

# ふるさと再発見

## 島原城天守



により現在の天守閣は復元されたといえます。

しかしながら、「島原半島史」(林銑吉編 長崎県南高来郡教育会 昭和29年)に掲載されている「普請方記録」の天守の柱の数の分析や、これまで天守復元に使用されてこなかった江戸時代の絵図、明治時代の記録の研究により、1階と2階の平面が同じ大きさで、壁面が下見板張である新たな島原城天守復元案も、近年示されています。

松倉重政が島原城を築城して、まもなく400年となります。まだまだ謎も多い島原城。皆さんも、島原城の探究を始めてみませんか。

島原城天守閣は、昭和39年(1964)に復元され、今年、50周年を迎えます。島原城を造ったのは、元和2年(1616)に大和五条(奈良県五條市)から島原に入封した松倉重政です。元和4年に島原城建造に着手し、7年の歳月をかけ、自ら理想とする城を完成させました。

その島原城の天守については、築城当時の資料が残っており、正確な姿はわかりませんが、藩政時代の古記録や聞き取り調査



島原城天守 榎行立面復元図 (©平成19年 宇土智恵)

## クローズアップ Close Up!



ハピネスサークル

今回、紹介するのは、しなやかな体と健康づくりを目的に「ピラティスを行う「ハピネスサークル」の皆さんです。

ピラティスは、体全体のバランスを整えたり、筋肉を鍛えるなどのメリットがあるほか、年齢を問わず誰でも安全にできるとして、近年注目を集めているエクササイズです。

ハピネスサークルは、平成23年にスタートし、20人の会員が毎週火曜日に活動を行っています。

島原のほか福岡や産婦人科でもピラティス講師を務めるHIROMIさんは「ピラティスを行うことで、



筋肉を鍛えると共に関節の可動域を広げ、正しい姿勢を取り戻したり、肩こりや腰痛を予防することができます。産前・産後の人にもお勧めです」と話してくれました。

会員の人に話を伺うと「背筋が伸び姿勢が良くなった」、「肩こり・腰痛がなくなった」、「疲れにくくなった」という声があり、皆さんピラティスによる効果を実感されているようです。

背筋が伸びると姿勢がよくなり、気持ちも前向きになります。皆さんも、ピラティスで健康づくりを始めたい方はぜひお問い合わせください。

▼問い合わせ先  
白山公民館 ☎022221