

中川 裕英

NAKAGAWA Hirohide

本誌編集委員



編集委員のリレーということで執筆の依頼がありました。全く文章というものに縁のない人間ですが、世に単身赴任族が多くいらっしゃることを前提に休日の過ごし方の一つを紹介することで、多少の動機付けにでもなればと思い筆をとることにしました。

私は、滋賀県の石山という決して都会ではない処から出て参りました。当時は移動の殆どは車か電車。歩くことは殆どなく、そのため生活習慣病というものに全く当てはまる暮らしをし、数値も年を経るごとに成長していました。それが2年前に東京へ単身赴任をはじめ流石にそういった生活習慣を改めるべく、決め事をしたのが“運動”それも「ウォーキング」です。決して仕事のストレスのやり場という訳ではなく、どちらかと云えば寂しさ紛れだったかも知れません。とても毎週という訳にはいきませんが、月に2回は10km以上は歩くようにしています。最近ではその手合いの本も多くあり、今単身先の周囲を歩くだけでもたくさんの歴史との出会いがあって「歩くこと」の違った楽しみを味わうことができます。改めて「流石 東京！」って感じです。ここでは今まで歩いた中でもお勧めルートを紹介させていただきます。

1. 品川宿 “旧東海道ルート”

これは良くご存知の方もいらっしゃると思うの

ですが、幕末に限らず著名な人物の足跡が少なからず残っています。誰が行っても必ず知った名前のいくつか町並みに出てきて当時の血気盛んな時代が偲ばれます。また元々遊里でもあったことからその文化や風情が漂っています。また神社仏閣も多く東海七福神印を集めて回るのも一興かと思えます。残念ながらペリー来航に備えた台場跡や竜馬像などの海沿いは見る影もありませんが、鎌倉時代に創建された善福寺や家康が関ヶ原の戦勝祈願に立ち寄った品川神社は特に有名なスポットのようです。

2. 皇居周辺 大手門発着～1周約5～7km

誠に月並みですが、皇居内は勿論日比谷公園も含め庭園といっても和と洋の多様な景観が堪能できる良くできたルートだと思います。詳しくは観光本に掲載されていますので割愛しますが、ぶらり歩きなら九段方向の国立美術館や科学技術館、それに靖国神社内の遊就館など芸術のみならず歴史・科学と多感に訴えるスポットがあり楽しめます。また、春桜の季節には千鳥ヶ淵をはじめどこに行っても「美しい日本」が味わうことができ、一人であることを忘れることでしょう。

最後に、赴任当初東京は高層ビル開発が続々と行われ市場原理に基づく競争・ビジネスの街のイメージが強かったのですが、今ではかつての先人たちが新しい「国のかたち」を求め活躍した舞台であることを強く感じています。自分も今この時代に生きる人として“そうありたい”という気持ちを持ち、先人に恥じぬ様素行の戒めを難しいですが図っているところです。

皆さんも新しい自分発見と健康維持のための一つとして“ウォーキング”を始めませんか？きっと“いい出会い”があると思いますよ。

