

# 水の国、滋賀ウォークで認知症予防

今回ご紹介するのは…

甲賀市  
しがらきちょう  
信楽町



滋賀県史跡丸又窯

「炎と水」をテーマに  
焼き物の里を歩く

信楽は日本六古窯の一つとして全国的に知られる焼き物の里です。町内には歴史ある窯元が数多く点在し、煙突のある情緒豊かな風景を楽しみながら散策することができます。

シンボルとなつている狸の焼き物は、その姿かたち「八相縁起」と呼ばれる縁起が表現されているのが特徴。駅前巨大な狸の公衆電話ボックスをはじめ、町のいたるところでさまざまな表情の狸に出会えます。

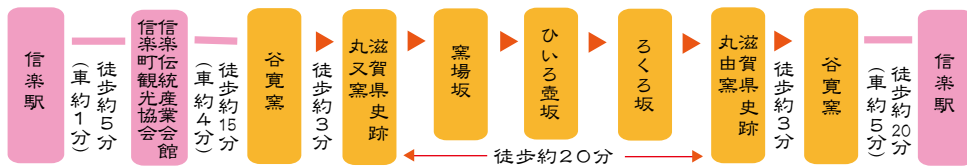
観光案内所は信楽伝統産業会館の中にあり、ここで詳しい地図やパンフレットがもらえ



信楽伝統産業会館にて



信楽駅前広場







ます。館内には鎌倉時代から近  
世まで年代別の作品が展示され、  
信楽焼の歴史を知ることができ  
ます。まずここで情報を収集し  
てから信楽ウォークをスタート  
するのがおすすめです。

### 工房で信楽焼の美に触れる

窯元散策路の  
案内にしたがつ  
て路地を歩け  
ば、信楽焼のモ  
ニユメントや昔な  
がらの登り窯があ  
り、窯元ごとに個  
性ある作品を見え  
ることができま  
す。その中の一  
つ、谷寛窯はこ  
の地で三代続  
く歴史ある窯  
元。明治の師  
範学校を移  
築した建物に  
工房とギャラ  
リーがありま  
す。ギャラリー  
には三代目  
当主で陶芸  
作家の谷井  
芳山さんの  
作品が並び  
ます。粘土  
の調合や釉  
薬を研究、  
電気やガス  
などで、信  
楽焼の原  
点の窯(穴  
窯)という  
赤松と雑木  
の薪と窯  
の力だけで  
焼き上げる  
自然の法則  
を利用した  
昔な

利用した昔な



散策路で見つけた信楽焼



芳山さんのお話

### 【ウォーキングによる身体の反応(市販血圧計)】

- 出発前 血圧高154低85 心拍数87
- ウォーク後 血圧高134低78 心拍数91



Aさん(女性)

工房で焼き物のお話を聞き、幸せな時間を過ごせました。いい器を使うと心も豊かになりますね。

- 出発前 血圧高152低64 心拍数68
- ウォーク後 血圧高159低73 心拍数83



Bさん(女性)

今まで知らなかった信楽の歴史や焼き物のお話に感動しました。また訪れたいと思います。

取材協力: 谷寛窯 ギャラリー陶ほうざん  
〒529-1851 甲賀市信楽町長野788  
営業時間 10:30~17:00. 火曜定休  
TEL: 0748-82-2462



からの製法を  
実践されてい  
ます。自然が  
作り出す美  
しい色や模  
様の作品に  
出会えるの  
はもちろん  
、信楽や焼  
き物の興味  
深いお話を  
芳山さんか  
ら聞くことも  
できます。



マンホールにも信楽らしさが



芳山さんのギャラリー

### 認知症予防 エクスサイズ

信楽の町並みに  
エネルギーを感じながら歩く。

四方を豊かな森に囲まれ、自然林の根元から湧き出る歴史を抱いた伏流水は、山の斜面を流れながら落ち葉を溶かし土の中から色々な養分を含んだ水に変わっていきま  
す。県下でも標高の高い地に自生する木々の幹や葉・根から発せられるフィトンチッド成分等も風雪によって表土から長い時間をかけて深く浸み、他に類を見ない珍しい粘土となりその原料を使って千数百年の歴史を重ねている焼き物の町街角を歩くだけで空気に染みこんだエネルギーの力を感  
ずることが出来ます。

① 焼き物の町でのエクササイズは高台より見る緑に囲まれた町の景観そのものと風が運んでくれる焼き物の香りが他に類を見ないエネルギーエクササイズの町と言えます。さあ、目をさむつて、両手を横に胸をいっぴい広げ、鼻からグーッと空気を吸い込んで、口からゆっくと吐いていきましょう。5回以上の繰り返しがポイントです。

② 高原鉄道信楽駅から窯元散策路の『窯元散策の道』へ歩いて5分~10分程度です。ゆっくと窯元作業やむかしの登り窯などを見学しながら坂道をジグザグに歩くウォーキングは、直線に歩くより足、腰への負担が軽く、ゆっくと歩きましょう。くれぐれも車に気をつけながらね。

