025デフリンピック出場ノデフサッカー男子日本代表

2025年11月15日から26日まで、聴覚障がいのあるアスリートを対象とした国際スポーツ大会「デフリンピック」が東京で開催されます。注目は昨年12月にマレーシアで開催された第10回アジア太平洋ろう者競技大会で優勝したデフサッカー男子日本代表。監督は東福岡高校サッカー部出身の吉田匡良さんで、GKの松元卓巳選手は宇美町出身。2月には福岡県内で代表合宿も予定されています。



@JDFA

金メダル目指してがんばります！

一般社団法人
日本ろう者サッカー協会
<https://jdfa.jp/>



吉田監督

第三回 冬の桜の楽しみ方

春を待つ桜の魅力
桜といえば春に咲き誇る花が注目されがちですが、実は冬の桜にも見どころがたくさんあります。冬の間、桜は春に向けて静かに力を蓄えており、その姿からはまた違った魅力を感じることが出来ます。今回は、冬の魅力をご紹介いたします。

●冬の桜を楽しむポイント

1 芽の観察
花芽と葉芽を見分ける

冬の桜の枝をじっくり観察すると、小さな芽がついているのに気づきます。この芽は、春に花を咲かせる花芽と、葉を展開する葉芽の2種類があります。

花芽は丸みを帯びたふつくらとした形状で、葉芽は細長く尖った形をしています。これらを見比べることで、春への期待が膨らみます。



2 落葉後の枝ぶりを鑑賞する

葉が落ちた後の桜の枝ぶりは、まるで盆栽のような趣があります。その繊細なラインや、枝の配置から自然が形作る美しさを楽しむのも、冬ならではの鑑賞ポイントです。特に、枝の曲線や分岐を観察すると、樹木そのものの個性が見えてきます。幹だけで木を識別できる



ようになれば、プロのような視点で自然を観察できます。桜の幹は薄く滑らかな灰褐色が特徴で、雨や霜に濡れると一層美しく映えます。

●那珂川湖畔公園で冬の桜を楽しむ

那珂川湖畔公園は、福岡市南区にある自然豊かな公園です。那珂川に沿って広がり、散歩やピクニック

クにびつたりスポットとして親しまれています。冬の澄んだ空気の中、公園内では落葉した桜の見事な枝ぶりや穏やかな景色を楽しむことができます。散策しながらの写真撮影もおすすです。



基本情報
所在地／南区日佐5-2-2
特徴／那珂川沿いに広がる緑豊かな公園で、四季折々の自然を楽しむことができます。
次回も南区の身近な植物を紹介していきますので、お楽しみに！
文・植物イラスト／山川豊揚

南市民センターを歩き交う人を深掘り

〇〇室のはじめましてさん

センターで文化の夏まつりが開催された8月24日。大練習室では車椅子の役者による演劇が披露されていた。題材は「平家物語」。片手で車椅子のハンドルを操作しながら殺陣をしたリ、共演者の力を借りて車椅子から落ちたりと、かなり動きのある演出だ。独自の展開が盛り込まれているようだが、それはこの劇が「構成演劇」という形式で組み立てられているから。構成演劇とは、役者達が日常生活の中で体験した出来事や感情をもとに即興で劇を行い、その瞬間に生まれた台詞で台本を作っていく方法。役者の個性が色濃く舞台上に反映されると言われ



ている。

今回車椅子で演じたのは『劇団ニコちゃんズ』に所属する俳優、廣田深さんと里村歩さん。お二人は『認定NPO法人ニコちゃんの会』の活動の中で演劇に触れ、今は数多くの本番で役者として出演料を頂きながら活動している。演出家を交え、障がいの有無にかか

わらず幅広い年代が集まる普段の練習について、ニコちゃんの会代表の森山さんと廣田さんはこう話す。
森山：「演劇がやりたい」という人ならベットに寝た状態でも一緒にやっています。

廣田：「その人を見ると「自分は演じてるんだ」って顔をしている。やってるっていう感覚があるんだらうな。目の動きだけだとしても。森山：「演出家さんは演劇に対して真摯に向き合っているかどうかを見ているので、もっとできるのにやっていないと、見透かされて怒られることもあります（笑）大事にしているのは言語だけに頼らないこと。活舌の良さとかではなく、その時のエネルギー。気持ち伝わるかどうかです。」

取材・文／金子華之



劇団ニコちゃんズ

「どんなに重い病気や障がいがあってもその人らしく心豊かに人生を生き抜くことができる社会へ」をビジョンに掲げる認定 NPO 法人ニコちゃんの会を軸に活動する劇団です。演劇のワークショップやイベント情報もぜひご覧ください。



LINE 友達追加





当コーナーは日々のストレスを筋トレで発散させ、かつ理想のボディを手に入れようと目論む本誌記者が有効な筋トレと筋力増強グルメを紹介する。筋トレと言いつつ、今回は趣向を変えて「ユニニング」に挑戦。やってきたのは南市民センターの隣にある『塩原中央公園』。休日ということもあり、日中は芝生でピクニックをしているご家族や黙々と汗を流すランナーなどで賑わっていた。エネルギー不足による筋力量低下に注意して栄養補給しつつ、ちょうど心地のいい4分30秒/kmを維持して10kmを完走。好みの間

素晴らしい筋肉飯

第5弾

～美味しさとタンパク質を兼ね備えた南区グルメ～



牛かつめし1080円、キャベツ大盛り30円、ドリンクセット190円

題だが、ストレス発散には有酸素運動が効果的だ。

さて、筋肉飯も変化球という。大橋駅から徒歩8分の路地に構える『かつめしクラス』は兵庫県加古川市近辺で愛されているローカルグルメかつめしを提供している。店主の押野さんは沖縄県石垣島にも約6年間暮らしていたこともあり、地元のかつめしをメイン提供しつつ、店内には石垣島の珍しいお酒がずらりと並んでいた。

注文したのは牛かつめし。厨房からパチパチと油で揚げる音が聞こえ食欲をそそる。そして待ちに待った初かつめしはビジュアルからと迫力だった。どでかい牛カツは食べやすく切り分けられており、「一口食べると、デミグ

かつめしクラス
☎ 092-980-5542
南区大橋4-21-29
定休日
月曜日、第1第3木曜日
営業時間
11:30～14:30
(OS 14:00)
16:30～21:00
(OS 20:00)
駐車場
夜のみ駐車場あり



ラスソースの上品な香りとパンチのある牛カツ、キャベツの爽やかな食感も相まって、当然だが初体験の味に感動。美味しさのあまり早食いする癖があるため、かろうじて意識を保ち、しっかりと噛んでペロリと完食した。

押野さん曰く「かつめし屋は九州でもココにしかないと思う。地元のかつめしを福岡から広めていきたい」とのこと。なぜ、自分がかつめしという絶品グルメを知らなかったのかと不思議でならない。ぜひご賞味あれ。

取材・文 小早川魁斗



Local Discovery vol.6

～南区で面白い活動をしている施設や団体をご紹介！～

取材・文 寺脇あゆ子



オリジナル スパイスづくり



発売から50周年を迎える看板商品「うどんスープ」



味噌玉作り(上)・防災食講義(下)

食を通じて人々に「しあわせ」を届ける『宮島醤油』

明治15(1882)年、佐賀県唐津市で醤油の醸造所として創業。以来、日本の食文化の原点ともいえる醤油・味噌を中心に、伝統的な発酵技術を活かした多種多様な調味料を製造・販売している。

今回取材に訪れたのは、南市民センターのすぐ近くに位置する福岡営業所。同営業所は昭和32(1957)年に福岡市内に開設され、昭和43(1969)年にこの場所に移転して50年以上が経過した。その間、地域貢献活動にも積極的に取り組み、2019年には、若手社員が主体となって企画した「宮フェス」を開催。このイベントは、地域住民に宮島醤油の魅力を直接伝えることが目的で、毎年楽しみにしているという声も多く寄せられている。現在、営業所の建て替え工事が行われている影響で一時中断しているが、新事務所完成予定の2026年には、再開を予定している。

一方、同社は南市民センターが2022年にリニューアルの夏まつりや「企業・大学と学ぼう！語り合おう！」などのイベントに参加。マイスパイスづくりや、防災食の講義などを行なった。「このような活動を通して、私たちのことを知っていただき、さらに『あの商品美味しかったよ』『あれも宮島さんだったのね』というお声を直接いただけることは、私たちにとても大きな励みになります」と、所長の永江裕一さん。地域との結びつきを深め、さらに発展を遂げる宮島醤油の今後に注目したい。

募集!

ユニバーサルステージボランティアスタッフ



2025年4月19日(土)開催の沖繩の伝統芸能エイサーを中心とした、病氣や障がいを持った方も一緒に踊ったり歌ったり楽しめるよう配慮した参加型のイベントのボランティアを募集します。

募集要項

- ・事前説明会、リハーサル、イベント当日の準備から撤収に参加できる方
- ・障がい者支援の経験や知識のある方(大学生、医療関係者、保育士、学校関係者、手話通訳など)

募集期間

2025年2月28日まで

募集先

南市民センター
092-561-2981