

## 「健康ブーム」の社会心理史…戦前篇

### 序 問題

今日は「健康ブーム」の時代といわれる。しかしそれは、一九七五年前後を出発点とする、すでに二〇年以上も経たかなり長期の趨勢であり、しかも時とともにますます拡大し深化する趣きさえ呈している。そこには、「ブーム」の語で連想されるような単に一時的な流行にはとどまらぬ、もっと根深い人々の渇きが貫かれているように思われる。

のみならず、こうした「健康ブーム」は、今日にかぎったものではなかった（もっとも後にみるように、「健康」の語自体が生まれたのは新しく、幕末以前にそれを遡ることはできない）。日本の歴史をふりかえってみる

津 田 真 人

と、健康志向が大衆的な規模で昂揚した時代は、一七〇〇前後の元禄～享保期、一八〇〇年代はじめの化政期、一九〇〇年前後の明治末～昭和初期、戦後の一九五〇年代から六〇年代はじめの時期、そして一九七五年頃から現在までと、少なくとも五度にわたる反復をみてきたことがわかる（その周期が、百年、百年、五十年、二十五年と、次第にせばまってきていることも興味深い）。《流行》というにはその各々が長命であり、さりとて《普及》というには定着しきらずにくり返し反復するこの現象は、「健康」というものが近世中期以降の日本において、一貫して執拗に追求されながら、決して完全には獲得されず、獲得されないがゆえにいっそう激しく追求されるいわば負の嚮導理念として、人々の集合意識を歴史

的に方向づけてきたことを示唆している。その達成によってではなく、蹉跌によって歴史を動かしてきた理念。

むろん五つの「健康ブーム」は、それぞれ各時代の空気がよって固有の特徴を刻印されている。だがそれはただ歴史を被る、だけでなく、そのつどの健康獲得の努力において、結果的には獲得されなかった健康とひきかえによかれあしかれ新たな歴史を作り出すことに大きく寄与してきた。とすればここに、「健康ブーム」の社会心理史とでもいうべきものを構想することができないだろうか。単に一過的な社会心理諸現象の浮沈でなく、歴史的な社会心理、あるいは社会心理の歴史、それも社会心理を生み出す歴史だけでなく、社会心理によって生み出される歴史、そうした弁証法的ダイナミズムとして「社会心理史」を指定するならば「南、一九六五・三―三四」、「健康ブーム」はまさにその典型的な事例といえるのではないか。本稿はそのアウトラインを示そうとするものである。まずは個々の「健康ブーム」の具体相をみることから始めよう。

一 第一次「健康ブーム」…元禄〜享保期

健康願望はいうまでもなく、近世中期にはじめて出現したものではない。すでに古代社会においても、道教・神仙系医学を抛り所に、不老長生を目的とした各種の健康法がもてはやされていた。『日本書紀』の「非時香菓」<sup>とましくわかぐさ</sup>や「竹取物語」の不死薬のほかにも、平安時代には枸杞が不老長寿の秘薬として重宝され（『服薬駐老驗記』）、「露蜂房」（ローヤルゼリー）が強精剤として利用され（『扶桑略記』）、養生、服餌、房中に多くの紙幅を割いた現存する最古の医書『医心方』が丹羽康頼によって執筆されている。しかしこれらはいずれも、貴族上層階級の世界に限定されたものだった。一般庶民はむしろ生存するのに精一杯であって、健康ということが大衆的規模で意識的に追求されるようになるのは、やはり元禄以降の時代を待たねばならない（立川、一九八八・九九一―一四〇）。

この時代にはじめて「健康ブーム」が開花したのは、<sup>(1)</sup>何よりもまず、農村における生産力の増大、農村家内工業や商業的農業の展開と、それに基づく新興商業の勃興とによって、本格的な都市社会が成立し、町人層が中産階級として台頭し、奢侈がたびたび禁じられるほどに庶

民の所得<sup>1)</sup>消費水準が上昇したからである。単なる生存だけでなく、健康な生活にも目を向けうる余裕がここに生まれてくる。尤も同時にそれは、農民層および都市商人層の著しい階層分化と背中合わせであったから、たえざる没落の不安が、健康という究極の身体資本 [Bourdieu, 1978] への投資を促す面もあっただろう。石田梅岩によれば、京都・大坂の富裕な町人でさえ、三十四〇年の間に「十軒に七、八軒」が没落するほどであり〔齊家論〕、享保一四年に始まる石門心学の成立した背景も、まさにこうした「家」没落に対する恐怖感にあった〔安丸、一九七四：一三—四〕。

他方、かねてからの「痘瘡」、「麻疹」、「痢病」(赤痢)、「咳病」(流感)の急性伝染病に加えて、「瘡毒」(梅毒)、「労咳」(結核)といった慢性伝染病が猛威をふるい、さらには「中風」(脳卒中)、「癩症」(精神病)、そしてこの時代大都市に進行していた白米食の日常化による「江戸煩い」(脚気)といった慢性病が新たに増加していた事実を見落とすわけにはいかない。しかも幕府がとった対策は、享保七年の「小石川養生所」設立をわずかな例外として、皆無に等しかった——この社会医療の欠如の

もとで、人々は専ら個人的レベ、ルで対処法を模索せねばならなかったのである。〔樺山、一九七六：四五—九一六〕。まして共同体の伝承から断絶した都市住民においてをや。「健康ブーム」を生み出すこの基本的構図は、一種の日本的伝統として、以後くり返し再生産されてゆくであろう。

公的な社会医療の欠如はしかし、開業医者と薬種商の繁栄を特に都市部で促し、医療の大衆化をはじめてこの時代に押し進めた。庶民が医療を受けられるようになり、競って薬を飲むようになるのがこの頃である(日本人の薬好きも恐らくここに始まる)〔立川、一九八八：一〇、一九九一—一四一〕。ただし医者といっても、明治以前の日本は医師無免許体制だったから、高収入めあてに、病身虚弱で農業のできない者や貧困で生活に窮した者が、無学文盲でもさしたる手続きなしに、容易に医業を開始していた(にわか医者)ことに注意せねばならない。

〔布施、一九七九：一二四—六、吉岡、一九八九：八六—八〕。それだけに治療費も高額で、決してすべての庶民に手の届くものではなかった。

これに比べて売薬はずっと気軽に利用でき、薬種商の

隆盛は目をみはるものがあつた。当時漢方薬が安価となり、都市民には入手がきわめて容易になつていたことも大きい。了翁禪師創製の江戸名物「錦袋圓」、お伊勢まじりの土産物「万金丹」をはじめ、「奇応丸」「熊胆丸」「和中散」「地黄丸」「黒丸子」「枇杷葉湯」など多くの薬が出回つた。有名な「越中富山の薬売り」(富山売薬回商)が始まつたのも元禄四年で、さらに配置売薬の形態によつていっそう発展し、越中国加賀領の商人たちもまきこんで、元禄年間には全国のかなり広い範囲にわたつて行商圏を確立するに至つた「坂井、一九六〇・三一八、遠藤、一九九三・二〇一―三三」。その看板薬だつた「反魂丹」(はじめは返魂丹)もまた、当時の最も有名な薬だつたものである(明治頃まで富山売薬の行商人は、「反魂丹売り」と称されるのがふつうだつた)。大和売薬回商が、吉野地方伝来の薬草栽培を背景に成立したのもやはり元禄・享保期と目され「奥田、一九六〇・三一―九」、富山の商人と各地で激しい行商圏の競合・争奪を展開していくことになる。

同時に注目すべきものとして、香具師(野武士あがり)の売薬商人。このため「野土」とも「薬師」とも書かれ

る)の台頭がある。元禄年間から全国的に広くみられた、熊の皮を敷いたり熊の剥製をおいたり時には本物の子熊を連れたりして、独特の口上で熊の胆の膏薬を売つた「熊の伝でんぎ三膏薬」、享保一一年頃江戸街中の評判となつたコマを回して歯磨や歯薬を売る(歯の治療や入れ歯までする)松井源水、筥三方などを積みあげ、居合抜きをみせながら売薬を行なう江戸の長井兵助、大坂の松井喜三郎など、香具師は経済的に余裕のなかつた一般庶民に「あるき医者」とよばれてよく親しまれた「吉岡、一九九三・二二三―二一六」。享保二〇(一七三五)年には大岡越前守忠相によつて、香具師の職分が認知されるに至る。しかし富山売薬商人に巧みに似せた風体などで、しばしばトラブルも起こして(4)いたようである。

しかし薬も高価なものは少なくなかつた。元禄・享保期に爆発的ブームとなつた朝鮮人参はその極北だろう。高価な人参を入手するための借金による身売りや自殺が相次いだり(たとえば近松の『心中刃水朔日』はこれに取材したものだつたし、また川柳「孝行さ葉の鍋へ身を投げる」、俗謡「人参飲んで首を縊る」なども生まれた)、賈物の人参が出回つたりして(元禄一四年に

は、賈物の国産人參を売った薬舗は営業禁止処分となり、享保一五年一二月には、桔梗根を煎茶で染めたものを人參と称して売った者が引廻しの上、死罪となっている。死罪となってもなお、賈物の横行は跡を絶たなかった)、大きな社会問題となったのである。幕府とりわけ徳川吉宗は、「人參座」を設けて販売に制限を加える一方、銀貨の国外流出防止のために国内産人參(「御種人參」)の栽培を奨励して、佐渡や日光での成功を皮切りにそれを全国規模で推進したため、かえってブームを深化させる結果となった【天野、一九九二・五〇—六】。

しかし薬代を十分に捻出できなかった中下層庶民、投薬によっても癒えない病人の場合、あいかわらず民間療法や呪術的宗教的信仰に頼らざるをえなかった。「痘瘡神」を代表とする疾病送りの神や巢鴨の「とげぬき地藏」、深川の「鼻欠地藏」といったいわゆる「流行神」【宮田、一九七五】がやはりだすのもこの頃である。それだけでなく、広く世に回った薬で呪術的效果をうたったものは少なくなかった。「錦袋圓」は僧侶の創薬ということに加えて、創始者が火傷の痛みのみならず気を失いかけていた折、夢うつつの中で製造法を告げられたと

されているし【吉岡、一九八九・二三二、一九九四・二一八】、「奇応丸」や「和中散」も夢授によるという【天野、一九九二・五九、七一—三】。あるいは元禄六年四月下旬に、「ソロリコロリ」と呼ばれる疾病の大流行で一万人以上もの死者が出た時には、ナンテンの実と梅干を煎じて飲めば効くとの馬のお告げ(！)があったとして、これらのありふれた素材が二〇—三〇倍の値に高騰した例もある。

そうしたなかで、身近に採集できる植物を利用した民間療法の解説書が、藩医や幕府医の手によって出版されはじめた。元禄六年、水戸藩医の穂積甫庵による『救民妙薬』や、享保一四年、幕府医の林良適、丹羽正伯の編になる『普及類方』などがそれであり、今日の家庭医学書のはしりといえるだろう【吉岡、一九八九・二一四—八、一九九四・三三一—六】。

素人向け通俗医学啓蒙書は、個人レベルでの治病・保健を余儀なくされていたこの時代の特に都市の家庭において、まさに必須の常備品であったといっても過言ではない。だがその中心は何といっても、養生書の登場である。とりわけ正徳三(一七三三)年、貝原益軒が八四才

で没する直前に著した『養生訓』は、日本史上最初の一般庶民向け健康書のベストセラーとなり、以後「養生」「道しるべ」などと題する類書が続々と出版させることになる(益軒の儒学上の弟子でもあった香月牛山も、正徳六(一七一六)年に『老人必要養草』を著している)。それどころか近代以降の健康思想にさえ、一つの古典的源流として理論的基礎を与え続けるだろう。それは本書が、単にハウツー的な医学的知識の伝授にとどまらず、日常生活の暮らし方全般を律する倫理的世界観を平易な和文で明示し、医療への依存のかわりに、各個人の身体の自然性への配慮という新たな態度を積極的に打ち出したからである。

なるほど『養生訓』の人気の秘密は、読者大衆にとつてみれば、自ら長寿を全うした著者による不老長生法ということにあったかもしれない。益軒自身、道教の養生法に傾倒し、その熱心な実行者であったことが知られている(「下出、一九七五・一八六」。丹田に気を集め、呼吸を鎮め気を養うことを一般庶民の養生の道にとり入れた、それは最初の書物でさえある「服部、一九七八・八五―一八」。しかし益軒の真骨頂は、それら神仙医学の伝

統も存分に吸収しながら、しかもお近世儒医(後世派)の正嫡として、旧来の神仙医学とは明確に地平を異にする新たな境界にそれらを再構成したことにある。現に『養生訓』は、飲食・色欲の節制を説く禁欲主義倫理において、欲望の充足を赤裸々に肯定する神仙医学と対立し、また身体的自然の全自然からの相対的自立性を説く世界観において(そこでは身体は天地でなく「天地父母」と、つまり「家」の存続と直接されている)、身体(6)の全自然との循環的一体性に自足する神仙医学と対立する。――たしかに身体は天地の万物と同じ「気」からつくられるが(神仙医学の一気一元論との共通性)、しかしいったんできあがった身体は新たに「理」が「気」を統括する固有の領域とされるのである(李朱医学の理気二元論の導入)。ここから、養生は同時に心の修養でもなければならぬという、以後の養生論を貫くもう一つの重要な特色が生まれてくることになる。

とはいえ神仙医学系の養生論も、決して消滅してしまっただけではない。医学の正統から放逐されこそすれ、体系をなさぬままに仏教や神道と習合しながら、根強く民衆の世界に伏流しつづけるのである(樺山、一九七

六・四四一」。なかでも、近代以降の健康思想のもう一つの源流となった臨濟宗中興の祖・白隠が活躍したのも、やはりこの時代であった。彼が座禅の瞑眩反応で神経衰弱に陥り、京都・北白川の山奥に住む仙人・白幽子から「軟酥の観」という内観の秘法を授けて元気を回復したのが宝永七（一七一〇）年、二六才の時であり、白隠と号してさかんに世に啓蒙を始めるのが享保三（一七一八）年のことである。丹田を重視する坐法・呼吸法とともに、ここでも心の修養が養生の大きな比重を占めているのは注目値する。

## 二 第二次「健康ブーム」…文化・文政期

第一次「健康ブーム」を生み出した社会的条件、すなわち商品経済の浸透、農民層の分解、社会医療の欠如等がいっそう進行し、元禄・享保期にはまだ基本的に都市・上層町人に限定されていた近世町人文化が、化政期に至って中下層の町人や農村にまで拡張して新たな爛熟を迎える時、第二次「健康ブーム」も開花する。その意味で第二次「健康ブーム」は、第一次「健康ブーム」の延長線上に、それをより徹底したものと位置づけられる。

まず第一次「健康ブーム」自体、その発生をもたらした前述の社会的条件を固定化ないし助長し、第二次「健康ブーム」の発生を間接的に準備している（『養生訓』の禁欲主義思想でさえ、自らベストセラ―となり、また健康書ベストセラ―化の口火を切ったことで、この点を免れていない）。また第二に、もっと直接的に、第二次「健康ブーム」は、第一次「健康ブーム」を構成したさまざまな要素をいっそう深く、かついっそう広汎な層に拡大していったものである。しかしその拡大深化が、新たな質的転換をはらんでいたことも、同時にみられるであろう。

他方、元禄・享保期に蔓延していたさまざまな疾病のうち、「痘瘡」こそ減少したものの、他は依然として猖厥をきわめ、さらに新たに「瘟疫」（腸チフス）、そして文政五年からは「虎列剌」が上陸してきていた。それと並行して漢方医学の中でも、伝統的な李朱医学の観念論体系に依拠する後世派から、経験論的な実験精神を打ち出す古方派への転回がみられ、この古方派において蘭学への接近、西洋医学の移入が次第に押し進められてゆくことになる。

開業医の普及そのものはいっそう進行し、この時期の都市における医師人口の比率は、すでに昭和以降とかわらぬ水準に達していたと推定されている。たとえば弘化二(一八四五)年に発行された『(浪華)医家名鑑』によると、当時大坂町内には約三百人の専業の医師がおり、これを天保一四(一八四三)年の大坂人口三三万二千人で対比すると、約千人に一人という割合になる。現代日本でさえ、医師の対人口比は六百人に一人なのだ〔布施、一九七九・二九〕。のみならず、元禄期にはまだ少数の医師しかいなかった農村でも、この頃から藩医を中心に在村の医師が増加し(しかも寺子屋の普及を反映して、農民出身者が多くなってくる)、さらに無医村では積極的に村費で医師を招聘して定住させる「村方引請」も行なわれた〔青木、一九九三・二二二―一八〕。しかし民間の開業医は、都鄙を問わず、その利欲に走り、華美を奢るさまが、いよいよ多くの非難を集めることにもなる(たとえば武陽隠士『世事見聞録』『医業の事』の章参照)。

薬剤の普及もまた同様に、商品流通の展開とともにますますこの時期に進行する。朝鮮人参ブームはむしろ下

火になっていったようだが〔天野、一九九二・五八〕、他方、蘭学の浸透しつつあった文化九年に、「ウルユス」なる洋薬を思わせるカナ文字表記の薬が発売され、派手な広告によって売れ行きを伸ばしたことが注目される。この宣伝戦略はかなり当たったようで、天保一一年には、幕府当局が売薬看板への蘭文字使用を禁止するに至っている。

店売りの規模についてみると、貞享四(一六八七)年の『江戸鹿子』に記載されていた「薬種問屋」や「製薬屋」はあわせて三八軒だったのに対し、文政二年に発行された『江戸買物独案内』では、いわゆる「生薬屋」が二〇六軒、「薬種問屋」が五一軒にのぼっている。のみならずこの時期に特徴的なのは、この傾向が地方都市にまで及んでいたことで、文政十年頃の『諸国道中商人鑑』をみると、街道沿いや城下町の参道沿いの商家には、薬種を扱う店が意外に多かったという〔青木、一九九三・二二五〕。

しかも化政期においては、これらの売薬のターゲットが中下層町民にまで広がり始めていたことが重要である。その一つのあらわれとして、当時彼らの生きざまを活写



して圧倒的な人気を誇っていた戯作者たちが、そろって同時に売薬業を営み、日々その生活にふれていたことがあげられる。山東京伝は享和の頃から、独特の工夫をこらした紙煙草入れとともに、「読書丸」さらには「小児無病丸」を巧みな宣伝で売り出して成功していたし、滝沢馬琴も文政六年頃から売薬製造をはじめ、「奇応丸」「黒丸子」などに加え、「神女湯」「つぎ虫の妙薬」を自ら創案しているし、式亭三馬も戯作者として成功した後、文化七年から江戸本町に売薬店を開き、「仙方延寿丹」という薬と「江戸の水」という白粉のはげぬ化粧水を売って繁盛していたし、その弟子の為永春水もまた、歯磨き粉を売っていた。特に京伝と三馬は、自著に自分の売薬をしばしば登場させ、堂々と宣伝媒体にしていた点で、売薬広告の現代的戦略の先駆者ともいえる〔吉岡、一九九三：一〇九、一一六、一六一〕。

他方、元禄期から本格化してきた行商による売薬においても、富山売薬回商は、さらに北は松前藩から南は薩摩藩まで販路を広げ、大和売薬回商も全国規模で行商を展開し、新たに「越後の毒消し」などが参入してくるのも、この化政期である。江戸においても、一八世紀後半

から文政頃まで、やはり独特の口上をまじえて「与勘平膏薬」「徳平膏薬」「藤八五文」などを売り歩く行商の姿が街中の名物となっていた〔吉岡、一九九三：二〇五—一七〕。それはこれらの行商風景が、当時の歌舞伎狂言に採用されたことにもよる〔吉岡、一九九三：二〇五、二一四〕。たとえば「藤八五文」は、文政八年秋に中村座で『東海道四谷怪談』が上演されたとき、直助権兵衛役の松本幸四郎が、藤八五文の葉売りに扮して喝采を拍したのを機に、人気が急上昇した。あまりの流行に、この葉の類似品が各地で作られたという。

これらさまざまな形態による薬業の乱立のもとで、前述の『救民妙薬』が文化三年に『増補救民妙薬集』へと増補改訂され、また幕府医による家庭医学書も、寛政元年には侍医・多紀元恵の編になる『広恵濟急方』が、文化七年には丹羽元簡の編になる『救急選方』が、相次いで発行されている。特に『広恵濟急方』はかなり普及し、各地でその抄記『郷里救急方』が出版されたほどだといふ。

ともあれこうして、薬剤への依存的な体質が下層にまで至る広い範囲をまきこむことになった。もともと貝原

益軒が提起していた身体の自然治癒力への信頼が、皮肉にもこの時期には、伝統的な漢方医学(後世派)批判として、それゆえむしろ蘭学(西洋医学)導入の積極的な動機づけとして働いたことが、そのことをよく物語っている。漢方医学が大量の投薬治療に大きく依存しはじめ、民衆の「薬好き」と互いにもたれあっていったとき、たとえば、代々の医家に生まれながら宣長門下の国学者となった鈴木胤が、「西洋の医術、もろこしよりもまさりて実用に功也。薬のみを頼まず、わざを以って功を奏す。」と指摘し、古方派として出発しながらオランダ解剖書を『解体新書』として出版した杉田玄白が、「薬を服さずとも自然の力によりて、病は平癒するものなり。すべて病を治するは自然にして、薬は其力の足らざることを助るものなり。西洋の人は自然は体中の一大良医にして、薬は其補佐なりとも説り。」と説明していたことを銘記せねばならない。

同様の変化は、後世派の伝統から生まれた養生論そのものをも放免しなかった。益軒とともに始まった近世の養生論は、とりわけ寛政末年から化政期、天保初年にかけて最高段階に達し、典型的な開花を迎える〔樺山、一

九七六・四四六―七〕。益軒や牛山らの古典の出版や改版が急増したのみならず、この時期までに出版された養生書の類いはゆうに百種をこえ、諸種の写本にいたってはその数すらも確定できないほどだという〔同・四三六〕。しかしまさにそのなかで、養生論の前提になった中心命題、なかでも禁欲主義原理に、徐々にではあれ根本的な転換が生じるようになったのである。

すなわちこの時期には、まず倫理による欲望の禁圧にかわって、むしろ欲望を人間の自然として倫理的に肯定する立場が、次第に前面にあらわれはじめ、飲食色欲も適度に充足するのが養生の道だとされるようになる〔同・四四四―七、四六六―七〕。だから養生の鍵は、仔細な禁止項目を掲げて墨守することよりも、身体のある欲望をもっと信頼し、その自然治癒力をいかに維持し増強するかという能動的な行為へと方向づけられはじめるのである。たしかに過度の欲望は有害だが、欲望そのものは肯定的であって、その過度の節制は過度の欲望と等しく有害だとされる。もはや過度の欲望に否定的な点でだけ、養生論は伝統的な禁欲倫理と連続しているにすぎない。

このことはさらにいっそう重要な帰結を生む。飲食色欲を適度に保つのは、鈴木胤が強調したように、それをただ慎しむよりも、よく働いて忘れることが第一であり、働いた結果必要な分だけをみたすのが適度な欲求だということになってくる。ここに、身体の自然としていったん肯定された欲望は、さらに勤労という価値、労働の欲望へと水路づけられ、いわば「禁欲ではなく蓄財・勤労にむけて、転欲されるのである。」〔同・四六七、強調ママ〕これが日本近代化を駆動する倫理的エートス（「通俗道徳」を下側から醸成するものとなったことはいうまでもない。同じ頃、惨状をきわめた農村では、二宮尊徳が農事における「作為」（勤労）の意義を打ち出し、その収穫における「分度」と「推譲」の必要を説きはじめるのが、みられるであろう（尊徳がそれらに基づく仕法を始めるのが文政五年である）。ここでもまた、農村の貧困や荒廃の問題が精神や生活態度のあり方として取り上げられ、それを勤儉力行に変革してゆくところに、主張の核心があった。いうなれば、養生論の労働版が通俗道徳となり、通俗道徳の医療版が養生論となったのである。

### 三 第三次「健康ブーム」…明治末～昭和初期

近世養生論と通俗道徳は、禁欲主義倫理においても勤儉倫理においても、さしあたり封建制秩序に抵触するものではない。しかしその自己規律の精神は、ついには封建体制を打破するに至る能動的な近代的主体のエートスを一般庶民にまで浸透させ「安丸、一九七四」、明治維新とそれに続く近代化の過程を下側から推し進める立身出世主義に道を開くこととなった。だがいったんそうなると、「四民平等」のもとに、身分的障壁を取り払った全国民の同一土俵での生存競争の場が用意され、「富国強兵」のもとに、その生存競争への参加と勝利がほとんど国家的な命令として強制されはじめる。

ここに「養生」は今や、「健康」(こゝろ)（もしくは「衛生」(こゝろ)）という新たな概念にとってかわられることになるのである〔立川、一九八八…一一〕。「養生」とちがって「健康」は、生存競争を勝ち抜き立身出世主義の武器、富国強兵を担う日常的な兵力であり（森有礼が兵式体操の導入にあたって、明治一八年に演説したように、「人間日々ノ事柄ハミナ戦争ナラサルハナシ」！）、単に身体

の自然なバランスの保持にとどまらず、立派な「体格」、頑健な「体力」の具備をも含意するものである。あるいはまた「養生」とちがって、精神から明確に分離された肉体の、外側からの統制を意味するものであった。

しかし一般民衆のレベルでは、近世以来の養生の伝統は依然として命脈を保ち「樺山、一九七六・四六八」、明治前半には「養生」の名のついた書物が十数冊刊行されたほどである。「立川、一九八六・五〇」のみならずその発想の実質は、次第に「健康」の名においても語られ、結果として養生論の伝統が奇妙に混濁したもう一つの「健康」概念が並立することになる。だがこの二つの「健康」概念に共通しているのは、単に我々を病気から守る消極的な保健ではなく、よりよい理想形に向けて鍛練し彫琢する積極的な心身改造を主眼としていることである。「田中、一九九三・一一五、一二三―三三」。ただそれを、一方は筋肉(意志)の鍛練と《張り胸》の達成によって、他方は呼吸(魂)の鍛練と《太っ腹》の達成によって、実現しようとしたところにちがいがあった。しかしこの張り胸型の健康法と太っ腹型の健康法が存分に花開き、本格的な「健康ブーム」を形づくるのは、明治

三〇年代以降を俟たねばならない。

それは第一に、養生論のバックボーンをなし長年人々に親しまれてきた漢方医学体系が、病気を撃退する武器としての効用が小さいとの理由から、明治二八年の第九回帝国議会において最終的に医学として非合法化され(七八票対一〇五票)、にもかかわらず唯一の公認医療となった西洋医学が、急性伝染病流行への対策に忙殺されていて、後述の新たな日常的疾病状況に必ずしも有力ではありえず(脚氣に至ってはその原因の究明についてさえ、長い間不毛な論争をくり返すありさまだった)、いづれにせよその高額な治療費のため、あいかわらず一般庶民には容易に手の届くものではなかったからである。明治二八年の時点で、日本の医師総数三九二一人のうち、漢方医と目されるのは二四七二〇人、洋方医は多くとも一四〇五六人にすぎなかった「布施、一九七九・一四六」。したがって漢方医学の非合法化は、日本の農村の多くを一举に無医村とする結果になった「根岸、一九八八・四」。

第二に、明治のはじめには無限の可能性に輝いていた立身出世主義が、まず明治二〇年前後の制度的改革によ

って、その上昇ルートが学歴主義的に狭められ固定化されていったうえ、明治三〇年頃から、士族の子弟や富裕層のみならず一般庶民にも広がることによって、皮肉にも袋小路に陥ったことが重要である。「竹内、一九八八・一五五、一六六、門脇、一九七八・三二」。この閉塞感<sup>(11)</sup>は、長期化する慢性的な不況のもとでの「生活難」の進行、日露戦争後の国家的な目標の喪失などとあいまって、(特に青年層を中心に) 深刻なアノミー状況を招来する。すなわち、学歴によらずに一攫千金をねらう《成功》(拜金主義!)、奢侈や遊蕩の快楽生活に耽溺する《墮落》、そして内面の精神世界に撤退して人生問題に悩む《煩悶》、の蔓延である。「筒井、一九九五・五一七」。

しかもこれと歩調をあわせて、明治三〇年頃以降「神経衰弱」ということばが流行し(それは「煩悶」のほとんど別名であった)、頭痛や肩こりが広く日常的に意識され、青少年の近眼視が激増し、しかも旧来からの結核や脚氣がますます猛威をふるっていた。<sup>(12)</sup>「脳病」「神経病」という新たな病名が生まれ(明治三〇年代からは、いわゆる精神病院にあたる「脳病院」が相次いで開設される)、明治三〇年代以降、「健脳丸」「快脳丸」「脳丸」

「滋強丸」など、実際には脳神経系の専門薬というよりどんな症状にも万能な滋養強壯剂的民間薬が、まさにその名称において爆発的ブームを呼ぶことになる。「立川、一九八六・四四、川村、一九九〇・一〇〇—二二」。「脳病」や「神経病」という語も、狭義の精神病にとどまらぬ広汎な疾病群を包括する概念だったが、それゆえにこそあらゆる症状が、「脳」や「神経」に帰せられる風潮を生んだ(後にはさらに、「ビタミン」や「ホルモン」に帰せられ、明治末から大正期の(第一次) ビタミン・ブーム<sup>(13)</sup>、大正一〇年頃と昭和一〇年頃のホルモン・ブーム<sup>(14)</sup>を巻き起こすだろう)。

この《頭》の時代に、《胸》と《腹》の側から人間改造、いや同時に国家改造をもくろむ健康法が提起されたのである。まず《胸》型の健康法は、主に軍隊・学校といった近代的な既成組織や新薬の広告を通して、上からの官製健康運動として展開された。それは恐らく、上からの「健康ブーム」の最初の例であろう。国家の危機を乗り切る優秀な戦力や労働力を大量生産するために、筋骨たくましい西洋人の体軀を理想的モデルとして、(兵式体操の延長線上に) 洋式体操や近代スポーツ、優

生学が積極的に導入された。スポーツは明治中期までは一握りのエリートの娯楽でしかなかったが、大正末期からは大衆化し、いったんは下からの自発的なブームとなった。しかし昭和初期になると、体位向上と思想善導をともに可能にする恰好の手段として、当局に積極的に利用されはじめる。昭和三年から開始されたラジオ体操、同年の東京日日新聞による「まづ健康！」を標語とした全国健康増進運動（これは日本で初のプレス・キャンペーンでもあった）、昭和五年から東京大阪両朝日新聞による健康優良児コンテストなどがその典型であり「田中一九九三・一七七―八七」、その流れはやがてレジャースポーツ全体をも巻き込んで、昭和一三年以降の「厚生運動」へと継承されてゆくことになる。

新薬の広告もこのキャンペーンを積極的に担っており、すでに日露戦争時にあらわれた「仁丹」の將軍マーク、その名も「征露丸」の進軍ラッパマーク、「生盛菜館」の軍隊行進風の売薬行商などを嚆矢として、昭和ファシズム期にはその熱気を最大限に爆発させるだろう。

しかしこれらの《胸》偏重の筋肉主義路線を、一貫して批判しつづけたのが《腹》型の健康法であった。それ

は《胸》型とちがって、各自の私生活世界において、伝統的身体への回帰による近代そのものの超克をめざす下からの維新運動として展開され、「修養主義」の運動と密接な連関をもっていた。修養主義は、明治三〇―四〇年頃から立身出世主義のゆきづまりと、それに伴うアノミー的危機状況を打開するために続々と生まれてきた道徳運動で、いずれも世俗的成功それ自体よりもいはば精神的成功、すなわち「人格の修養」の方を顕揚することによって、ゆきづまった立身出世主義の冷却装置として働きつつ（たとえ世俗的には成功しなくても、人格の完成に達することが真の成功なのだ）、しかもなお依然として世俗的成功の手段でもありえたかぎり、立身出世主義を温存する補完装置ともなり（世俗的にも成功できるような人は、人格もすぐれていなければならぬ）、この両面性において巧みに立身出世主義と結合することによって、めざましい発展をみせたのである。

「竹内、一九八八・一七七―八六」。

実際、修養主義の牙城となった雑誌『実業之日本』は、明治四〇年の創業十周年記念臨時増刊号を「健康大観」としているし、その前年には、この時期の「健康プー

ム」の口火を切り、広い階層に大きな影響を与えた岡田虎二郎が静坐道場を開いて評判となるや、記者が入門体験記を連載し、明治四五年にはその単行本化『岡田式静坐法』を同社から出版して全国的なベストセラーとしていた。また明治四二年に『修養論』を著わした加藤咄堂は、明治三八年には『瞑想録』を出していたし、明治四〇年には、修養主義団体「日本教会」を開いた松村介石の信奉した藤田靈齋が『息心調和法』を打ち出して岡田と人気を二分するなど、この頃修養主義との密接な連関のうちに、静坐法や呼吸法が大きなブームとなってくる。後に藤田の「体質改善社」の顧問となり、玄米食運動の潮流をも作った東大生理学教授の二木謙三が、『腹式呼吸の話』を刊行するのも、岡田と同じ明治四五年であった（この時期に始まった玄米食運動自体も、修養主義と無関係ではない。その元祖となった石塚左玄が、明治二九年に『化学的食養生長寿論』を刊行し、かつ「石塚食養所」を開業し、明治四〇年に「食養会」を設立し、そこから二木謙三や桜沢如一が巣立っていったように、玄米食は一貫して「食養」とされてきた。そして「食養」とはいうまでもなく、食物修養の謂である「沼田、一九

七八・一七、二五九）。そしてこれらの健康法開祖者はいずれも共通して、益軒以来の養生論の伝統、加えて特に白隠の影響を大きく受けているのが注目される（なお、修養主義の重要な思想的バックボーンとなった綱島梁川も、明治三七年の有名な「見神の実験」に先立って、『白隠全集』を耽読していたことが判明している）。

同じ方向性をもった健康法は、明治末から大正、昭和初期にかけて、危機の進行とともにますます発展してゆくだろう。だがそのもう一つ大きな要因として、やはり同じ明治三〇―四〇年代から大きな流行をみせた「霊術」ないし「心靈学」（オカルト・ブーム）の存在にふれないわけにはいかない。もともと腹の鍛練は、それを通しての魂の鍛練であったからだ。それらは、もともと香具師や修験の行者らによって民間に古くから親しまれてきた「幻術」に、西洋科学由来の「催眠術」が合体した、「日本土着の観念と西洋における流行現象との奇妙なドッキング」〔二柳、一九九四・六六〕現象である。催眠術は明治二〇年代と三六一四一年の二度にわたって大流行をみ、乱用者・悪用者が跡を断たなかったことから、四一年九月二九日に、警察犯処罰令によって「濫り

に催眠術を施したる者」は軽犯罪として取締られることになるが、つづく明治四〇年代には、マスコミやアカデミズムをもまきこんだ「千里眼」ブームが一世を風靡するなかで、霊術も着実に勢力を伸ばしていったのである。昭和三年には、全国の霊術家数は三万人にも達する！「井村、一九八四・一一、三〇四」だがここでもまた、あまりの隆盛のために、便乗した山師が暗躍するなど大きな社会問題となったことから、ついに昭和五年には警視庁によって、「療術行為ニ関スル取締規則」が制定され、良心的な治療師たちの反対運動にもかかわらず、たちまち全国の警察へと波及してゆく。その結果霊術家たちは、一方では宗教の世界に転身し(その代表が大本教とその数々の分派の心靈主義である)、他方では各々独自の健康法の開祖となり、この時期の「健康ブーム」の厚みをいっそう増すことになる。中井房五郎の「自強術」、野口晴哉の「野口整体」、西勝造の「西式健康法」などがこうして生まれた。

しかし昭和初期の危機の深刻化に伴ない、もともとは《頭》偏重を憂い、《胸》偏重に対抗して生まれた《腹》の健康法は、それ自身の理想的人格を実現するどころか、

《頭》偏重への批判にとらわれるあまり、むしろ《胸》の健康法とのちがいを相対的に消失してゆく。近代の《頭》偏重がもたらす害毒に比べれば、《胸》と《腹》の対立などささいなことにすぎないというわけだ。腹の鍛練を通じての魂の鍛練も、次第に魂の鍛練のみに昇華され、「やまとだましひ」の精神主義に純化されることによって、《胸》の健康法が上から推し進めた天皇制ファシズムを、下から相呼応して支えるイデオロギーへと類落してゆくのである。

(1) 「この日本における第一次健康ブーム」(立川、一九九一・一四〇)について立川昭二はいう。「こんにちの健康ブームは、江戸のそれとよく似ている。それは時代が似ているからである。元禄文化人のひとり西鶴は『詰まりたる世』と言った。現代日本もおなじ低成長で内向きの時代である。この二つの時代に共通するのは、性産業と娯楽産業そして健康産業の繁栄である。」(立川、一九八八・一一)

(2) それは、この頃はじめて一般庶民に芽生え出した食生活の華美化の一側面である。今日いう「菓子」が本格的に登場し、白砂糖を使った上等菓子や蕎麦饅頭、山芋の薩積(さくじやく)饅頭など菓子の種類が増えていったのもこの時期であった(天野、一九九二・四二)。それはそれで当時の庶民層に、



多くの胃腸障害を引き起こさずにはいかなかったらう。「菓子」はむろん古くから存在するが、元来は読んで字の如く、木の実や果実のことをいっただのである（非時香菓！）。

(3) だがこれすらも、小石川の町医、小川笙船の目安箱への上言によって設置されたものであり、幕府自らが発意したのではなかった。この養生所は看病人のない極貧の病人を無料で一定期間入院治療させる施設で、その收容能力は、享保一八年以後幕末まで一七名に保たれた。

(4) 尤も富山売薬自体もまた、もともと立山の御師たちが、立山権現の曼陀羅をもって全国を回った際、立山産の熊胆などを配布したのが始まりだとの説もある。大和売薬も修験の地・吉野を中心に勃興したものであった。

(5) なお同年六月には、『馬が物を言う』との噂が江戸市内に広まり、三五万人余りの町人が取り調べを受けるといふ事件がおこっている。そしてこの虚説を流布してお札や薬を売り、『馬のもののいひ』という小冊子まで作った筑紫蘭右衛門という浪人が、翌七年三月一日に斬首になっている。

(6) ただし「養生訓」は実際には、益軒が三十年以上も前に『素問』や『千金方』などの中国古典医書を耽読した際に、養生に関する記事を抜粋したものを、門人竹田定直が整理して天和三（一六八二）年に刊行した『願生輯要』をもとに、かなり忠実に、ただし誰でもが理解しうるように和文で書き直したものであって、その証拠に両書の編別構成はきわめて酷似している。「服部、一九七八・七五七、

一九八五・一〇一―一七四」。特に「養生訓」の白眉の如く取沙汰されてきた「慎色欲篇」の房中訓は、益軒自身の体験でも持論でもなく、中国医書からの抜き書きがほとんどであった。「服部、一九七八・七六―一七、一九八五・一〇一、一七四」。

(7) 「養生訓」に曰く「養生の術、まづ心法をよくつしみ守らざれば、行はれがたし」……「心法を守らざれば、養生の術行はれず。故に心を養ひ身を養ふの工夫、二なし、一術なり。」（岩波文庫版、六一）

(8) 「健康」の語は、文久二（一八六二）年に英語の“health”の訳語としての用例がみられ「石渡、一九九二・一三九―一四〇」、慶応三年には、高輪に日本最初の牛肉屋が開店したのを報じた『万国新聞』に、「牛肉は健康によく、とくに虚弱病身の人、また病後に食ふと氣力を増し、身体を壮健にする」と効能がうたわれているのがみられる。「立川、一九八六・三五」。興味深いことに、明治における文献上での「健康」の語の用例は、いずれも牛肉礼讃論者によるものだった。すなわち仮名垣魯文の『安愚楽鍋』（明治四年）、および福沢諭吉の『文明論之概略』（明治八年）である。「健康」が従来「養生」にかわって、文明開化や富国強兵のスローガンに沿った新たな概念として登場してきたことが、ここからも伺えよう。

(9) 「衛生」の語は、明治初期にはむしろ「健康」よりも流布していた。それは、明治七年に長与専斎が“gesundheit-  
einsparige”の訳語として『荘子』から借用したのがはじ

まりで、翌八年には内務省に国民の健康管理を主たる業務とする新たな局が設けられて、「衛生局」と命名され(その初代局長は長与であった)。「立川、一九八六・五〇一」、石渡、一九九二・一三九)、明治一四年頃からは、東京大学医学部で衛生学の講義が行なわれている(「服部、一九八五・一〇一」)。

(10) 当時の西洋医学推進派の大御所であった長谷川泰によれば、「醫者は病を撃つ所の武器」であって、「漢方醫者は即ち弓矢である」が、「西洋醫者は取ち村田銃の七連発」、前者が「猪牙の艦隊」なら後者は「甲鉄艦甲鉄巡邏艦」、前者が「薄暗い行燈」なら後者は「太陽」だという(『大日本帝国議会議』第二巻、一二九六頁)。

(11) 結核、神経衰弱、近視眼は日露戦争後の三大病といわれた(「鶴見、一九六八・二一五」。またそれらはいずれも、当時増加しつつあった学生層に多かったから、「学校病」ともいわれた。「肩こり」は、それにあたる西欧語がみあたらないことから(ただし「stick shoulder」という表現は英語にもある)、日本人特有の症状とみなされやすいが、日本の歴史においても「肩こり」が実際に意識され訴えられるようになったのは、明治末から大正初期にかけてのこととすぎない。それまではせいぜい「肩がはる」ないし「肩がつかえる」でしかなかったのである(樋口一葉の場合同さうだ)。「吉竹、一九八四・二三一―八」。

(12) たとえば「健脳丸」は、大黃、アロエ、センノサイド・カルシウムの調査された、事実上の便秘薬だった。事

実、今日の「健のう丸」は便秘薬として売られている。にもかかわらず明治には脳の薬だった理由は、頭痛の原因を宿便にみる東洋医学の伝統にもあるが、何よりこの薬の広告文(明治二八年「大阪朝日新聞」)によく表われている。「近年知識競争を要する事業が勃興し、労働時代から精神競争の社会となった。このため脳神経病者や夭折者がふえている。不健康では、優勝劣敗の世に処しえない[……]」

そこで病理に徹し薬理に鑑み万考して健脳丸を創製した。」(13) 明治四三年に鈴木梅太郎が「アペリン酸」(後に「オリザニン」と改称。ビタミンB<sub>1</sub>のこと)を糠から発見し、脚氣の原因が白米常食によるビタミンB<sub>1</sub>不足にあることが西洋医学の正統においても承認されるようになること、翌年すかさず三共商店が脚氣の新薬として製造販売し、これが非常に評判となって、全国のメーカー合計三八社が類似の米糠製剤を続々と発売し、ビタミン・ブームとなった(「岡崎、一九七六・二五一―二」。もっとも新薬とはいっても、まだ合成製剤ではないので、それはむしろ今日いう健康食品ないしは栄養補助剤の先駆というべきものであった。同様のものとして、慶応大学医学部の田口勝太らが自ら製作していたビタミンB<sub>1</sub>補助菓子「パパー」、慶応大学医学部に「食養研究所」を創設させた三井財閥益田孝の提唱する雑穀パン「マスターパン」、明治四四年に結核患者の体力増強や虚弱児の栄養補助のために製造された世界初の「肝油ドロップ」、大正七年に理研が発売した濃縮肝油カプセル「理研ビタミンA球」、そして田辺のオヒョウ肝油のオブラ

ート剤「ハリバ」、さらに栄養学の草分け佐伯矩がその「私立栄養研究所」の維持・研究費をまかなうために大正四年に自ら開発・発売した朝鮮人参エキス健康飲料「ピータ」、そして栄養研究所の付属工場で製造して公設市場で販売した三種の「栄養パン」などがあげられる「萩原、一九八五・二四、二六、五一、六四―五」。

(14) 大正一〇年にはドイツのシュタイナッハによる回春説（輸精管結紮手術による若返り実験の説）、昭和一〇年頃には男性の人尿から採集した睾丸ホルモンによるホルモン製剤、滋養強壯剤、ホルモン含有化粧品などを中心としたホルモン・ブームであった。ここに古代以来の不老長寿への願望が、近代科学の粉飾のもとにくり返し再生するのを確認しえよう（たとえば輸精管結紮には、接して漏らさずの道教室中術が連想されていなかったらどうか）。それはまた閉塞する時代への、起死回生の若返りの期待でもあった。

(15) 岡田虎二郎のもとに参じた者は「王侯貴族から一般庶民に至る有名無名の人」で、「実に天下の壯観であった」という「佐保田、佐藤、一九六七・三七」。閑院宮・東伏見宮夫妻などの皇族、徳川慶久などの華族、安田善治郎や渋沢栄一らの財界人（岡田の名声は安田の病いを静坐法で癒したことでもいっそう高まっていた）、明治四〇年に新宿に移転してきたばかりで相次ぐ不幸に見舞われていた中村屋創業者の相馬愛蔵・黒光夫妻、そして坪内逍遙、巖谷小波、島村抱月、天野為三、東儀鉄笛、土肥春曙、高田早

苗、木村毅、それに中里介山、石川啄木といった文人名士、さらには木下尚江、石川三四郎、逸見斥吉、福田英子、望月百合子、そして田中正造らの反体制陣営、あるいは生活綴方運動の先駆者・芦田恵之助にまで及んでいた（田中正造は岡田について「人と言わんよりはむしろ神なり。」「聖人とはこの方のことでしょう。」と評したという）。なかでも木下尚江は、（社会主義を離脱した）明治三十九年以後、熱烈なオルガナイザーとしてこの会の普及に邁進した。相馬夫妻を導き入れたのも木下であった。

岡田自身は大正九年に四九才で過労のため急死し、いったん会は消滅するが、昭和二年には小林信子が京都に静坐社をおこして再興している。

岡田式静坐の方法はただ来る人と一緒にすわって、気持ちを整えるよう導くだけで本人が自分で問題解決の糸口を見いだせるようにするというもので、ロジャース以降の「非指示的心理療法」の先駆とみなしうる。この運動が「他の大部分の新興宗教のように天皇崇拜におもむくこともなく、社会的反動勢力と手をむすぶこともなく、教祖の若死によってお家騒動を起すこともなく消滅し、虚無主義の思想運動として最初から最後まで一貫したコースを歩みきったのは、日本思想史上に特筆大書されてよい。」「鶴見、久野、一九五六・七七―八」

文献は戦後篇に一括して掲載する。

(一橋大学助手)