

目 次		頁
序論	.....	1
第一章『喫茶養生記』と栄西	.....	9
第一節 「茶桑経」と呼ばれて	.....	9
【抄録表】『蔗軒日録』からの抜粋	.....	10
第二節 栄西、在宋中の動向について	.....	17
【附録】栄西年表	.....	28
第二章 日本における「桑」と日本桑「ヤマグワ」(食用歴・実用歴)の考察	.....	41
第一節 桑について	.....	41
(一) 「扶桑」について	.....	41
(二) 桑属の分類と日本における栽培桑の原種三系	.....	42
(三) 桑の種類と品種の由来から日本における原種三系の分布	.....	43
第二節 原始における化石から「ヤマグワ」の探索	.....	45
(一) 「木の葉石」化石	.....	45
(二) その他の旧石器時代以前における「ヤマグワ」	.....	46
(三) 縄文時代の遺跡から「ヤマグワ」の探索	.....	47
第三節 日本桑「ヤマグワ」(食用歴)の考察	.....	49
(一) 三内丸山遺跡のクワの実、多量に出土から果実酒か薬用か	.....	49
(二) 池内遺跡・下宅部遺跡の遺物から(食用歴)の考察	.....	51
第四節 日本桑「ヤマグワ」(実用歴)の考察	.....	52
(一) 原始における遺跡から日本桑「ヤマグワ」(実用歴)の考察	.....	52
(二) 縄文人による「ヤマグワ」の利用管理	.....	54
(1) 寿能泥炭層遺跡・赤山陣屋跡遺跡・寺野東遺跡	.....	54
(2) 縄文時代とクリ利用の結びつきと「ヤマグワ」	.....	55
(3) 縄文時代のクリ資源管理と「ヤマグワ」	.....	56
(4) 縄文時代、後期前葉から中葉における低地での水場遺構の構築	.....	57
(5) 寿能泥炭層遺跡・赤山陣屋跡遺跡・寺野東遺跡における大型の木組遺構	.....	60
(6) 縄文時代における種実類の利用	.....	61
(7) 植物考古学から見た縄文・弥生期の移行期	.....	62
(三) 吉野ヶ里遺跡	.....	68
(1) 弥生時代の「ヤマグワ」	.....	68
(2) 吉野ヶ里遺跡と弥生時代	.....	69
(3) 吉野ヶ里遺跡の弥生時代土壌から花粉などの植物体分析	.....	70
(4) 吉野ヶ里遺跡出土の絹と麻布	.....	71
1. 絹	.....	71

2. 麻布	73
(5) 吉野ヶ里遺跡の絹と『魏志』倭人伝にあらわれる絹	74
(四) 養蚕の歴史	74
(1) 中国の養蚕起源	74
(2) 日本の養蚕起源	75
(3) 飛鳥・奈良時代の養蚕分布(寧楽遺文から調庸関係繊維製品名)	78
【附録】古事記及び日本書紀の現れたる樹木に就いて	88
第三章 日本における「桑」と関連物による(薬用歴)考察	92
第一節 「木簡」から「桑」関連の考察	92
(一) 「桑」	92
(二) 「桑根白皮」	93
第二節 正倉院文書にみえる「桑」関連の考察	95
(一) 正倉院文書の資料より	96
(二) 正倉院薬物と藤原京出土木簡の薬物の本草上の位置について	99
第三節 『延喜式』典薬寮における「桑」関連の考察から	106
(一) 年料別貢雑物(年料雑薬)	106
(二) 『延喜式』典薬寮における「桑」関連の考察	107
第四節 『本草和名』から「桑」関連の考察	113
(一) 日本最古の本草書『本草和名』	113
(二) 『本草和名』上下冊から「桑」関連の考察	114
第五節 『医心方』から「桑」関連の考察	118
(一) 『医心方』と(道学・仏教)思想の影響	118
(二) 『医心方』における「桑」関連記述由来の考察(『医心方』からの抄録)	121
【表1】『医心方』における「桑」関連記述由来の抄録	121
【表2】『医心方』における30項目の「桑根白皮」記載例	134
第六節 『長生療養方』と『喫茶養生記』における「桑」関連物の比較と考察から	138
(一) 『長生療養方』の考察および「桑」関連物の考察	138
【表I】『長生療養方』(巻第一)及び(巻第二)による四種の病相	139
(二) 『長生療養方』と『喫茶養生記』における「桑」関連物の比較と考察	147
【附録】『本草和名 序』の読み下し及び資料	156
第四章 『喫茶養生記』における「桑」効能記述由来の特定	162
第一節 先行研究者森鹿三研究の補注・解題のまとめから	162
【表1】『喫茶養生記』の初治本・再治本・森鹿三研究の出处	163
第二節 『喫茶養生記』における「桑」効能記述に引用した中国の文献	191
【表2】『喫茶養生記』の訳・原文・由来	191

第三節 『喫茶養生記』における「桑」効能記述に引用した中国の文献との対照	210
【表3】『喫茶養生記』の原文〔再治本〕・森鹿三研究・本研究の成果	210
【表4】『喫茶養生記』における森鹿三研究の分類	225
【表5】『喫茶養生記』に「桑」効能記述として引用された文献	228
【表6】『喫茶養生記』五種の病相・桑の養生法・由来	240
【表7】『喫茶養生記』における桑の養生法・桑の使用部位・由来	241
第四節 『喫茶養生記』五種の病相と「桑の養生法」について	253
(一) 「飲水病」	254
(二) 「中風病」	255
(三) 「不食病」	256
(四) 「瘡病」	257
(五) 「脚気病」	257
第五章 『喫茶養生記』における「飲水病」名称の考察	265
第一節 中国における「消渴」と日本の「飲水病」	265
第二節 「飲水病」と「二禁」	268
第三節 藤原道長を中心とした古記録による「飲水病」	272
(一) 『御堂関白記』	273
(二) 『小右記』	277
(三) 『権記』	280
(四) 『台記』	284
【表I】『御堂関白記』の抄録	294
【表II】『権記』の抄録	305
【表III】『台記』の抄録	313
第六章 「桑」関連の「本草書」と本草の思潮	320
第一節 日本における「桑」効能記述の概要	320
(一) 『故事類苑』植物部一	320
(二) 日本の養生書の概要	331
第二節 中国本草の概要	336
(一) 養生について	336
(二) 『神農本草経』に見える「桑」関連と養生法	337
(三) 唐宋の本草書	345
結論	353
「桑」関連研究資料および参考文献	374