

おかしん

2020
8

VOL.793



新築移転した高浜支店

ふれあい探訪 東海道歴史の旅 — 御油宿・赤坂宿 —

LIFE「腰痛を予防しよう」／ 高浜支店 新築移転オープン

宿場町を訪ねて

ふれあい 探訪

第2回



東海道歴史の旅 — 御油宿・赤坂宿 —

徳川家康公の整備によって大きく発展した東海道は
昔も今も変わらない 東西を結ぶ日本の大動脈



▲豊川市大橋屋（旧旅籠鯉屋）

東海道は、古代に日本を大きく地域分けした五畿七道のうちのひとつで、東西を結ぶ幹線道路です。

慶長5年（1600年）、関ヶ原の戦いで勝利した徳川家康公は翌年、五街道（東海道・中山道・甲州街道・奥州街道・日光街道）の整備に着手します。中でも江戸・日本橋から京・三条大橋までの全長約49.2kmには、宿駅伝馬制度が敷かれ53か所の宿駅が設置されました。これが東海道五十三次です。行政の中心となる江戸と京の都を結ぶ東海道は軍事目的から整備されましたが、戦乱がなくなるにつれ各大名をはじめ多くの商人や旅人、さまざまな物資が行き交う街道へと発展していきましました。

愛知県内の東海道は約78kmで、9の宿があり、街道には今も当時の町並みが残されています。「東海道歴史の旅」では、愛知県内の宿場町をシリーズで紹介します。第2回は「御油宿・赤坂宿」です。



関川神社

赤坂宿の入口に位置する関川神社の前に東の見附*が置かれていた時代もありました。境内には松尾芭蕉の句碑「夏の月御油より出でて 赤坂や」が建てられています。また、境内に本殿を抱きかかえるように茂るクスノキの巨木は、樹齢約800年といわれ豊川市の指定天然記念物に指定されています。

*宿の入口に石垣を積み、松などを植えた土居を敷き、出入りする者を見張ったところです。



御油のマツ並木

江戸時代の滑稽本「東海道中膝栗毛」の中で、弥次さん喜多さんがギツネに化かされたという松並木です。御油宿と赤坂宿のあいだ、音羽川に沿って600mほど続く松並木には、現在も約300本の松の大木が並びます。

監修：豊川市教育委員会生涯学習課

参考文献等：

愛知県東海道ルネッサンスHP（愛知県建設局建設課）

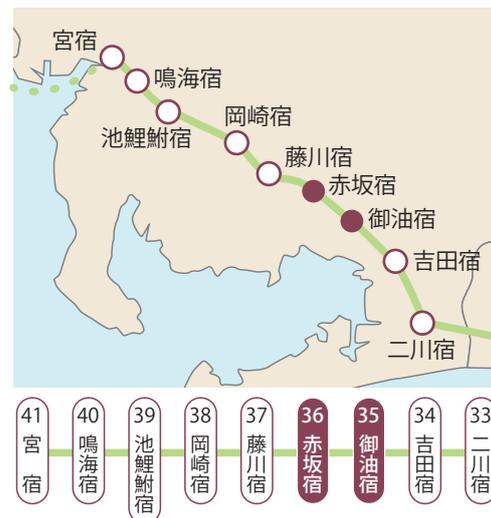
豊川市HP、豊川市観光協会HP

愛知県の公式観光ガイドHP「Aichi Now」



御油宿は江戸・日本橋より数えて35番目、赤坂宿は36番目の宿場です。御油宿と赤坂宿はわずか16町（約1・7km）と東海道の中で最も短い宿場間でした。当時の伝馬朱印状には「赤坂・五位」と併記され、当初御油・赤坂宿は一宿として扱われていたと思われます。その後「下りは藤川から（赤坂を飛ばし）御油まで通し、上りは吉田から（御油を飛ばし）赤坂宿まで」と定められ、上りと下りで使い分けられていた時期もあったようです。松尾芭蕉も、「夏の月御油より出でて 赤坂や」とその距離の近さを詠んでいます。街道沿いには、昭和19年11月に国の天然記念物に指定された「御油のマツ並木」や2015年3月まで旅籠として営業を続けた豊川市指定文化財「大橋屋」など、当時の風情を今に伝える名所や建物が残されています。

御油宿・赤坂宿（豊川市）



東海道歴史の旅 × 御油宿・赤坂宿の名所を巡る ×

東海道五十三次の35番目の御油宿、36番目の赤坂宿は、「御油や赤坂、吉田がなけりゃ、なんのよしみで江戸通い」と言われた程、活気のある宿場町でした。国の天然記念物「御油のマツ並木」をはじめ、東海道最後の旅籠として2015年まで営業を続けた豊川市指定文化財「大橋屋」など歴史的な名所や建物が残っています。

※御油宿／宿人口1,298人、家数316軒、旅籠屋62軒、本陣2軒
赤坂宿／宿人口1,304人、家数349軒、旅籠屋62軒、本陣3軒、脇本陣1軒
『宿村大概帳』(天保14年)より

1 豊川市 大橋屋(旧旅籠鯉屋) 豊川市指定文化財

大橋屋建物は、文化6年(1809年)の赤坂宿大火以降に建てられたと考えられています。歌川広重『東海道五拾三次・赤坂・旅舎招婦ノ図』を思わせる建物は、江戸時代の屋号は「鯉屋」といい、一般の旅人が宿泊する旅籠屋でした。明治11年(1878年)、明治天皇の北陸東海巡幸では行在所として利用されたこともあり、平成27年(2015年)、青木家より建物の寄贈を受けた豊川市は、江戸時代の姿を再現することを基本とした改修復原工事を行い、平成31年4月から建物内部を一般公開しています。



格子越しに街道を見下ろせる座敷(2階)



ナカミセ

1階は板間と畳で、ナカミセは約8mの高さまで吹き抜けとなっており、太い梁と和小屋組を見ることができます。



ボランティアガイドの方が大橋屋にまつわる様々な話を聞かせてくれます。

※無料



唐草文が彫刻された虹梁(建物正面西側)

Information

大橋屋(旧旅籠鯉屋)

住所：愛知県豊川市赤坂町紅里127-1

電話番号：0533-56-2677

開館時間：10時～16時 入館無料

休館日：月曜日(祝日は開館)、年末年始(12月29日～1月3日)

※臨時休館の場合あり。事前にホームページをご確認ください。



公共交通機関ご利用の場合

・名鉄名古屋本線「名電赤坂駅」から徒歩8分



お車をご利用の場合(駐車場は大橋屋建物隣に10台分あり)

・東名高速「音羽蒲郡IC」から車で5分

2

御油の松並木資料館

御油の松並木と東海道五十三次35番目の宿場として栄えた御油宿に関する資料が展示されています。

江戸時代の御油宿の街並の復元模型や歌川広重の浮世絵版画、近世交通文書や旅装束などの資料約130点のほか、入口には大きな松の切株があります。

住所：豊川市御油町美世賜183
 電話番号：0533-88-5120
 開館時間：10時～12時30分、13時30分～16時 入館無料
 休館日：月曜日、年末年始 ※臨時休館の場合あり。



3

赤坂宿場資料室

赤坂宿場資料室では、旧東海道赤坂宿の歴史をはじめ、豊川市音羽地区の歴史や文化、自然を紹介しています。当時使われていた大名の駕籠や赤坂宿を描いた浮世絵、高札・駕籠などの赤坂宿に関する様々な資料を見学することができます。

住所：豊川市赤坂町西裏47-1（音羽生涯学習会館内）
 電話番号：0533-80-1357
 開館時間：9時～17時 入館無料
 休館日：月曜日、年末年始 ※臨時休館の場合あり。



豊川市指定有形民俗文化財

4

赤坂の舞台

杉森八幡社境内にある赤坂の舞台は、明治5年(1873年)に舞台開きをしたと伝えられています。祭礼などに合わせて人形浄瑠璃や歌舞伎が演じられてきた赤坂の舞台は、客席が野外で、いつの頃からか「小屋掛け」とよばれる竹のしなりを生かしたドーム型の特設の観客席が設けられるようになりました。

住所：豊川市赤坂町西繩手（杉森八幡社境内）
 電話番号：0533-88-8035（豊川市教育委員会生涯学習課）

5

浄泉寺

石造りの三十三観音で知られる浄泉寺。境内にある大きなソテツの木は、歌川広重の浮世絵「旅舎招婦ノ図」に描かれているソテツのモデルとされ、元は大橋屋の中庭にあったソテツを移植したと伝えられています。

住所：豊川市赤坂町西裏88
 電話番号：0533-87-3862



▲赤坂宿公園でちょっと一息

腰痛を予防しよう

— 日本人の8割以上が経験する腰痛 —



? 腰痛の原因

- ・重い物を持つ、不自然な姿勢や動作、長時間の同じ姿勢等
- ・骨、椎間板、腰周辺を支える筋肉の衰え（筋肉量の減少）



! 腰痛との付き合い方 <安静>は世界の非常識!?

日本では 痛み→安静

世界では 腰痛があってもできるだけ生活や仕事を続ける。安静は最小限にすべき。

「急性の痛みがあっても、なるべく普段の活動性を維持することは、より早い痛みの改善につながる。」（腰痛診察ガイドライン）と腰に痛みを感じてもできるだけベッド安静せず、早期から徐々に活動することが日本でも推奨されている。

● 座っている姿勢の負荷は意外に大きい

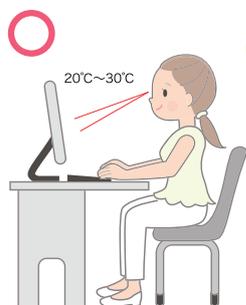
オフィスワークでは座っている時間が長い。座っていると足は楽になるが、立っている時よりも腰に負担がかかる。

立っている時の椎間板にかかる負担を100%とすると、座っている姿勢は140%、前かがみで座ると185%と負担が増加する。（ナッケムソン：「姿勢の変化による椎間板内圧の変化」）

座る姿勢が大半を占める現状では、座る姿勢を正すのが腰への負担を減らす近道。

● 身体に優しい座り方

- ①椅子にお尻を突き出すように深く腰掛ける。
- ②背もたれに沿って上体を起こす。この時猫背でも、背中が反るわけでもない位置で上体を止める。



良い姿勢

頭のポジションに注意！

一般的に頭は5kg前後と言われ重いので、それをしっかり支えるように背骨は緩やかなS字を描きバランスを取っている。頭が重心から外れると背骨や筋肉に余計な負荷がかかる。

悪い姿勢



頭が重心から外れている

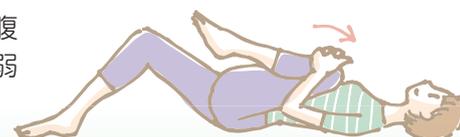
猫背になっている

● 予防に効果的、腰痛体操

腰周りの筋肉を鍛えることで腰痛を予防できる。特に重要なのは腹筋。腹筋は怠ける傾向があり、その結果腹筋が弱ってお腹が出てくる。腹筋が弱ると筋肉のバランスが悪くなり、腰に負担がかかるようになります。

腹筋体操の基本は、

- ①腹筋を強くする、②背筋、お尻、大腿の後ろなどの筋肉を柔軟にすること。





新築移転オープン

岡崎信用金庫 高浜支店

高浜支店は、建替えのため高浜東支店内で営業していましたが、7月20日(月)、従来の場所にて新築移転オープンしました。

新店舗のコンセプトは「高浜らしい快適さ」。趣ある街並みに調和するよう、庇や外構に三州瓦を取り入れました。店内ロビーからは、ガラス越しに瓦のオブジェをご覧ください。

なお、高浜東支店は、高浜支店を母店とした「預金特化型店舗」として営業します。

地域の皆さまにより一層ご愛顧いただける店舗を目指し、皆さまのご来店を心よりお待ちしております。



〒444-1325
高浜市青木町四丁目2番地2
TEL: 0566-53-0860
(変更ございません)

おかしん教育カードローン

ポイント

- ① 「備える」のに最適な商品性!
お借り入れがない期間は利息の支払いはございません。
- ② 借入・返済のタイミングは自由!
ATMにて借入・返済手続きができます。
- ③ お申込み手続きがとっても簡単!
スマホやパソコン、FAX、窓口で仮審査のお申込みを行うことができます。
- ④ 在学期間中は利息返済のみ!
在学期間中は利息のみのご返済、卒業後から元金を含めてご返済いただけます。
- ⑤ 奨学金との併用が可能!



おかしん教育カードローンの商品概要など、詳しくはこちらをご覧ください。

2020南の風定期預金

募集期間 2020年6月14日(日)～2020年9月25日(金)

1年経過後は事前に公表するキャンペーン金利で自動継続します



相談しながら手続きしたい……
窓口へお越しください

店頭でお預け入れの場合
1年もの預金金利

年**0.060%**(税引後)
年0.047%



来店する時間がない……
ATMでもお預け入れできます

ATMでお預け入れの場合
1年もの預金金利

年**0.070%**(税引後)
年0.055%



自宅・勤務先で手続きしたい……
インターネットバンキングが便利

インターネットバンキングでお預け入れの場合
1年もの預金金利

年**0.150%**(税引後)
年0.119%

2019年夏に実施した「2019南の風定期」は、満期日に当初と同じ預入方法〔窓口〕〔ATM〕〔インターネットバンキング〕による本商品の金利にて自動継続します

商品概要

商品名	おかしん「2020南の風」定期預金
取扱期間	2020年6月14日(日)～2020年9月25日(金)
販売対象	個人のお客さま(個人事業主を含む)
預金の種類	スーパー定期 1年定期 自動継続(元金継続または元利継続) 1年経過後は、満期日到来前に公表するキャンペーン金利で自動継続となります。継続時の最新の情報は事前に公表される店頭のパンフレットや当金庫のホームページ等をご覧ください。 ただし金利情勢の変動等により自動継続時の商品内容を見直す場合や、予告なくキャンペーン金利の適用を含めた取り扱いを中止する場合がございます。※満期金の支払いは、満期日が休業日の場合は翌営業日となります。
預入金額	1口10万円以上(窓口の場合、原則として新規預入または10万円以上の増額) ATMでのお取り扱いの場合、1回につき 現金10万円以上200万円以下(紙幣200枚まで) 振替10万円以上500万円以下(ご本人口座からの振替のみ)
払戻方法	満期日以後に一括して払い戻します。
金利	窓口でお預け入れの場合……………1年0.060%(税引後0.047%) ATMでお預け入れの場合……………1年0.070%(税引後0.055%) インターネットバンキングでお預け入れの場合……………1年0.150%(税引後0.119%)
中途解約	やむを得ず中途解約をされる場合は、上記金利は適用されず、お預け入れ日から解約日までの当金庫所定の中途解約金利が適用されます。
税金	2013年1月1日から2037年12月31日までの間にお受取りになる利息には「復興特別所得税(0.315%)」が課税されるため、20.315%(国税15.315%、地方税5%)の税金がかかります。
その他	お預け入れ時の金利を約定利率として初回満期日まで適用します。 初回満期日以降は、満期日到来前に公表するキャンペーン金利で自動継続となります。継続時の最新の情報は事前に公表される店頭のパンフレットや当金庫のホームページ等をご覧ください。 ただし金利情勢の変動等により自動継続時の商品内容を見直す場合や、予告なくキャンペーン金利の適用を含めた取り扱いを中止する場合がございます。 満期日が当金庫休業日の場合のお支払いは翌営業日となります。 マル優もご利用いただけます。(窓口でお預け入れの場合のみ) この預金は預金保険制度の対象商品です。(預金保険制度により全額保護される決済用預金以外の預金と合算して、預金者お一人様あたり一金融機関ごとに元本1,000万円までとそのお利息が保護されます。) 店頭にて「スーパー定期」の商品概要書をご用意しております。

詳しくは当金庫の窓口または ☎0120-508-153にてお尋ねください。

- 苦情処理措置 本商品の苦情等は、当金庫営業日に営業店または顧客相談室(9時～17時、フリーダイヤル:0120-102-156)にお申し出ください。
- 紛争解決措置 愛知県弁護士会(電話:052-203-1777)、愛知県弁護士会西三河支部(電話:0564-54-9449)の紛争解決センター等で紛争の解決を図ることも可能ですので、利用を希望されるお客さまは、当金庫営業日上記顧客相談室または紛争解決センター(10時～16時)にお申し出ください。