

明治期の子どもにおける健康とは

—「高山氏小学生徒心得巻二」養生乃部の現代語訳からみる養生観—

Health in Children during the Meiji

: The View of Health from the Modern Translation of Health in Textbooks

○笹谷絵里¹⁾・菅修一²⁾

Eri SASATANI, SUGA Shuichi

¹⁾ 天理大学 ²⁾ 花園大学

¹⁾ Tenri University ²⁾ Hanazono University

Key words: 養生, 子ども, 健康, 現代語訳

目的

本稿の目的は、高山直道編「高山氏小学生徒心得巻二」(1882年12月三版刻成 大阪:前川善兵衛ほか出版)を現代語訳し、内容を把握し紹介することである。同書は巻頭に「養生乃部」という標題を掲げ第一章以下六つの章に分け日常生活の住環境、食事、運動、衣服、浴法、睡眠について養生の観点から心掛けを説いている。('高山氏小学生徒心得巻一'は巻頭に「修身の部」と記している。)

そして、同書は『日本教科書大系 近代編 第一巻 修身(一)』(1961年11月刊行 講談社)にて活字翻刻されている¹⁾。

方法

研究方法は、高山直道編『高山氏小學生徒心得巻二』の内容を現代語訳し、内容を紹介する。

結果

結果においては、現代語訳をすべて紹介することは困難であるため、抜粋して内容を紹介したい(現代語訳全文は別途発表する²⁾)。養生の部 第1章 居間の草木や花について: 日中に草木を居間に置くことは、大いに有益であるが、夜間に草木を置くことは大きな害がある。そのため、夜間には盆栽や生け花は居間より出しておくこと。第2章 毎日三度の食事以外はみだりに食べないこと: 不規則に飲食すれば身体を害することは言うまでもない。ある身分の高い人がいた。常に美味しいものを食べ、制限することがなかった。年齢が40歳にもならないのに疾病も多く、頭痛や腹痛などによって、1日も快適なことはなかった。そのため、医師の指導に従い食物を節制すると数日にして癒えた。第3章 餡類: 餡類は少しも養分がなく、また胃の中で腐りやすい。加えてさらに下痢しやすい性質がある。菓子の中でもっとも害のあるのは餡類である。第4章 炎暑: 夏の季節の炎天下には石の間あるいは岩の上あるいは砂地の草が枯れるところがある。人もまた同じである。裸体あるいは素足にて炎暑の中、戸外に出れば、健康を害すること甚だしい。たとえ死に至らなくても熱中症の激烈な原因となる。第

5章 常に木綿を切るように: 衣類に絹、木綿、毛織物等の種類がある。絹および毛織物は温かすぎるので甚だしくよくない。麻や芋製のものも夏は好いといえども、冬日は着用するには耐えられない。木綿は寒い時も温かい時も身体に適するものであるため春夏秋冬を通じて木綿を使用すること。第6章 睡眠の時間: そのため、精神と身体共に休息することを睡眠という。睡眠は毎日8時間から10時間必要とする。そのため、毎晩10時前には寝て、朝6時前には起きなさい。

考察

第1章では、主に住居環境について述べられていた。その中で、植物を夜間に居間に置くことは「害」があるといつて外に出すべきであるということなど現在の常識では理解できない点があった。第2章では主に食事について書かれている。現代では、子どものおやつについての重要性も述べられているが、3食以外は食べない事が推奨されていた。第3章では、食物の紹介がなされている。その中で、菓子の中でも「餡」が害がるものとして、「胃の中で腐りやすい」としている。現代の常識から言いうと科学的根拠が不明であり、理解や納得いかないものであった。第4章では、運動について述べられている。特に、猛暑における熱中症の予防や概念に近い記載があることは興味深い。第5章では、衣服について書かれている。木綿の服の着用が推奨されている。第6章では、入浴や睡眠について書かれている。睡眠に関する考え方は現在と同様である。

引用文献

引用・参考文献

- 1) 高山直道編. 高山氏小学生徒心得巻二. 日本教科書大系 近代編 第一巻 修身(一). 東京: 講談社: 1961. p.583-588.
- 2) 笹谷絵里・菅修一「高山氏小学生徒心得巻二」養生乃部考. 徳島科学史雑誌 投稿中.