

研究助成 研究成果報告書（HP掲載用）

研究課題名：現存する日本最古の医学書「医心方」における健康思想

別府大学 櫻井要

【研究要旨】（研究要旨を200～300文字程度でご記入ください。）

医心方は平安時代永観2年（984）に丹波康頼により編纂された現存する日本最古の医学書です。当時の医療知識やものの考え方（捉え方）等の一端が伺える貴重な資料となっています。そのため、医学史や文献学上も貴重な資料とされ、1984年に国宝と認定されました。

医心方の価値は古典医学や本草学等の分野から注目されがちです。よって、病についての考え方の考察はある一方で、健康についての考え方に関する研究は非常に少数です。そのため、本研究では食物について取扱いの多い、巻二十九食養篇、巻三十食餌篇に焦点を当て、当時の医師たちの食物についての考え方の考察を試みました。

【研究目的】

本研究の目的は、これまでの研究で十分でなかった平安時代の食物に対する考え方について解像度を上げることにあります。その手法として、テキストマイニングソフト（KH coder）を用い、原文を客観的に俯瞰することで、その巻構造の把握に努めました。

統計手法を用いた漢文の分析は研究が少なく、医心方を対象とした研究も希少です。テキストマイニングを実施し、共起ネットワーク図を用い文章構造を視覚化することで、より客観的かつ視覚的な理解を促すことができます。

【研究方法】

原文（漢文）をデータ化し、分析方法は以下の手順に沿って行いました。

1. 原文（漢文）をMicrosoft Wordの文章データとして作成。
2. 1のデータをKH Coderにて読み込み。
3. KH Coderにて認識しなかった漢字を特定し、文章データを修正。
修正は、以下の手順としました。
 - 1) 異体字を常用漢字に置き換え。
 - 2) 1に当てはまらない漢字は同意語へ置き換え。
 - 3) 上記に当てはまらず、漢字辞典にも掲載がない場合は、意味もしくは音などを考慮して置き換え。
4. 修正済みデータを再度KH Coderにて読み込み。
5. 共起ネットワーク図の作成。

【研究結果】

卷二十九食養篇は 15,345 単語、卷三十食餌篇は 21,080 単語から構成されていました。

卷二十九食養篇は 13 のグループから構成され、最も大きいグループ 1 は 21 単語を内包しており、「毒と避けるべき行動」と分類しました。このグループは大きく 2 つのグループ「病原論」と「崔禹錫経」を内包する纏まりとなりました。「病」と最も強い共起関係が示されたのは「有毒」でした。「有毒」は蟹や動物の肝など明確に原因が記載され、これらには「毒がある」と警告しています。「崔禹錫経」では、「季節の注意事項」に重きを置いて引用されていることが示されました。

卷三十食餌篇でも 13 のグループが析出されました。最も大きいグループは「無毒」と「本草」をキーワードとし、17 単語を内包するグループです。このグループは、は食べ物そのものに焦点を当てた巻と言え、このグループを「食物本草」と名付けました。一つ一つの食べ物について、「味、性質、効果」に加え、「気」への影響が並列されていることから、これらの項目は食べ物の解説に必要な概念であると認識していたと考えられます。

【考察】

医心方には多くの文献が引用されていることは言うまでもありませんが、今回巻ごとに共起ネットワーク図を描くことにより、巻の構成をビジュアル化する過程で、それぞれの巻がどこからの引用により構成されているのかの析出、ならびに編者である丹波康頼がどのような意図を持って引用したのかを推察する糸口になりました。

安全な食べ物や飲食の仕方といった自分でコントロールするだけでなく、季節を意識した生活の仕方を注視していることがわかります。また、飲酒について、酒毒という言葉が使われているように、最悪死に至ると分かっているからお酒を飲むのをやめない（やめられない）という人がいた状況は現代とも大差ないようです。

当時の健康の表現として考えられる「軽身」は現代の生活の質（QOL）の一要因であったと推測します。「軽身」の後に「不老」など病気でない状態を示す表現の言葉が続くことから、よりよい健康のための要因として「軽身」を捉えていたと推測できました。

【結論】

原文（漢文）を統計的に分析し、巻の構成を明確化する試みでしたが、結果、卷二十九食養篇は「有毒」である物、その解毒法と治療法（処方）が示され、卷三十食餌篇では「無毒」で身体に良い食べ物を示していました。

卷二十九と卷三十の Jaccard 係数を比較すると、卷二十九で 0.30 以上が確認されたのは 5 箇所、卷三十では 16 箇所となりました。卷三十の方がグループ一つ一つの共起関係が強いことを意味します。一方、総キーワード数で比較すると、卷二十九は 59 単語、卷三十は 46 単語となり、卷二十九の方がより多くの項目（多岐にわたる内容）について言及していることが分かります。

卷三十食餌篇の冒頭に「五穀・五畜・五果・五菜、用之充飢、則謂之食、以其療病則謂之藥、此穀畜菓菜等甘物乃是五行五性之味、臟腑血氣之本也。」とあり、下線の意味は、「飢えを満たすために用いる場合は食物、病気の治療をする場合は薬」とあります。典藥寮の医師たちの編纂当時の食物に対する考え方は、前述の通りであり、これを体現するため、知識を積み上げていた証左が医心方であると言えます。