

企画展示

『養生訓』 Yojokun

—江戸に学ぶ健康法—



貝原益軒『養生訓』



C. W. Hufeland
『Die Kunst das menschliche
Leben zu verlängern』



C. W. フーフェラント
辻恕介抄訳『扶氏長生法』

2018 10.15 月 — 2019 2.7 木

[展示場所] 図書館 1 階企画展示コーナー

新潟青陵大学・新潟青陵大学短期大学部図書館

『養生訓』 —江戸に学ぶ健康法—

「養生の根本は発病する前に予防すること」江戸時代の哲学者（儒者）である貝原益軒（1630～1714）はその著書『養生訓』の中で、自分の知識や経験をもとに「心の養生」と「身体の養生」の大切さを説いて、人が健康に生きるための「養生法」を記しました。1713年（正徳3年）に全8巻（4冊）で刊行された『養生訓』は江戸時代に広く人々に親しまれ、現代でも新たな現代語訳の他に「養生訓」という名を冠した本が出版されるほど、日本人にとっては非常に有名な古典となっています。その内容は生活習慣病が増え続ける現代社会において益々重要視されるとともに、日本だけでなく世界的にも注目されています。

また、江戸時代では『解体新書』に代表されるように、オランダから書物等によって西洋医学の知識や技術がもたらされましたが、健康法についてもドイツの医学者C.W.フーフェラント（Christoph Wilhelm Hufeland, 1762～1836）の著書『Die Kunst das menschliche Leben zu verlängern』（『長生術』, 1797年）が辻恕介によって翻訳され『扶氏長生法』として1867年（慶応3年）に日本で出版されました。フーフェラントは『長生術』の中で長命を目的とする「長生術」について記し、その中で人は道德面の修練があって初めて身体の健康が得られると説いていて、期せずして「身体の養生」の前に「心の養生」を第一とする貝原益軒の『養生訓』と思想的に類似している内容となっています。

今回の展示では、新潟大学名誉教授 眞壁伍郎先生所蔵の貴重な『養生訓』の1713年刊行の版本や『長生術』の原書を中心に関連書を展示して、現代の健康法のルーツである江戸時代の健康法について紹介します。



闘病記

本学図書館では看護・医学分野の専門書を多く所蔵していますが、「闘病記」の図書の収集にも力を入れています。闘病記は約500冊の図書を所蔵し「闘病記文庫」としてまとめて配架しています。闘病記文庫は「がん」「小児がん」「疾病」「脳」「障害」「心臓」「精神」「介護」の8つのカテゴリーに分けて配架されているので、目的の図書が探しやすくなっています。

Access — Campus Map —



新潟駅万代口から
「新潟青陵大学・水族館行」バスで約20分。「新潟青陵大学前」で下車。
「浜浦町線（浜浦町経由）」バスで約20分。「松波町1丁目下車」、徒歩4分。



JR越後線「白山駅」下車、徒歩15分

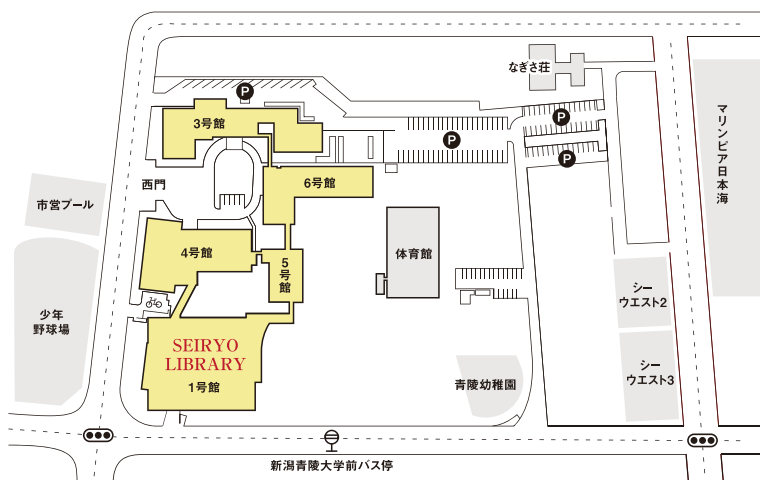
※学内駐車場は数に限りがございますので、なるべく公共の交通機関を利用してご来館ください。

新潟青陵大学・新潟青陵大学短期大学部図書館

〒951-8121 新潟市中央区水道町1-5939

TEL 025-266-9880 FAX 025-230-7749 ✉ library@n-seiryu.ac.jp

<http://www.n-seiryu.ac.jp/library>



図書館を利用する場合には利用者登録が必要ですが、展示だけをご覧になる場合には登録は不要です。