ふるさと再発見

神習処跡

上新丁にある神習処跡は、幕末から明治時代に活躍した島原藩出身者　丸山作楽（1840～1899年）が開いた私塾跡です。

作楽は、島原藩士丸山正道の長男として江戸で生まれ国学を平田銕胤から学び、尊皇攘夷思想の影響を受けました。

文久三年（1863年）、島原永住を命ぜられ上新丁に神習処を開き、藩士たちに尊王思想を広める一方、他国の勤皇の志士たちと連絡を取り合い、攘夷・倒幕活動に参加しています。

当時の島原藩は、将軍徳川慶喜の弟忠和公が藩主を務める譜代藩。作楽は一時期牢獄に入れられますが、明治維新後の明治二年（1869年）外務省高官の外務大丞となり、当時国境が確定していなかったロシアと交渉を行いました。

帰国後、征韓論に同調したため投獄されますが、明治十三年出獄して自由民権論に対抗する「明治日報」を発刊。

同十五年には「立憲帝政党」を組織します。

同十九年には宮内省の図書助に就任し、憲法と皇室典範の制定に参画、同二十三年、元老院議官のちに貴族院議員に勅選されています。

勤皇の志士として幕末の動乱を生き抜き、新政府で数々の役職を歴任した丸山作楽。彼が教えた神習処跡には、記念碑と桜の木が植えられ、毎年4月3日に遺徳をしのぶ「さくら会」が行われています。

クローズ アップ Close Up!

「ストレッチ愛好会」

最近、運動不足で体が硬くなったり、体力の衰えを感じたりすることはありませんか。

今回紹介するのは、体の柔軟と筋力向上のためにストレッチを行う「ストレッチ愛好会」の皆さんです。

この会は約9年前に結成され江川緑さんの指導の基、毎週1回、30人が健康づくりに取り組んでいます。

ストレッチは、ボール・タオル・ゴムチューブなどを使い、無理せずに自分のできる範囲で呼吸を意識しながら約1時間かけて行われています。

皆さんにストレッチをした感想をお聞きすると「体が柔らかくなった」、「歩くのが楽になった」、「病院にかからなくなった」、「膝のリハビリのため」などストレッチによる効果を皆さん実感されています。

運動不足を感じている人は一度体験してみてはいかがでしょうか。

連絡先（江川緑さん　☎㊸10 57）