

市史の小徑

59

『甲賀市史』第5巻 「信楽焼・考古・美術工芸」 刊行しました

『甲賀市史』全8巻のうち5冊目となる第5巻が刊行されましたが、もうご覧いただきましたでしょうか。今回は「日本六古窯」の一つに数えられ、今日もわが国を代表する窯場として知られる信楽焼の歴史を中心に、奥行き深い甲賀文化の諸相を紹介していきます。

とくに信楽焼については、最新の研究成果をふまえ、鎌倉時代の開窯から今日までの発展を、多くの図版とともに解説しており、これまでの類書の水準を超えた内容となっていることはもちろん、須恵器や緑釉陶器、そして八田焼などこれまで市内で焼かれてきた多くのやきものやその遺跡についても紹介。陶磁器の世界に関心のある方にはまさに必備の一冊です。

また万葉歌木簡が発見された紫香楽宮跡をはじめ、市内遺跡にも多くのページを割き、考古学ファンの方にもご満足いただけるものと思います。加えて、美術工芸では新発見のあいつぐ仏教彫刻を多数紹介しており、甲賀



市がまさに「仏像の宝庫」であることを改めて感じとっていただけることでしょう。付録として同梱されるカラーマップ「甲賀の古像」も仏像探訪に役立つと好評です。

『甲賀市史』をガイドとして、あいつかの歴史と文化の豊かさに、ふれてみませんか。

●販売価格／3,500円

●販売場所

- 〈水口町〉ブックショップヤマカワ・山田書店・TSUTAYAさんぽうどー・水口歴史民俗資料館
 - 〈土山町〉ウエノ・道の駅あいの土山・新名神土山サービスエリア案内所・土山歴史民俗資料館
 - 〈甲賀町〉かふか生涯学習館
 - 〈甲南町〉ウイング甲南店・市史編さん室
 - 〈信楽町〉大宝堂谷川書店・信楽伝統産業会館・信楽中央公民館
- ※営業・開館時間等にご注意ください。

問い合わせ
歴史文化財課 市史編さん室
☎86-80075 / ☎86-80216

みんなでスポーツ

5つの軽運動で健康と若さを継続しましょう

ダイエットには興味あるけど、運動はどれも苦手・・・そんなふうに思いませんか。日常生活の動作にほんの少しアレンジを加えれば、自然に運動量がアップし、病気の予防やダイエット、老化防止にもつながります。運動のメリットは、とてもたくさんあります。あなたが手にいれたいのは、どれですか。

- アンチエイジング(抗加齢)効果
- 肥満の解消(ダイエット)効果
- ストレス解消(リフレッシュ)効果
- 持久力や疲労回復力の増進効果
- 骨や関節を丈夫にし、動作をスムーズにする効果

こんな軽い運動を始めてみましょう

現代人に運動不足が多いのは「歩かなくなったこと」と「からだを動かさなくなったこと」が最大の原因ですが、「いざ運動」と気負わず、日常生活のなかでできる自分に合った運動をみつけてみませんか。

- 1 **〈いつでも速足〉** 通勤・通学・買い物は、まず速足を
- 2 **〈とにかく階段〉** エレベーター等を使わず、積極的に階段を利用
- 3 **〈気軽にステップ〉** 階段や玄関の段差を利用し、上り下り運動
- 4 **〈すいすい筋力アップ〉** 例えば、テレビを見ながら上半身の筋力アップ運動
- 5 **〈こまめに家事〉** 家事の適度な運動効果によりカロリー消費



楽な運動でいいので「定期的に長く続けること」が大切です。忙しいときは、2~3日休んでもかまいません。楽しみながらやるのが長く続けるコツです。スポーツ推進委員では、気軽にできる地域交流スポーツの取り組みをしています。ぜひご相談ください。

問い合わせ
文化スポーツ振興課 ☎86-8023 / ☎86-8380