

ふるさと再発見

古今和歌集(松平文庫所蔵資料)

「古今和歌集」は延喜五年(905年)醍醐天皇の勅命によって作られた最初の勅選和歌集で千百首の和歌を収め後世の写本とされた歌集であり、「新古今和歌集」は後鳥羽天皇の命によって元久二年(1205年)に成った、これも後世に多大な影響を与えた歌集です。

松平文庫には、「古今和歌集」に係する書物が数多く伝えられますが、これは江戸初期に名君として知られた

松平忠房公が収集したものが中心です。

古今和歌集の写本のほか、目録や註などの解釈の書も多く、南北朝時代の北畠親房が著した「古今和歌集之註」の写本や、連歌師として有名な宗祇の「古今和歌集両度聞書」「古今序註」の写本、また戦国武将としても知られる細川幽斎の「新古今和歌集聞書」の写本などがあり、いかに「古今」「新古今」が重んじられていたかがうかがえます。

松平忠房公は武士として弓馬の道に励むかたわら内外の書物に親しむ当代きつての文化人であり、將軍家に仕える儒学者林鷺峰や、姫路藩主榊原忠次など、当時文人として有名な人々との親交が知られています。今に残る松平文庫はこのような文人たちと交流し書物を貸し借りする中で形成されていたようです。

遥かな昔から受け継がれた「古今」「新古今」の和歌の流れは、松平文庫にも脈々と受け継がれています。



古今和歌集

クローズ アップ

Close Up!

「有明健康太極拳」

深い呼吸とともに体を動かす健康法といえば、皆さんは何が思い浮かびますか。

今回、紹介するのは「有明健康太極拳」の皆さんです。

太極拳は中国で発祥した中国武術の一つで、緩やかな動作から健康維持に大きな効果があると言われています。

このサークルは、5年前に結成され、篠原康二さんの指導のもと、生活習慣病の予防・改善を目的として、10人が週1回の活動を行っているそうです。また、体を動かす際は太極拳だけではなく、ツボ押しや整体など様々な健康法も取り入れており、健康増進を意識して体を動かしているそうです。



会員の一人、森美智子さんにお聞きすると「健康太極拳は内臓機能の改善、自律神経の調節、ストレス発散と心の安定、肩こり・腰痛の痛みを和らげる効果があります」と話してくれました。また、会員の皆さんにお聞きすると「肩こりが無くなった」、「よく眠れるようになった」、「ストレス発散になる」、「きつい動作はないから家でも何かなしながら簡単にできる」と話してくれました。

ゆったりとした動きでも、きちんと健康増進を実感できる健康太極拳。

皆さんも、一度やってみませんか。

問い合わせ先…森美智子さん
(☎) 3719