

奥の細道「松尾芭蕉と健康ウォーク」

3月22日千住新橋「荒川放水路」に

かかっている橋の袂にある「学びピア」で松尾芭蕉に関係のある地域の伊賀上野・栃木黒羽・江東区深川・荒川区南千住・足立区千住・埼玉県草加市の方々と東京新聞したまち支局長が集まり、足立区職員の司会で「お

☆六郎が語る 南千住一口話 第70回

くのほそ道」ネットワー
ク会議を開き、広域交流
を図り元気な地域作りを
しようと呼び掛けた。話し合
いました。
また3月25日に第13回
「奥の細道矢立初めの俳
句大会が天王様「素盞雄
神社」で開かれ60余名の参
加をいただき、俳句に対するファン層
の厚さを感じました。

日暮里の養福寺には寛政4年(1792)
谷素外によって建てられた松尾芭蕉の
師匠で大阪の俳人、談林派の西山宗因
の碑があります。天王様には文政3年

(1820) 建部巢鬼の画と亀田鵬斎の書で

千住2丁目の山崎鯉隠により建立され
た松尾芭蕉の奥の細道への旅立ちの記
念碑があります。芭蕉は貞門派だそう

です。南千住と日暮里に天下の大俳人
のお二人の碑があることは素晴らしい
事で、これを足がかりとして天王様を
基点として南千住の商店街を歩んで
詠んで食べて買物して語らって、健康
になる芭蕉健康ウォークを考えていま
す。商店街に健康ウォークコースを作
り距離表示とコース案内と芭蕉の句を
併記し歩いた距離に応じて健康度合を
判定し、商店街のポイントでスタンプ
を押して回りゴールでもれなく記念品
や抽選で賞金やクーポン券がもらえる
仕組みです。

健康と歴史の学習と史跡観光を兼ね
商店街へ人を呼び込む方法としたいの
です。ガイドマップを作り、スタンプ
帳の配布・完走証明書の発行で毎月一
回開催し、今第3土曜日のお地藏さん
の富くじ市のようにやっていきたいと
計画しておりますので、その節にはぜ
ひ、ご参加をお願いします。

今住んでいる土地を愛して
下さい。町の歴史を知り、地域の人々
と交わって下さい。南千住は良い町で
すよ。天王様の祭りも6月1日2日3
日と決まりです。参加しておおいに楽
しんで下さい。



仙成こと杉山六郎



多いハーブです。
★メリッサ(シソ科) レモンバーム
神経衰弱、不安神経症、消化器系、
アレルギーによいです。

★ラベンダー(シソ科)

殺菌効果や鎮静作用が高くイライ
ラを鎮めます。セキやカゼ、気管支
炎など呼吸器系にもよいです。

○飲み方

ポットに選んだハーブ(3〜4種)
を一つまみづつ入れ、熱湯を350
cc注ぎ4〜5分おいたら飲み頃です。

4月28日(土曜) 30日(月曜) 午後
1〜2時ハーブ教室開催します。会
費1500円要予約。ラボンヌオカ
モト店内にて。

◇ラ・ボンヌオカモト◇

荒川区南千住8-51-5 べるぼう
と東館内 3801-4725
営業時間 AM10時〜PM8時
定休日 水曜日

南千住駅より都バス(どのバスでも
とまります。)ではなみずき通り中
央下車(城北信用金庫前)

胡録神社斜め前、べるぼ
うと汐入商店街内スーパ
ー三徳の隣



がよいです。

★ボダイジュ(葉・花)

入眠作用があり神経をやわらげて
くれます。当店で一番リピーターが

★カミルレ(キク科)

カモマイル・カモミールとも呼ば
れていて、とてもピュラーなハー
ブです。風邪のひきははじめにはとて
もよいです。胃腸にもよいですがア
レルギー性鼻炎の方は使用しない方