



2009年1月4日(日)午後1時集合でお正月の運動不足を健康ウォーキングで解消しよう

23名の参加者と2時間半のコースでしばらく中断していた「街歩き」を始めました。当初、予約の方15名でと考えてましたが、当日JR南千住駅前には23名が集まり全員でスタートしました。

南千住には7つの神社と11の寺院がありますが、皆さんは名前と場所が判りますか。判る方はかなり南千住地域史に詳しい人です。何とか南千住七福神をたちあげたいと考えています。ぜひ、皆さんの知恵をお貸し下さい。お願い致します。

☆六郎が語る南千住一口話 第91回

1時半出発して南千住駅(明治28年開業)と隅田川(明治29年開業)の解説した後にコッ通りが江戸時代の四宿五街道のうちの日光街道と奥州街道だったことや千住下宿、回向院(1667)延命寺(1985)の説明をしました。渡線橋(昔のドンドン橋)を渡りながら橋の上から江戸の首切り場と貨車区の話をして地方交番前へ。構内通から馬車道へ。「なぜ3丁目には馬頭観音石碑が多いのか」の解説をして明治通りへ。平賀源内と解体新書の関わりを話して石浜神社(704)真先神社(1532)へ参拝。つり橋跡を渡り、水難事故の観音像を参拝。その先にあった連合軍捕虜収容所(昭和18〜20)へ。大工場地帯を解説し、汐入地区の鎮守

「大六天」胡録神社参拝。汐路橋を渡り南千住糞尿集荷所(昭和16〜23)を通り、砂尾土手を西に向かつて進み山王清兵衛の小詞を右に曲がって日枝神社(1316)中村町の鎮守を参拝して解説し、千住大橋(昭和2)へ。日光街道(4号線)を横切って江戸時代から続く木材商「角吉」さん前で解説。熊野神社参拝。川岸と木材商と川越夜船等の話をして米倉屋敷を通り抜けて製絨所(明治12)へ。目の前にある若宮神社を参拝。東京球場(昭和37〜57)の話をしながら旧南千住役場跡(明治22)へ。ふるさと文化館の前庭には回向院にあった橋本左内先生の旧「サヤ堂」がその姿を現していました。これは、完成したらふるさと文化館の看板になるでしょう。下谷道を通り天王様(素盞雄神社795)の境内に入って、ご神木の大いちょう・瑞光石・富士塚(富士山)・江戸町火消し「ぬ組」の鉄製の水桶(私の祖先達が奉納)・松尾芭蕉の記念碑・庚申塔等を解説して、最後にお楽しみ抽選会(商品券)を行い、次回の参加をお願いします。

4時に解散となりました。次の七福神社巡りでは、距離と消費カロリーの表示をして健康管理もできる組み合わせを考えています。

今、自分の住んでいる町の成立「歴史」を理解して愛着を持って生活していただき良い町作りをしていくことを新年を迎え強く望みました。また、一年楽しくやって行きますよう。皆様のご協力よろしくお願い致します。

仙成こと杉山六郎



亜矢のハーブ一日メモ
TEL3801-4725

皆さん、明けましておめでとうございます。

私はといえば例年通り食べてはゴロゴロと過ごしてしまいました。そして毎年恒例のお墓まいり。晴天続きでしたが外は寒く、タオルをすすごうとバケツに入れた手はジンジンと痛いくらいでした。ご先祖様にご挨拶、そしてまた今年一年頑張らせていただくこうと手をあわせると、晴れやかな気持ちにさせていただきました。

皆さんはいかがお過ごしでしたか?年の初め、この時期はどうしてもおいしい物を頂く事がとっても多いですね。それでなくてもコレステロールには気を使っているのに、というかたも多いのでは・・・・フランスではよくアーティチョークのサラダなどを頂くそうですがもつと簡単にハーブティで飲んでみるのはいかがでしょう。独特の香りと味で、少しミネトを加えるとサッパリといただけます。

「野原の美女草」の異名があるエレガントな草。利尿作用・発汗にもすぐれ、肥満防止にも役立ちます。

◇ボダイジュ白木質
脂肪分解、利尿促進に良いといわれています。体内を浄化するのにブレンドされることが多いのですが、少しクセのある味がします。

【飲み方】
350ccほどのポットにブレンドハーブを入れ、熱湯を注ぎ4〜5分おいたら飲み頃です。ミントを入れる場合は2分ほどしてからいれると風味があります。

☆コレステロールブレンド10袋入り2100円。当店で販売しています。

