

散歩道

さんぽみち

時の道草

吉備の中山の麓。歴史好きにはたまらない
「岡山の山の辺の道」界隈をぶらり散歩道。

岡山市北区 一宮周辺



はつらつ人生『今日も元気で!』

「塀のない学校」で、森の一滴が想像できる
地域社会人を育てたい。

林源十郎商店 代表 辻 信行さん 広報 難波 美智子さん

トライ!!健康生活。

生活に根付くピラティスコミュニティで
明るく、楽しく、健康な生活を送るアメリカ、サンタフェの人々。

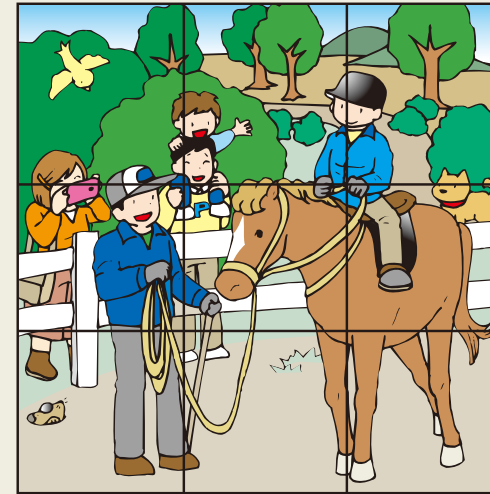
ごはんの時間⑬

五まい笹 生そば茶屋 蔵座庵

アーバンホール・コミュニケーションマガジン「さんぽみち」Vol.57
編集発行/有限会社アーバンホール 倉敷市堀南805-1 TEL.086-426-7788 FAX.086-424-7474 ●2018年11月発行

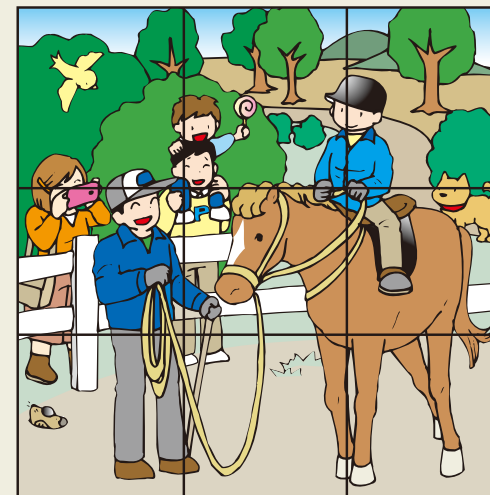
無料で
お持ち帰りください。

クイズ《間違い探し》



9コマのうち8コマに
1つずつ間違いがあります。
間違いのないコマを選んで、
ハガキまたはFAXで
お送りください。
ささやかながら抽選で粗品を
進呈させていただきます。

A	B	C
D	E	F
G	H	I



Vol.56
クロスワードパズルの答え

ア カ ト シ ン ポ

1	2	3	4	5
サ	カ	ミ	チ	レ
6	7	8	9	10
ザ	コ	ウ	メ	ア
11	12	13	14	15
カ	タ	イ	テ	ザ
16	17	18	19	20
イ	ト	ウ	ン	イ
21	22	23	24	25
ネ	ビ	キ	ス	ス

表紙の風景



【岡山市北区 一宮周辺】
ここは古くから吉備の国の中心地となっていた、吉備の中山のふもと。備中と備前が分かれる前から、2千年もの時を超えて人々の営みは今に引き継がれています。国道180号が通る道筋が今にはぎわいますが、吉備線を渡り山裾に近づけば、そこは古い街並みや緑の濃い格好の散歩道。時には自動車から降りてゆっくり歩きましょう。

編集後記

どの町にもそれぞれの歴史があり、それを大切に次の世代に伝えようとしている人たちがいます。人も物も生まれては消え、一つとして同じ形をとどめることはありませんが、「大切なこと」は形を変えながらもずっと変わらず引き継がれていくのだらうと思いました。

■申込み・お問い合わせはアーバンホールまで

お便りやお問い合わせ・間違い探しの回答はこちらまで。

アーバンホール
URBAN HALL

〒710-0841 倉敷市堀南805-1 アーバンホール倉敷「散歩道」編集部
TEL 086-426-7788 FAX 086-424-7474

ご応募頂いた個人情報(住所・氏名・電話番号)は、アーバンホールが本企画に必要な連絡を行うために利用いたします。なお、個人情報についてはアーバンホールが責任を持って管理いたします。

<http://www.urbanhall.co.jp>

アーバンホール

検索



堀南ホール
☎ (086) 426-7788
倉敷市堀南805-1



老松ホール
☎ (086) 430-2299
倉敷市老松町2-6-10



中庄ホール
☎ (086) 425-9900
倉敷市中庄15-1



藤戸ホール
☎ (086) 420-0440
倉敷市藤戸町天城607-1



福田ホール
☎ (086) 450-2211
倉敷市東塚5-18-2



玉島ホール
☎ (086) 523-1177
倉敷市玉島爪崎1073



児島ホール
☎ (086) 474-9988
倉敷市児島駅前3-28



児島上の町ホール
☎ (086) 472-7733
倉敷市児島上の町2丁目2-45



岡南福吉ホール
☎ (086) 902-1122
岡山市南区福吉町31-20



岡山市西ホール
☎ (086) 244-3377
岡山市南区米倉31-3



西川原ホール
☎ (086) 271-0011
岡山市中区西川原125-1

24
時間体制

ホール使用料無料
光熱費無料

いつもの見慣れた風景に、新しい出会いをみつけたら、ちょっと元気が湧いてくる。そんな寄り道、してみませんか。

時の道草

吉備の中山の麓。歴史好きにはたまらない「岡山の山の辺の道」界隈をぶらり散歩道。

岡山市北区 一宮周辺

備中・備前の両一の宮が鎮座し、古代遺跡もあちこちに……。意外なことに実はこのエリア、郷土に刻まれた源平時代の面影もたどれます。鉄道利用なら吉備津駅で降りて宮内地区付近を通り、吉備津神社から一宮方向へ約三キロの道のり。逆に備前一宮駅からなら駅前のレンタサイクルを利用して。

瀬尾兼康公墓

鯉山小学校脇の宝篋印塔。備中妹尾郷を本拠に総社の湛井堰や十二方郷用水も整えられた兼康の塚と伝えられます。兼康は近在の「妹尾さん」の偉大な祖で平安末期の平氏有力武将。二千の兵を集めて源義仲軍を迎え撃ち「あっぱれ剛の者（源平盛衰記）」と畏怖されつつも備中板倉で1183年に討死。小学校の校庭から兼康のものではないかという遺骨も出土しました。



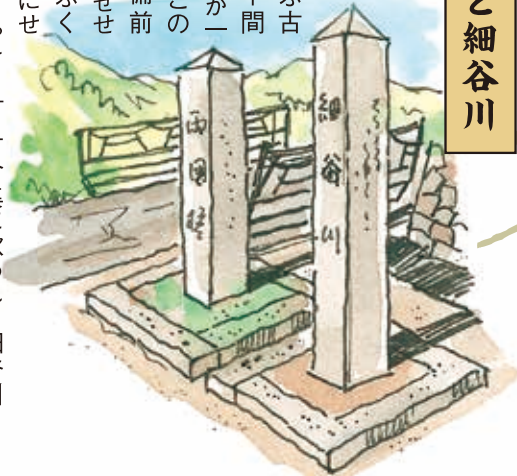
矢置岩

鯉山小学校から吉備津神社へ向かうと神池の中島に宇賀神社の赤い祠。吉備国で最も古い稲荷様といい、参道の松並木を望みながら東に進むと、正月三日に行われる「矢立の神事」で有名なこの岩が道べりに。吉備津彦命が温羅と互いに弓矢を射て戦ったとき、吉備津神社本殿にまつられている矢取明神の力によって鬼神の矢を空中で捕らえ、この岩の上に置いたという言い伝えがあります。



両国橋と細谷川

備前一の宮・吉備津彦神社と備中一の宮・吉備津神社を結ぶ古道のちよつど中間あたり。わずかにメートルほどのこの小橋が備中・備前の境目。橋下のせせらぎは「まがねふく」吉備の中山帯にせる細谷川の音のさやけさ」と古今集に歌われる細谷川（異説あり）。すぐ近くにある「有木の別所」は、源平合戦の発端となった鹿ヶ谷事件で平清盛によって権大納言藤原成親卿が配流、幽閉された場所です。



自然食材おはな

身体に優しく、おいしくリズナブルと三拍子そろったお店しかも、モーニングからランチ、カフェタイム、夕食と日中利用できる。ランチは肉と魚など2種が選べ、手作りの雰囲気がいい感じ。炊きたてのご飯がおいしい。他に「桃カレ」などの名物メニューも。家庭的な接客になんで長居してしまいそう。

営業 / 9時～21時
定休日 / 月曜日
0862500875



宋西禅師生誕地

中国(宋)から日本に茶をもたらした茶祖、また臨済宗の開祖としても有名な宋西禅師は、吉備津神社の神官賀陽氏の子として1141年に生まれ、1180年に平氏を討伐せんと拳兵した源頼朝の6歳上。源平合戦のさなか二度目の渡航をしており、鎌倉武士の精神の礎となった禅を極めつつありました。禅師生誕地とされる歴史庭園で往時をしのびます。



吉備津彦神社古代庭園

両国橋から木立の中の坂道をしばし行くと見えてくる吉備津彦神社。東西に真直ぐに伸びた参道は古代の町割り。条里制の跡といわれます。随神門奥にある中島を浮かべる池周辺は、非常に古い形式を残す古代庭園といわれています。ほぼ現在の景観になったのは源平時代のころかという説もあるようです。



備前一宮駅

かつては「中国鉄道(現在のの中鉄バス・吉備線・津山線を開業した)の古い軒瓦の残る木造駅舎がノスタルジーを感じさせてくれましたが、今は小さいけれどモダンな駅に生まれ変わりました。でも、ホームのかたわらには「なぜかいつからはなかわからない」という古墳の中にあつた石棺(蓋)が、昔と変わらず人知れず置かれています。



はなぐり塚

修験道のお寺の(福田海・拝観有料)境内。六世紀後半の古墳の上に、供養のために奉納された「牛の鼻ぐり」が何百万と積まれた塚。石室の中には真鍮製の鼻輪を溶かして造った阿弥陀仏の名を刻んだ金属板が安置されているそうで、塚の正面には馬頭観世音菩薩。今も牛馬の成仏を祈り毎年、数万の鼻輪がおさめられます。



はつらつ人生『今日も元気で!』

をみつめるため、海外の教育を見てきたかったのですが、新人教師の立場では許されませんでした。感性が鈍らないようにと採用を辞退し、ニュージブラントへ。そこで自然のバランスを大切に考える方や太古の昔から続く水の循環といった営みを目の当たりにしました。そこで、森の一滴が想像できる人、つまり、生かし生かされているというクリエイティブな想像力のある人や地域を育てたいと思っただけです。」



倉敷市酒津の旧原田邸をリノベーションし、ジャムとお菓子の研究所に。地元生産農家の旬の素材を生かしたモノづくりの拠点だ。

「地域も命、自分も命。両方あつてはじめて人生の豊かさがあります。」と語る辻さんが目指すのは「塀のない学校」。「自分たちの時代や町がよければそれでいいのではなく、先人を敬って次世代をどれだけ思いやるかが今試されています。人の心を育てるには体験しかない。自分ごとと思えるスイッチが入れば、そこからエコやロハスが生まれて、人や地域や次代をおせっかいに思いやる心が育ちます。それができるのは学校ではなく地域。地域で会う人、体験することはすべて先生です。」

そして、そういった考え方のすそ野を広げるには、おいしかったり、癒されたりするカフェはとても有効です。カフェと本質的なことの両輪があつてこそ、多くの人に伝わると思っています。」



森の水の一滴と我々の生活の結節点が酒津。高梁川の水は酒津から倉敷に入り、町を造り、命をつないでくれている。豊かな日常を感じさせてくれる場所に「水辺のカフェ 三宅商店 酒津」はある。

「塀のない学校」で、森の一滴が想像できる地域社会人を育てたい。

林源十郎商店
代表 辻 信行さん
広報 難波 美智子さん

■Profile

難波 美智子

(なんば みちこ)
倉敷市出身。大学卒業後、美術講師として勤務した後、2005年、「三宅商店」のコンセプトに共感して、入社。店長などを務め、現在は広報を担当。

辻 信行

(つじ のぶゆき)
倉敷南高等学校から、京都教育大学に進学。小学校の講師を務めた後、さらに教育を探究しようと海外へ。1994年、郷里に戻り、地域を再発見する企画や、カフェの運営を通して、物事の本質に向き合う大切さを発信している。



「人生を変えた思ってもみなかった出会い。」



本館屋上からは倉敷美観地区が見渡せる。町の暮らしを受け継いできた先人の思いが体感できる美しい家並みだ。

難波さんも辻さんの考えに共感した一人です。大学卒業後は約4年間、高校などの美術講師をしていましたが、将来設計として、発信力のあるカフェ経営を考え始めます。2005年、偶然、三宅商店のオープンを知って入社。3人の子育てと仕事を両立させ、今は美術講師の経験を生かして広報を担当しています。「大学を卒業したころは、今の状況は想像もしていませんでした。忙しい社長をお手伝いできたらいなと思っっています。好きな倉敷の町がよくなつていくのはいいですね。同じ考えの人たちと一緒にさまざまな仕掛けを進めています。地域をよくしたいという意識を持った人が増えてほしいですね。」

人生を変えた思ってもみなかった出会い。



「ウルトラマンや仮面ライダーの世代だから、自分も強くなればいんだと気持ちプラスに変えていたけど、転校やクラス替えが子どもの自分にとっては一生の別れと同じ感覚でした。そんな生と死の疑似体験を繰り返していた子ども時代でしたね。」

その繰り返しの自然な流れで、物事の本質を見極め、瞬間瞬間を大事に生きてきたことが、辻さんの今の活動を支えています。

「町づくりや人づくり、モノづくりも、結局大切なのは、本質なんです。みんな普段は忘れていくけど、天変地異などがあるとその大切さに気づきます。僕は子ども時から物事の本質を意識して古い

倉敷美観地区の二画、2012年にオープンして話題となった複合施設「林源十郎商店」。この施設をプロデュースしたのは、辻信行さんです。同じ美観地区や倉敷市酒津にある人気のカフェ「三宅商店」も手掛けています。その辻さんが抱くのは「人を育てたい」という思い。一見、カフェや商業施設の運営とは無関係にみえるその思いとは？そして、辻さんの考えに共感して入社したという方にも話を聞いてみたいと思ひ、林源十郎商店を訪ねました。

「人を育てたいと思っただけですか？」という質問に、まず辻さんは「物心ついたころから、死を意識する子どもだったんです。」と。

林源十郎商店 (はやしげんじゅうろうしょうてん)

1657年の創業以来、業種業で地域に貢献した薬品会社の社屋をリノベーション。「豊かな暮らし」をテーマにした飲食店や生活雑貨の店、デニムショップなどが入居。身近に感じてもらうため、「商店」と付く店名をそのまま残している。



本館2階にある記念室。林源十郎商店の歴史と地域の人たちから愛された二人の当主を紹介している。



■林源十郎商店
所在地:岡山県倉敷市阿知2丁目23-10 TEL:086-423-6010
定休日:月曜日(祝日の場合は営業、翌日休業)※定休日異なる店舗あり
営業時間:10:00~18:00(各店舗で異なる)

林源十郎商店 検索



することではなく、地域を愛し、豊かな人生を送るための学びの場づくり。共感する人たちと共に、新たなアイデアで思いを伝えていきます。

「恩師の、教育とは?という問いの答え

辻さんは倉敷の高校を卒業後、小学校の教員を目指します。約1年間の講師時代には、フィールドワークで子どもたちに体験、体感の楽しさを伝え、手応えを感じていました。ところが、就職が難しかった時代に採用試験に合格するも、それを辞退することに。



昔は当たり前だった豊かな「食」を次の時代に伝えたい。そんな思いで一つひとつ手作りする。

トライ!! 健康生活。

身体健康法「ピラティス」で、動ける体を身につける!②

生活に根付く。ピラティスコミュニティで
明るく、楽しく、健康な生活を送る
アメリカ、サンタフェの人々。



サンタフェ滞在中に公園から見上げた空。サンタフェは標高2,100mで乾燥しており、青空が本当にきれいです。



サンタフェのダウンタウンにある教会

私が今も学び続けているピラティスのルーツは、ニューヨーク州サンタフェにあります。ここはかつてピラティス氏の愛弟子のうちの一人であり、また彼に多大な影響を与えた「イブ・ジェントリー」が住んでいた場所。ここで彼女はピラティス文化を発展させてきました。



ピラティス氏とイブ・ジェントリー。彼女はピラティス氏の創世記に会い、一番長く共に仕事をしました。



中央はイブの後継者、一番弟子のミシェル・ラーソン。左は日本人で唯一イブとピラティスについて公で語ることが認められているサンタフェ在住の北佳子さん。

現在はまだで日本のコンビニのように200mおきにスタジオが多数存在していて、みんな仲が良く尊重しあい、それが活かしたレッスンをしています。生徒の目的に合ったスタジオをみんなで紹介しあう。これがサンタフェのピラティスコミュニティ。日本でも横の繋がりを持つて皆でサポートしていくことが理想です。

サンタフェでそれぞれのスタジオを見学させていただいた際、そのうちのひとつのスタジオにとっても感銘を受けました。そのスタジオに通う人々は60代以上の男女がほとんど。ピラティスには専門器械があるのですが、全ての人がそれをきちんと使いこなしていました。



サンタフェやその近隣で活躍するピラティスティーチャーたち。同じ価値観を持ち、ピラティスのコンセプトを理解したうえでオリジナリティを備えています。

アメリカでは医療費が高額なため、よほどのがない限り病院には通いません。だからか、健康や自己管理意識が非常に高いです。同じお金を使うならサプリメントや運動等の健康のために使いたいという生徒さんもおっしゃっていました。

今後の医療費削減や社会保障制度の変化に対し、少なからず不安を感じる昨今ですが、日本でも老若男女にピラティスの素晴らしさを知っていただき、人々の生活に根付いていけばうれしいなと日々のセッションを頑張っています。(2017.12.8) やすい ゆうこ

監修 Kua Studio Kua 主宰: やすい ゆうこ

医療系大学を卒業後、スポーツクラブで栄養士、インストラクターとしての経験を積む。2003年、自身のケガをきっかけにピラティスと出会う。国際ライセンス取得後、2013年に「Studio kua」設立。整体、ピラティス、食生活アドバイスを柱として、施術、指導にあたっている。

〒701-1211 岡山市北区一宮1046-5 OPEN9:30 CLOSE21:00 [完全予約制]
TEL:070-5307-8355 MAIL: info@studio-kua.com 駐車場:5台完備

*上記スタジオでは個人および3名までのグループレッスンに対応。
外部施設でのグループレッスンも開催中。



イブの弟子の一人であるスザンナから学びを得ている様子。彼女はなんと90歳。

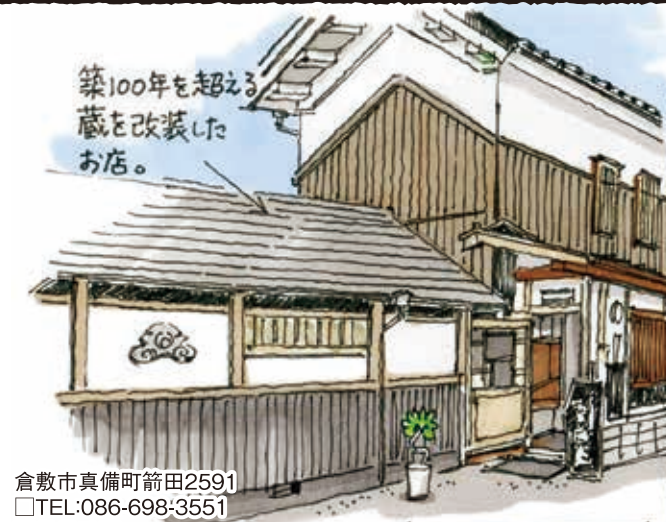
イラストレーター 藤井が行く

ちょっと寄り道 ごはんの時間

13

倉敷市真備町箭田。蔵座庵は県道から少し入った、のどかな田園風景を見渡す所にあります。5年前、同じ敷地内に開店した和食の店の常連さんの「昼前予約なしで来られる店を」という声に促されて、2017年夏に十割生そばの店を始めました。実家の蔵を改装し、蔵に残る昭和レトロな道具類を元グラフィックデザイナーの店主がレイアウト。美味しなお蕎麦と何とも不思議な落ち着いた空間を訪ねて、ワンデイ・タイムトリップしてみませんか。

五まい笹 生そば茶屋 蔵座庵 あん



倉敷市真備町箭田2591
TEL:086-698-3551

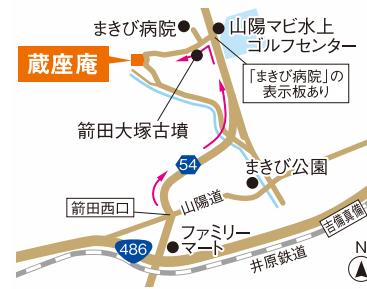
営業時間:

昼の部 / 11:00~15:00 麺がなくなり次第終了
夜の部 / 17:00~コース料理のみ・要予約
40席 (1F、2F、テラス席)

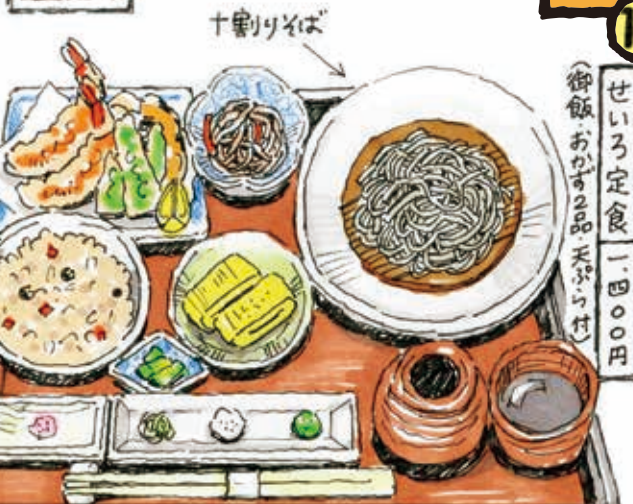
定休日:月曜日(祝日の場合は翌日)

駐車場:店舗前に20台

*夜の部は、4名様以上で前日までに予約。そは会席(お一人様3,500円~)。詳しくは電話でお問合せを。
*昼の部のメニュー:せいろ、かけ蕎麦の単品(700円)のほか「季節のおすすめ」「今日のおすすめ」などの定食。トマトやクリームソースを使ったイタリアンな蕎麦メニューも。アルコール有ります。
*近くには、郷土の偉人、吉備真備を顕彰する「まきび公園」や、毎年秋に竹林音楽祭が開かれる箭田大塚古墳があります。



2017年11月取材・価格はすべて税込



せいろ定食 一、四〇〇円
御飯 おかず2品(天ぷら付)

天気の良い日にはテラス席も。

ロイヤルカード会員募集中

年会費・月会費 一切不要

お供物・花環からギフトや法要商品・仏壇・墓石等、割引特典がいっぱい!!(三親等の範囲で適用になります。)

5,000円のみ
入会金1回限り

入会特典

- オリジナルエンディングノート
- QUOカード
- スタックハニー

ただいまご入会いただいた方には上記のうちいずれか1点をプレゼント!
※写真はイメージです。

- 祭壇セット 10%割引 (祭壇セット料金30万円から適用)
- ホール使用料・光熱費 無料 (式場・控室・通夜室)
- 花環 20%割引 ● 生花・盛籠等 10%割引 (他社の自宅葬の場合でも割引可)
- 葬儀の際に入会金5千円は葬儀費用に充当5千円割引
- ギフト・法要/商品券1万円 仏壇・仏具/商品券1万円 (祭壇セット料金30万円から適用、葬儀後にご利用できます)
- 法要祭壇(生花・果物付) 20%割引(例) 仏式祭壇 30,000円→24,000円(一升餅もサービス)
- ギフト商品を通割引より 5%割引 (中元・歳暮・内祝・満中陰志・粗供養品※一部除く)
- 病院・施設・自宅からの寝台車搬送 無料 (倉敷市・岡山市)
- 葬儀の際のおしぼり・献茶等 サービス
- 仏壇・仏具・墓石 5~20%割引 (中原三法堂全店)
- その他、指定店での割引や優待があります。 ※全て税抜き価格表示です

すでに他社の会員になっておられる方でもどうぞご相談ください。

互助会や他社の会員の方が
アーバンホールを
利用される場合
解約手数料は当社が
負担いたします!!

