

2月初め、娘と孫の3人で高松**栗林公園**へ行って来ました。近くて遠い香川県です。朝ゆっくり出発したため、着いたのが昼時間になりました。まずは 腹ごしらえと屋島の麓にある「うどんの**山田屋**」へ行ってみることに。**山田屋**は江戸時代の大庄屋で後に造り酒屋となった800坪の敷地を有する堂々たる構えの古民家です。着いてみると門の内・外にいっぱいの人々が三々五々並ぶでもなく待っている様子。ところが次々と名前が呼ばれ、どんどん屋敷内に吸い込まれていきます。我々も程なく席に通され美味しいおうどんを 頂きました。中でも娘の頼んだ「讃岐ちゃんこ」には大えび ホタテ等が入っており大満足の様子でした。庭からの木漏れ日が古いガラス越しに差し込み のんびりくつろげました。

栗林公園は 水戸光圀(黄門様)の兄 初代藩主松平頼重が完成させた大名公園です。敷地面積は 文化財公園としては紫雲山を含むため日本最大です。**栗林**とはいうけれど栗の木はなく立派に手入れされた約1000本の松を中心に、60か所の見どころを配しています。では北門から入ってみましょう。今はありませんが北芝広場には江戸後期、檜御殿があり城主が住んでいました。ぶらぶら歩いていくと**鶴亀の松**に出会いました。なるほど亀に似た巨石の上に鶴のような見事な松。見ごたえ十分です。さらに西湖の対岸紫雲山から滝が流れ落ち 旧日暮亭からの眺めも素晴らしいです。土日一般公開してくれている旧日暮亭は 平素我々が目にする茶室と異なり水屋が別棟となった武者小路流の大名茶室だそうです。茅葺の素朴な造りと待合 露地等が周りの景色に溶け込み絵のようです。そこから池に沿って歩くと 突然飛石が現れます。孫に手を引かれ渡り切ったところで やっと今回の目的、お抹茶を頂く**掬月亭**へ着きました。韓国からの親子等3組が座敷にすわり 和服姿の女性が運ぶお菓子とお茶を頂きました。この後 奥の間を見学したのですが 南湖にせり出すように作られた表座敷からは和船がゆったり行く様や 湖に点在する小島が広がり見飽きぬ景色です。後から知ったのですが 向いの築山にある飛来峰から 南湖・紫雲山を見るのが**栗林公園**の絶景とか。残念 茶店の団子と金色の鯉に見とれて忘れていました。**栗林公園**は夏になると5時半に開園するほか 催し物も多く県民の憩いの場となっているようです。スタンプラリーのように60か所巡りも楽しいかもしれません。

ただ一つ 残念なのは 北門近くでは高いビルが目に入ることです。では池田藩の大名庭園といえば「**後楽園**」ですよね。1700年頃 2代藩主池田綱正が 沖新田の干拓の一環として津田永忠に命じて 遊水地を兼ねた**後楽園**を造らせました。当初は 園内の大半が田畑だったそうです。日常にお城から舟で通っていたようで 今も「御舟入跡」が残っています。綱正は園内の田を眺めるのを楽しみしており日記に書き残しています。また城主が参勤交代で岡山不在の折りは 日を決めて領民も入場を許され、初午の祭礼時6万人が訪れたそうです。領民と共に楽しむ空間と捉えていたようです。**後楽園**は旭川の水を園内に引き込み曲水とし、唯心山を中心とするのびやかさは陽「**延養亭**」から花葉の池の奥 二色が岡はうっそうとした木が生い茂る 静まり返った陰。(私の思い込みです) 向かい合った両側に それぞれ特色を持った大名庭園があるなんて素晴らしいです。皆さんも再度、訪れてみては如何でしょう。ちなみにお土産は「瓦せんべい」を買いました。



山田屋の讃岐ちゃんこ



栗林公園 飛来峰からの眺め



旧日暮亭



御舟入跡



鹿田薬局

楽楽ニュース

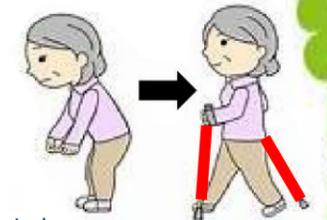
第76号

岡山市北区厚生町
2-7-15
(086)226-3711



ノルディックウォークのすすめ

ノルディックウォークは、年齢や性別を問わず、体力に自信のない方や運動の苦手な方でも自分のペースで楽しめる健康スポーツです。自分の身長に合わせた 2本のポールで家の周りや公園を歩くと下半身だけでなく上半身も連動するので、全身の90%の筋肉を使うと言われていています。全世界的に人気スポーツになっているようです。若い方にもエクササイズの一つです。



シニアにとって

ノルディックウォークはバランス感覚が整い 転倒予防効果が期待できます。人が疲れずに歩くには骨盤の上に重心を乗せることが大切です。ノルディックウォークは 再び正しい姿勢での歩行を思い出す手助けになります。「無理のない姿勢」をキープする事により 股関節・膝への負担を軽減します。1本杖を持つのは、根本的に異なり自然の歩き方を身に付けることができます。財津は3年前よりノルディックウォークを始めました。当初は惨憺たる歩き方でしたが今はスムーズに歩けるようになりました。車の免許を返納したのでバス 電車 歩きの日々です。最近姿勢も良くなりましたよ。あちこち 痛みと戦っておられる皆さん、そろそろ寒さも和らぎます。是非 2本のポールを持って歩いてみましょう。

*ポールは HATACHI がお勧めです。ポールの先端が特許技術仕様の為 安全です。当店で お取り寄せ出来ます。又、お試し用のポールも用意しておりますので、いつでもお声がけ下さい。

お花プレゼントキャンペーン

令和7年3月5日(水)~8日(土)

皆様のご来店をお待ちしております。

