

まちのアルバム

中国発祥のストレッチ体操

健康徒手体操団みかみでは、毎週火曜日、中国発祥の体操「練功十八法（前段）」や太極拳の動きを取り入れた「太極ストレッチ体操」を行ってられます。

日本武術太極拳連盟公認指導員である西川正造さん指導のもと、反動をつけないゆっくりとした動きと深い呼吸で行うストレッチ体操。緩やかな動作に反し、身体の重心や呼吸方法、指先の動きまで意識したストレッチは体力と筋力がとても鍛えられるそうです。

「いつまでも健康な生活を送れるように」と意欲的に取り組む団員の皆さん。週に一度のこの時間を大切にしているそうです。



▼2月14日 コミュニティセンターみかみ



歴史の小窓

—学芸員のメッセージ—

(222)

歴史民俗博物館 ☎587-4410、Fax587-4413

「永原御殿—徳川三代の宿泊所—」

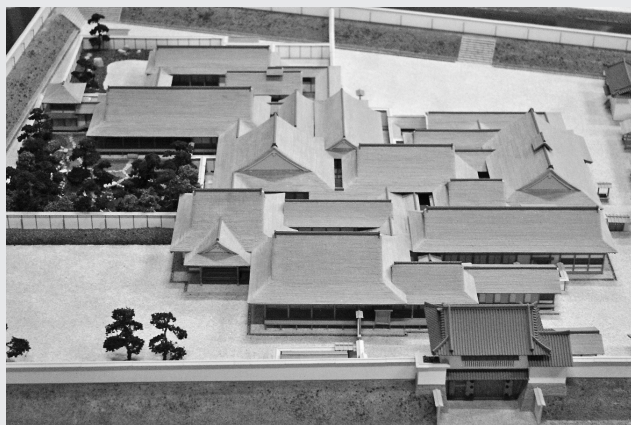
野洲市永原にある国史跡「永原御殿跡」は、江戸時代初期に徳川家康・秀忠・家光の三代の将軍が、上洛（京都に行くこと）のための宿泊所として築いた城郭の跡地です。

『永原共有文書』の「永原御殿跡御由緒書」によれば、慶長6（1601）年ごろ、永原御殿を管理する「御殿守」という役職が置かれたとあります。少なくとも家康は6回、秀忠は4回、家光は2回、永原御殿に泊まっています。寛永11（1634）年に家光が上洛するさいに、永原御殿は大規模に拡張されました。

拡張後の永原御殿は本丸・二の丸・三の丸からなり、本丸は台形の敷地で、西の辺は約136mもありました。本丸は土塁にかこまれ、土塁をのぞいた本丸の面積は約1ヘクタールありました。しかし、寛永11（1634）年に

家光が泊まったのを最後に、永原御殿は使用されなくなり、その後、廃止されました。

（市史専門調査員 川原 吉貴）



永原御殿模型（本丸部分）野洲市歴史民俗博物館蔵

※博物館は3月下旬まで防災設備等更新工事に伴い休館しています。

休館中も通常休館日（月曜日、祝日の翌日）以外は、これまでどおり問い合わせなどの窓口業務は行っています。