

第5章 温泉

第1節 健康と温泉

温泉は健康を目的とした入浴、すなわち湯治は現在でも人気である。鈴木一夫『江戸の温泉三昧』（2014）では次のように述べている。

たいへんに気持ちがいというだけでなく、生活習慣として温泉に入っていれば、病気や健康、さらには美容にまでよい効果があることを、早くも飛鳥・奈良時代に人々は経験的に知るようになっていた。これが後世に医療行為から生活習慣へと展開し、さらにレジャーともなった「湯治」というものの原点である（鈴木 247-248）

温泉が健康によいというのは古来より言われている。「温泉が湯又は出湯と呼ばれ、我が国において入浴に用いられたのは古い時代からで、口碑、伝説、実録、旧記などにのこされている」（石井 1）にもあるように、古くは『日本書紀』『古事記』などに遡ることができる。八岩まどか『温泉と日本人』（1993）でも次のように述べている。

『日本書紀』によれば、天皇の温泉への行幸は、舒明天皇三年（六三一年）に有馬温泉に向かい、十二月に戻ったと記されている。舒明天皇は有馬の湯をいたくお気に召したらしく、九年（六三七年）にも行幸している。このときは、十月に有馬に向かい、戻ったのが年が明けてからのことだった（八岩 18）。

温泉研究の先行研究として名高い小澤清躬『有馬温泉史話』（1938）では次のように述べている。（日本書記はママ）

有馬温泉がはじめて史籍に現れたのは日本書記であつて、即ち舒明天皇には前後行幸あらせられ、次いで孝徳天皇にも股々に鳳聲を駐めさせられたが、かく兩帝の寵駕を迎へてから、有馬温泉の名は一躍して世に著れてきたのであつた（小澤 59）。

八岩まどか『温泉と日本人』（1993）では「平安時代、それはまだ宗教と医学とが未分化の時代であるが、有力貴族たちが一種のバカンスとして温泉行を楽しんでいた」（八岩 53）とある。

江戸時代にはその効果を知らせる役目を果たしたのものとして今野信雄『江戸の旅』（1986）では次の3冊を取り上げている（今野 103）。

貝原益軒『有馬湯山記』（1711）

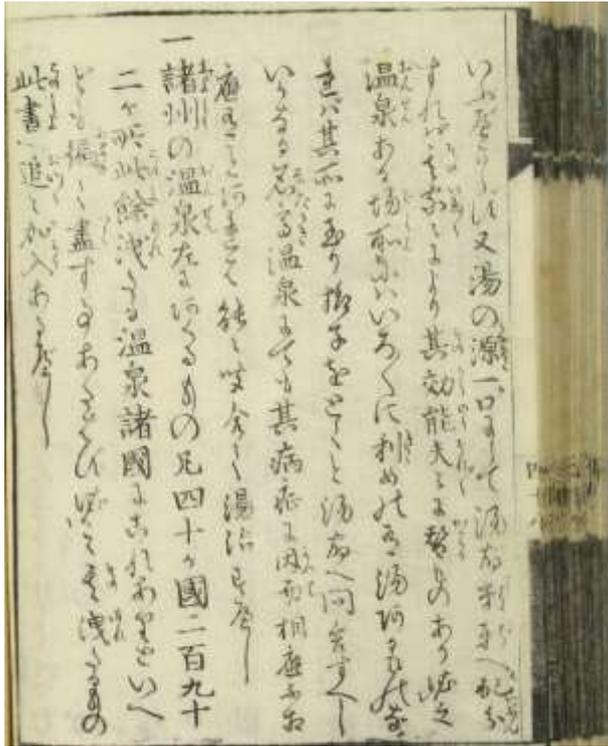
真柳玄昌『道後温泉不在冷気論』（1712）

貝原益軒『有馬湯山記』についてはいくつかの言い方があるが、本論文では『益軒全集』(1910-1911)に従い、『有馬山温泉記』と表記する。

湯治が定着した江戸後期に八隅蘆菴『旅行用心集』(1810)にも「諸國温泉二百九十二ヶ所」の冒頭でも次のような説明がある。



冒頭の部分は簡単な日本の温泉史、その後は6点にわたって温泉の入り方やその効用等が書かれている。長くなるが現代語訳も紹介する。



(25)

わが国の温泉は、大昔、まだ医者も薬もなかった時代、病気や子どもの死などによる人びとの悲しみを救うために、大日貴尊が宿奈彦那命とともに諸国の経をめぐり、温泉を見出されて以来、人びとの病を治すことができるようになった。

その後は、身分の上下を問わず、湯治ということが今にいたるまで盛んになったのである。

温泉というものは、自然の力の不思議さで、肌はうるおい、関節をほぐし、血のめぐりをよくして内蔵の働きも強くさせる。そのため、うまく

症状に合う温泉を使えば万病に効き、医者も薬もかなわないものだ。だから、湯治をする人は、温泉の効力を信じて大切に使うべきだ。

一 以下に描き出した諸国の温泉は、養生のために湯治に行く人はもちろんのこと、物詣でや遊山などの旅の途中、たまたま立ち寄って湯治する人のためにもなるように、国別にして見やすいように並べ、道のりを加え、何に効くかのあらましをあげてある。この記事を参考にして順路に従い、この本をみながら尋ね当ててもらいたい。温泉の効能について知らない場所では、その土地の人によく聞いて湯治しなさい。病気によって合う湯と合わない湯とがあるので、このことはおろそかにしてはいけない。

一 湯治に行つて、その温泉が自分の病気に効くか効かないかを確かめるには、最初一、二回入つても、腹が張つて食欲が増さなければ、大体は病気に合わないものと思うことも。とにかく行つた先の湯宿に病気のことをくわしく話してから、湯に入りなさい。まあ、二、三日も入つてみれば、しぜんによろすがわかつてくるものだ。

一 湯治の仕方は、はじめ一日二日の間は、一日に三、四回にしておくこと。体に合うようならば、五回から七回までは入つてもよい。老人とか、体の弱い人は、そのあたりのことを加減すればよい。また永年にわたる病気の場合は、ひと通りやそこの湯治に行つたぐらいでは治らないものだから、数回か、あるいは一、二ヶ月も湯治をつづけるべきだ。

一 湯治をしている間、病人はもちろんのこと、元気な人でも慎まなければいけない

のは、食べすぎ、大酒飲み、性行為、冷たい食べ物などである。また湯上りには体全体の毛穴が開いているので、冷えやすい。だから深山の涼風に身をさらすとか、清水で足を冷やすとか、あるいは風の吹き渡りところでうたた寝するなど、決してしてはいけない。なんでもなときは体を冷やすよりも、湯上りでは特にひどく冷えるものだ。注意しなさい。

- 一 温泉は熱くて透明で、鏡のように底まで見えるものがもっともよい。ぬるくて濁っているとか、変わった色をしている湯は、あまり上等とはいえない。だが、ところによっては、濁って色が変わった湯でも害がなく、入り心地がよく、病気によく効くものもあるから、一概にいうわけにはいかない。

また、一ヶ所の源泉から数件の湯宿へ配分していても、湯宿によってそれぞれ違う効果を持っていることがある。そこで、温泉地へ行ったら、いろいろな効き目がある湯もあるものだから、湯宿によく問い合わせるとよい。どんなに名高い温泉でも、病気によってふさわしいもの、ふさわしくないものがあるので、よく注意して問い合わせるがよい。

- 一 全国の温泉は、次にあげるものでおよそ四十ヶ国の二百九十二ヶ所。ここに拾いもらした温泉はまだまだたくさんあるが、残らず取りあげることにはできない。読者のご存じの温泉は、追い追いここへ書き加えていただきたい（八隅／桜井 92-95）。

温泉の入りが書かれていることは興味深いが、益軒が取り上げた「汲み湯」については触れていないことも指摘しておきたい。

また、有馬温泉については次のように紹介している。

- 一 有馬の湯は浴室が一棟で、湯船の深さは三尺八寸、縦二丈一尺、横一丈二尺五寸、底は敷石になっている。その石の間に竹筒をはさみ、その中から湯が湧き出ている。

湯宿二十軒を二十坊として、南北に分かれている。このほかの家いえは、旅人泊める小宿といっている（八隅／桜井 96）。

明治時代の文献であるが、田中芳男『有馬温泉誌』（1891）には「例言」の中に「有馬温泉誌引用書目」があり、93種が示されている。そこには益軒の『有馬山温泉記』をはじめ、『有馬山温泉小鑑』、『旅行用心集』などが示されていることは注目し得る（田中・竹中 1-3）。温泉には健康以外の利用方法がある。温泉の利用と言うより温泉場の利用ということにある。神崎宣武「日本温泉文化史」（2006）では次のように述べている。

特に冬の寒さが厳しい東北、温泉場が多い中部、四国山地、九州山地では、田植え後の泥落としが盛んに行なわれました（神崎 5）。

第2節 江戸時代の温泉事情

古代・中世の温泉事情から温泉の効果について、経験知を蓄積してきたが、鈴木一夫『江戸の温泉三昧』（2014）ではこうした状況を踏まえて次のように述べている。

…江戸時代に入ると、その経験知的知恵に注目する医学者があらわれてきた。こうして貝原益軒をはじめ、温泉で湯を浴びることを医療の一環と考えようとする、医師や医学者たちにより導き出された湯治の医療体系がかたちづくられ、それを基礎とした入湯のさいの心得が医師や民間にまで常識として普及していった。

江戸時代になってようやく、湯治という考えかたが庶民層にまで浸透し、湯治が生活習慣として普及するようになったのである。一般向けの雑誌や書物で、古代・中世の温泉入浴についてたまたま「湯治」といことばを用いてはいても、それは近世の湯治とはまったく別のものである。

江戸時代を通じて、医学書や医師が温泉療法の研究成果を蓄積して膨大な著作が出版され、それをもととして素人向けに湯治を解説した実際的な湯治入門書も数多く出版されていたことが、湯治という考えかたを一般に普及させる大きな力となっていた（鈴木 248）。

八岩まどか『温泉と日本人』（1993）では次のように述べている。

徳川代々の将軍たちは、各地の温泉の湯を樽づめにして運ばせるようになった。温泉から湯を汲み寄よせて入浴するという方法は有馬の湯を朝廷に運ばせたなどの記録もあり古くからあったものだが、室町末期からは武士の間には広く行われようになっていった。慶長元年（一五九六年）十月には、豊臣秀吉の勧めで当時はまだ江戸城主であった徳川家康が草津の湯を汲み寄せたという記録も残っている。家康は太閤秀吉の御朱印を受けて湯を運ばせたのであり、各大名が自由に湯を汲み寄せられたわけではなかった（八岩 66）。

温泉事情は徐々に変わっている。江戸以前の事情について神崎宣武「日本温泉文化史」（2006）では次のように述べている。

昔は、滞在期間は3週間と決められていました。1542年（享徳元年）に『有馬入湯記』を記した京都・相国寺の僧瑞溪は、「一回りは少し入る、二回りは多く、三回りは少し」というように「三巡り」を基本として勧めています（神崎 16-17）。

しかし、江戸中期ごろになると様子は変わっていったようだ。

温泉湯治といいながら、実は温泉立ち寄り旅行が行われていたのが、江戸時代中期以降です。湯量があり、風光明媚、人口の集住地や主要街道に近い所に旅館街が発達します。そうすると温泉湯治も、1週間も10日も滞在するという性格ではなくなりま
す（神崎 6）。

益軒もそうであるが、前述の通り有馬温泉はよく取り上げられているが、日下裕弘「日本の湯治（その1）：＜気＞思想の日本化」（1995）では江戸中期において「有馬温泉は、京の都に最も近い古代からの温泉場であり、上層から下降する日本温泉文化の有力な発祥地のひとつ」（日下 241）と述べている。

温泉や浴場を題材にしたものや描写が頻繁に出てくるものとしては、林道山『攝州有馬温泉湯記』（1621）（林羅山『有馬温泉湯記』（1621）とも言われる）、平子政長『有馬私雨』（1672）、五流斎布門『有馬の日記』（1738）、原双桂『温泉考』（1749）、十辺舎一九『東海道中膝栗毛』（1801）、式亭三馬『浮世風呂』（1805）、大根土成・福智白瑛『滑稽有馬紀行』（1827）などがある。石井猛「温泉地の歴史と温泉の元祖分析法」（2016）でも次のような紹介がある。

江戸時代に入ると、江戸時代中期の博学者である貝原益軒の「豊国紀行」に当時の別府温泉のことが、江戸時代後期の儒学者である松崎慊堂の熱海周辺の紀行文「遊豆小誌」には箱根温泉の様子が記されている。他には、江戸初期・漢方医師の後藤良山や貝原益軒や江戸時代末期・蘭学医師の宇田川榕菴の本邦最初の泉質分析による温泉療法に関する著書や図鑑などが発行され、温泉が庶民に科学的な効能を親しまれるようになった（石井 1-2）。

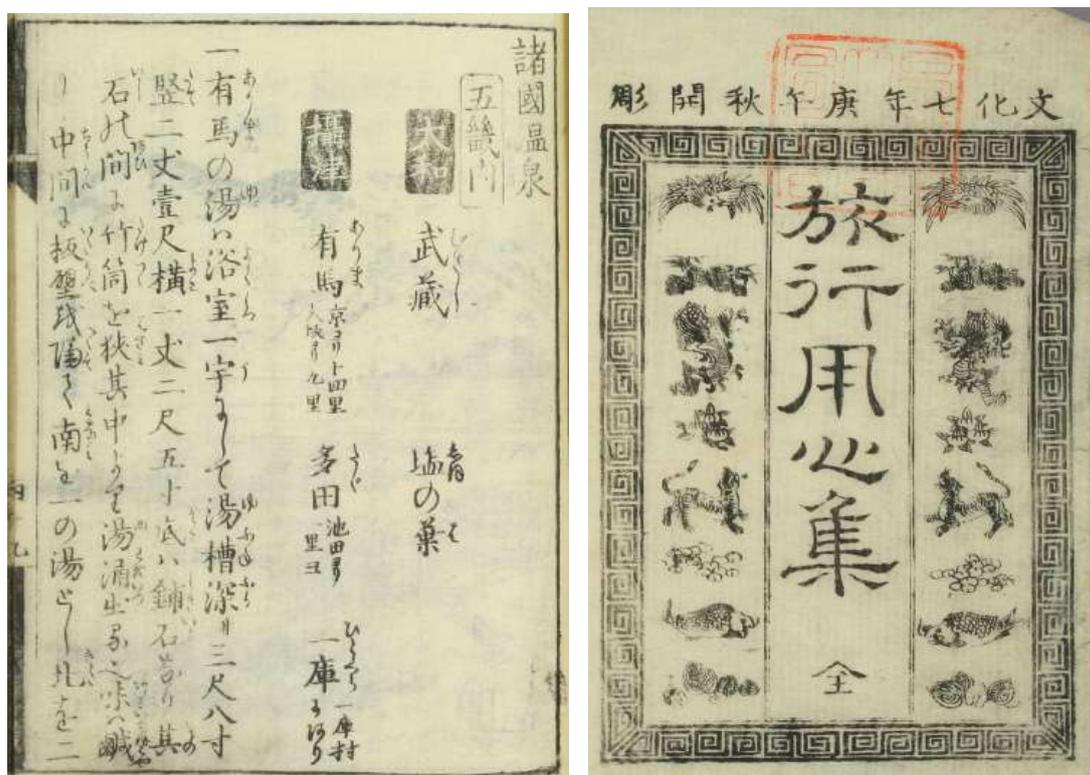
宇田川榕菴（1798-1846）の『舎密開宗』（1837-1847）の外篇で温泉の分析が示されている。これを発見したのは藤浪剛一「宇田川榕菴（未定稿）」（『中外医事新報』1936年4月28日号、日本医史学会）である⁽²⁶⁾。益軒の時代にはこうした科学的な分析は行われてなかっただけに、効能などを懇切丁寧に紹介するものが有益であったということだろう。

高橋陽一『近世旅行史の研究—信仰・観光の旅と旅先地域・温泉—』（2016）では情報伝達として見立番付に注目して次のように述べている。

近世後期に編纂されたとみられる見立番付『諸国温泉功能鑑』では、草津（現群馬県吾妻郡草津町）と有馬（現兵庫県神戸市北区有馬町）を筆頭の東西大関とし、九〇（行司等を含めると九六）の温泉が効能と共に紹介されている。また、文化七年（一八一〇）に刊行された代表的な旅行案内書『旅行用心集』（八隅蘆庵）には、主要街道の行程や

旅の注意事項と共に全国二九二ヶ所の温泉が挙げられ、「万病を治すこと、医薬の及ぶ所に非ず」と、その効果が高く謳われている。こうした史料からは、温泉に関する社会的な関心の高さを窺い知ることができる（高橋陽一 249-250）。

益軒よりもかなり後年となるが、江戸時代の旅行ガイドブックとして有名な八隅蘆庵『旅行用心集』（1810）があり、全 81 丁のうち「諸國温泉二百九十二ヶ所」は 21 丁を占め、これは他の項目の中で最も多いのである。板坂耀子「解説 湯けむりの中に」（1987）の中で「庶民の旅において、温泉旅行が欠かすことのできない存在であったことを示す一例であろう」（板坂 a 319）と記されている。



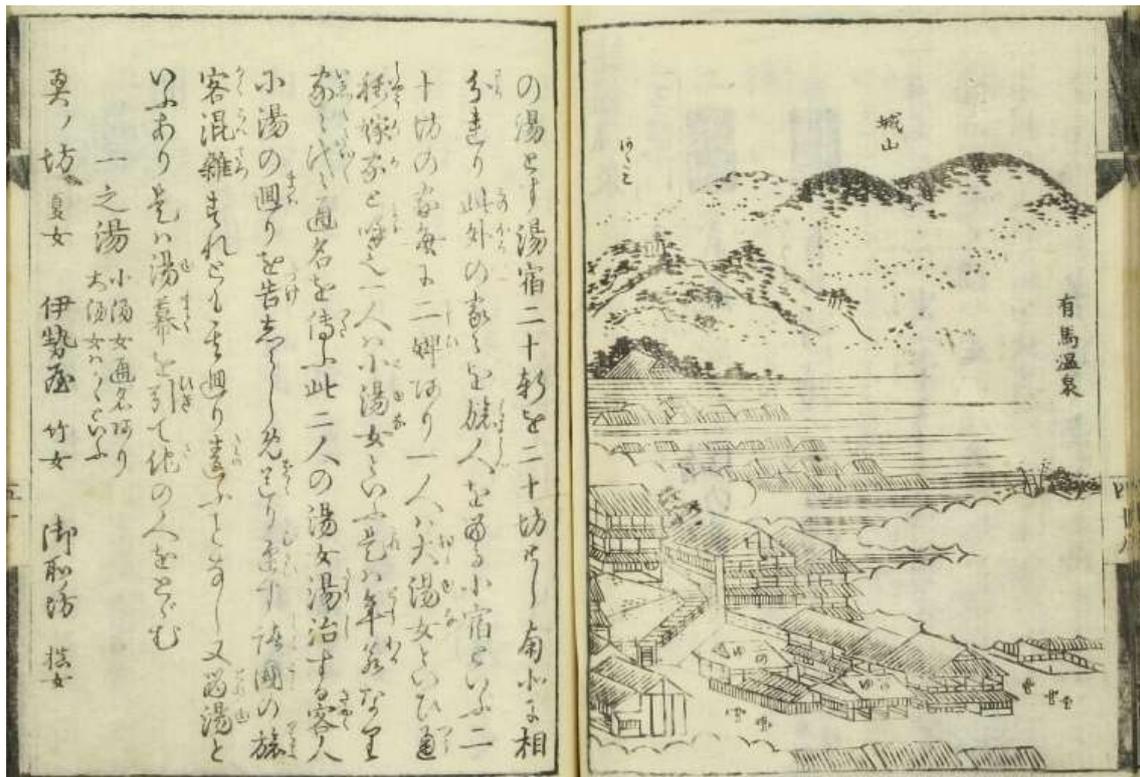
五畿内

〔大和〕 武蔵 塩の葉

〔摂津〕 有馬（京より十四里、大坂より九里） 多田（池田より一里余り） 一庫
（一庫村にある）

一 有馬の湯は浴室が一棟で、湯船の深さは三尺八寸、縦一丈一尺、横一丈二尺五寸、底は敷石になっている。その石の間竹筒をはさみ、その中から湯が湧き出ている。味は塩辛い。湯船の中間にいた板壁を立てて、南側を一之湯とし、北側を二之湯としている。

湯宿二十軒を二十坊として、南北に分かれている。このほかの家いえは、旅人を泊める小宿とっている（八隅蘆庵／桜井 96）。



(27)

『旅行用心集』については板坂が別の著作物『江戸の旅と文学』（1993）の中で次のように述べている。

八隅蘆庵『旅行用心集』（文化七年・一八一〇刊）が、現実にどれだけ利用されたかについてはまだ検討の余地があるにしても、明らかに実用的な庶民の旅の案内書の体裁を持つこの本が、全八十一丁総項目三十三の中で、最大の二十一丁を「諸国温泉二百九十二ヶ所」の項に費やして各地の温泉紹介を行っているのは、当時の庶民の旅における温泉旅行の位置をおのずから示している（板坂 c 59）。

益軒の時代からは少しずれるが、庶民向けの温泉ガイドブックがまだ出ていなかったことを考えると、益軒は自身の旅を巡覧記としてまとめていることは大きな意義がある。高橋陽一『近世旅行史の研究—信仰・観光の旅と旅先地域・温泉—』（2016）でも「近世には入湯への関心が高く、温泉が旅の目的地として広く庶民にまで定着していた」（高橋陽一 250）と述べている。高橋陽一は同書の中で『浴場心得の事』（1792）を紹介し、温泉を遠くより汲み寄せることについても触れているが、これが益軒の『大和本草』を参照していることを指摘していることは興味深い（高橋陽一 256-259）。さらに益軒からの影響として次のように述べている。

温泉での心得については、益軒の『有馬湯山道記』（『有馬山温泉記』か）や『大和本草』を「かいつまみて」紹介する形をとっている（高橋陽一 258）。

『浴場心得の事』（1792）の原文については国立国会図書館でも確認できないが、高橋は温海町史編さん員会編『温海町史』（上巻）（1978）を注として取り上げているため、同書より特に注目しておきたい部分を引用しておきたい。

温泉を遠くより汲みよせ入ること、冬はよし。夏は湯の性くさりて悪しと大和本草にも見えたり。凡そ湯治は気血を順するものなれば、心を慰めて悠々とすべし。湯に入るのみ出精にては労を生じて養生にならず。然れども其の人の強弱によるべし。温泉は天地太陽の元気を助療する故に医術の及ばざる病疾を平癒す、是陰陽の徳おろそかに思うべからず。

右の如く心得て湯治すれば不老延年の妙薬湯なりという（温海町史 749）。

「汲み湯」について言及していること、これが『大和本草』によることが記載されていることは注目しなければならない。『大和本草』における「温泉」への取り扱いについては後述する。

板坂はそれまでの多くの温泉記、温湯記には温泉地への往路記が中心となっており、入湯記の特質を持たないとし、その利用を次のように分析している。

入湯記が、その中心となるべき入浴、温泉に関する記事を欠くにいたる要因の一つは、中世以前の古い紀行あるいはその他の文学に範とすべきものがないことである（板坂 c 60）。

十辺舎一九『東海道中膝栗毛』（1801）などで湯治場の様子などの描写も出て来るようになるが、益軒以後の時代であることは注目してよいだろう。

第3節 『大和本草』『有馬山温泉記』を経て『養生訓』へ

益軒は『養生訓』（1713）の前に『大和本草』（1709）、『有馬山温泉記』（1711）を著している。益軒の独自性を見るために、益軒が参考にしていた『本朝食鑑』（1697）の巻之一の「水部」に掲載されている「温湯」を長くなるがまず確認しておきたい。

〔集解〕温泉は、大抵硫黄の気を含んでいる。それで、久痾を能く治すのである。湯の湧く処の四辺に、泡沫の凝結物が粘着している。色は黄色く、硫黄末のようであ

る。これもまた硫黄の気を含んでいる。これからつまり、次の理がまちがいでなく知れるのである。地下に硫黄があるために、地下の熱が地温を湧かすうつつ硫黄の気を含んで地上に溢れ出たもの、これが温湯であると。この温湯の性の、冬は、熱くて夏は暑くないという理由は、陽が地上にあると熱しないからである。これは常理である。

さて今、相州山中（箱根）の塔の沢・湯本・気賀・宮の下・底倉・堂の嶋・芦の湯、豆州の伊東、野州の伊香保の湯・二荒中神峯上の湯、信州の諏訪の湯等の温湯はすべて、質は水に似て気は剛烈である。奥州の塩原などは、いずれも砒石の気を含んでおり、気質は甚だ猛烈・有毒で、人体に宜しくない。惟痲疾を治すだけである。摂州の有馬の湯は、質が濁り紅色で、気も剛い。これは湯の辺りに雄黄・辰砂の類があるために、そのようになるのであろうか。その他の州にも温湯はあるけれども、治験のあるというものは未詳である。

〔気味〕 微辛で熱（薬性の五気の一）。有毒。

〔主治〕 未詳。必大の考えでは、大抵淋を患う者は、これを飲み、腎部を露して石に坐し、冷気が肌に透ると癒える。

〔発明〕 温湯に浴すると、諸風・冷脾・脚気・諸痛・諸気・鬱冒・劳瘵・癩癧・眩暈・頭痛・疝積・扶撲・折傷・疥癬・楊梅・癩病、婦人については経病・求嗣・滯下・癥瘕を治す。もしたまたま温湯を飲んだ場合は、必ず腸に熱を蓄えるので有害である。然ども湯処の民衆が常に飲んで無害であるのは、日夜馴れ親しんだためにそうなったという理でもあろうか（人見 a 13-14）。

ここでは有馬温泉への言及はあるものの、汲み湯についての言及はない。しかし、益軒が参考にしたのではないかという点は多くみられる。益軒は『大和本草』の中でも「茶」のところすでに『本朝食鑑』への言及があり、これを参考にすべきであると言及している通り、いわゆる先行研究に敬意を払いつつも、その後の益軒自身の有馬温泉の旅の経験も活かしているのである。時系列でみれば次のような整理となるだろう。

李時珍『本草綱目』（1596）

人見必大『本朝食鑑』（1697）

貝原益軒『大和本草』（1709）

貝原益軒『有馬山温泉記』（1711）

貝原益軒『養生訓』（1713）

『大和本草』はその名前の通り本草学の大著であるが、その扱っている内容は広く、博物学とも言えるものだ。『大和本草』の巻之三の内容は以下の通りである。

水、熱湯、湯、浴湯、温泉、火井、雹、苦潮、石腦油、地洩、塩胆水、塩

「浴湯」では次のような説明になっている。

本草に、四時暴泄痢。四股冷。臍腹痛。澮湯中坐浸。至二腹上生陽。諸藥無速於此。と云へり。今按に傷食、食滯、泄瀉、腹痛等の病に温湯に浴す。氣めぐりて早く愈ゆ。藥を用にまされり。小兒大人夏月風冷に當り、瓜果を食過し、食傷、霍亂、泄瀉等の症を患るに、温湯に浴し、桃葉を以て身を摩。甚效あり。又感冒の發熱なき輕症寒に感じたるに、早く温湯に浴して身を煖め、風を引かず垢をおとさず、早く浴し了れば速にいゆ。日を経且有熱には甚忌べし。凡熱湯浴すべからず。當時快といへども傷精神、氣液をへらし、上氣し、熱を生。温湯を我手にて自試てよきかげんの湯に浴すべし。然れども甚ぬるき湯に浴すれば、瘡傷多く發す。是熱を内にとづる故なり。又小瘡を多く煩ふ人、熱湯に浴し風にあたれば、熱を内にとちこめ、瘡内に入て危症となる。可慎。又しばし浴すべからず。只夏月は毎日浴す。他月は五日に一度浴すべし。久しく浴すからず。熱湯に浴して身を煖め過し、汗を發すべからず。○寒濕を治するに艾葉を煎じ、其熱湯に浴すべし。其效速なり。五木は桑、槐、桃、楮、柳なり。○海水を汲で湯にわかして大桶に入、温にして時々浴す。風寒濕の諸症を治す。本草に、碧海水煮浴去風瘙癢（貝原 f 63）。

『本草綱目』に「四時暴泄痢。四股冷。臍腹痛。澮湯中坐浸。至二腹上生陽。諸藥無速於此。」（一日中冷えによる下痢、下半身の冷え、腹痛のある時は湯の中に浸り、座すとよい。暖かい湯が腹の上に至るようにする。藥を飲まなくてもすぐに効き目があらわれる。）とある。食事後の嘔吐、消化不良、下痢、腹痛などある時は温湯に入るとよい。氣がめぐり、早く治る。藥を飲むよりもよい。子どもや大人が夏の時期に冷たい風に当たり、瓜果を食べ過ぎたり、食あたり、嘔吐や下痢、慢性的な軟便を患っている者は温かい湯に入り、桃の葉でこすると、いたく効果がある。また、發熱のない、寒さを感じる時には早く温湯で身を温めれば、風邪をひかず、早く入湯すれば早く治る。日が経つにつれて熱がある場合には湯を避けるべし。凡そ熱い湯には入らないほうがよい。気分がよくても、心身の衰弱があれば、氣が減り、氣が上つてのぼせてしまい、体が熱くなる。だからそのような場合があるので、まず温い湯に手を入れて湯加減を試す。しかし、ぬるい湯に入れば、瘡傷の多くが内部に立て込もり、熱を内部に閉じ込める。また、身体に小さな傷があるのに、熱い湯に入つてのち風にあたると、身体に内に熱がこもり、傷の中で症状がひどく危険となる。従つて入浴を慎べきだ。また、しばしば入浴してはならない。ただ、夏期には毎日入浴する。他の時期には五日に一度入浴するとよい。しばしば入浴してはいけない。熱い湯に入り身を温めて過ぎ、汗をかくのはよくない。冷え性を治すには、葉を煎じた物を入れた熱い湯に入るとよい。その効果は早い。その葉は桑、槐、桃、楮、柳の五木である。海水を汲んで湯をわかして、それを大桶に入れて、時々温めた湯に入る。蕁麻疹

などの症状を治す。『本草綱目』に「碧海水煮浴去_二風瘙癬_一」（海水を汲んで湯をわかし入れば、蕁麻疹などの症状を取り去る）とある（試訳）。

文中の本草とは李時珍『本草綱目』のことである。『養生訓』でも似たような内容の箇所があるので紹介しておきたい。

身に小瘡ありて熱湯に浴し、浴後、風にあたれば肌をとぢ、熱、内にこもりて、小瘡も、肌の中に入れて熱生じ、小便通ぜず、腫る。此症、甚危し。おほくは死す。つつしんで、熱湯に浴して後、風にあたるべからず。俗に、熱湯にて小瘡を内にたてこむると云。左にはあらず、熱湯に浴し、肌表、開きたる故に、風に感じやすし。涼風にて、熱を内にとづる故、小瘡も共に内に入るなり（貝原／伊藤 360）。

身体に小さな傷があるのに、熱い湯に入っただけで風にあたると、肌を閉じて熱が内にこもり、小さな傷も肌の内に入って熱を発し、小便が出なくなってその部分が腫れてくる。この症状はひどく危険であって、死ぬことが多い。熱い湯に入ったならば、注意して風にあたらないように心がけなければならない。

俗に、熱い湯で小さな傷を内部にたてこむる（傷口を蒸しこめる）という。が、そうではない。熱い湯に入浴して肌の表面が開いたゆえに、風に敏感になって、冷たい風で熱を内に閉じ込めるから、小さな傷もともに体内に入りこむのである（貝原／伊藤 164）。

又、入浴して益もなく害もなき症多し。是は入浴すべからず。又、入浴して大に害ある病症あり。ことに汗症、虚勞、熱症に尤いむ。妄に入浴すべからず。湯治して相応せず、他病おこり、死せし人多し。慎しむべし。此理をしらざる人、湯治は一切の病によしとおもふは、大なるあやまり也。本草の陳藏器の説、考みるべし。湯治の事をよくとけり。凡入浴せば実症の病者も、一日に三度より多きをいむ。虚人は一兩度なるべし。日の長短にもよるべし。しげく浴する事、甚いむ。つよき人も湯中に入れて、身をあたゝめ過すべからず。はたにこしかけて、湯を杓にてそゝぐべし。久しからずして、早くやむべし。あたゝめ過し、汗を出すべからず。大にいむ。毎日かろく浴し、早くやむべし（貝原／伊藤 361）。

これらに反して入浴したために大きな害をまねく病気もある。とくに汗症(発汗症)、虚勞(心身の衰弱)、熱病がそれである。むやみに入浴してはいけない。湯治にむかず、他の病気をも引き起こして死んだひが多い。用心しなければいけない。この道理を知らないひとで、湯治はすべて病気によいと思うことは大きな誤解である。

『本草』の陳藏器(唐代の医者)の学説を考えてみればよい。湯治についてよく説明している。入浴はどんな病人でも一日に三度までである。衰弱したひとは一回もしくは二回まででよい。日の長短にもよるが、何度も入浴することはいけない。身体の強い

ひとでさえ、湯の中で身体を温めすぎてはいけない。湯槽の端に腰をかけて、湯を杓でかける程度でよい。長湯しないで早くあがるのがよい。温めすぎて汗を出してはいけない。禁止すべきである。毎日かるく入浴し、早めにあがるのがよい（貝原／伊藤 165-166）。

熱湯に浴するは害あり。冷熱はみづから試みて沐浴すべし。快にまかせて、熱湯に浴すべからず。気上りてへる（貝原／伊藤 359）。

熱い湯に入るのは害になる。湯の加減は自分でさだめて入浴しなければいけない。気分がいいからといって熱い湯に入っではいけない。気が上つてのぼせてへってしまう（貝原／伊藤 162）。

『大和本草』の内容は『養生訓』でも反映されていることは明らかだ。さらに「温泉」の箇所にも注目したい。

諸州に多し。就中摂州有馬山、和州の十津川、上州の伊香保、相州熱海、信州の草津、豫州の道後は名湯なり。多は硫黄氣あり。有馬の湯には鹽あり。凡温泉に浴せんんとせば、先其病症を考ふべし（貝原 f 64）。

諸州に多くの温泉がある。その中でも摂州の有馬山温泉、和州の十津川温泉、上州の伊香保温泉、相州の熱海温泉、信州の草津温泉、豫州の道後温泉は名湯である。その多くは硫黄の性質がある。有馬温泉には塩の性質がある。おおよそ温泉に入る場合には、まずどのような症状に効くかをよく考えた方がよい（試訳）。

この内容についても『養生訓』では簡便な表現となっている。

温泉は、諸州に多し。入浴して宜しき症あり。あしき症あり。よくもなく、あしくもなき症有（貝原／伊藤 361）。

温泉は全国各地に多い。が病気によって入浴してよいものとわるいものがある（貝原／伊藤 165）。

このあと入湯の仕方、その効能の内容が続くが、温泉の冒頭が有馬山温泉であることは注目に値する。

『大和本草』における「汲み湯」の記述はごく短いものであるが、注目すべきものであろう。

と、浴して有_レ害と此三等あり。よく考ふべし。不_レ可_ニ妄浴。浴して宜しき病症にも、一時に久しく浴して熱過れば、汗出血かわき元氣へる。其病症によく相應したる人、少づゝかろく浴すれば、必しるしありて大に益あり。それを見聞したる人、何の病にも浴してよからんと思ひて浴すべからず。症に合はざるは必しるしなく、かへつて害あり。又其湯處にいたる事なりがたくして、遠處より汲よせて浴する人あり。是亦温泉の本性を失ひ、湯氣消え盡てくさりたる水なれば、常の湯には性おとるべし。又汲湯に浴してしるしを得るものあり。それは湯浴に宜き症なれば、常の湯を浴しても效しあるべし。但冬月は汲湯も性久く損すべからず。可_レ用。凡温泉の利害、本草陳穢器が説考へ見るべし。ことわり明白にして至當なり。○自_レ是以下湯治の法及禁忌を記す。○つよき病人は一日に三度浴すべし。よわき人は一日に一度二度入べし。○

(貝原 f 66)

上記のうち、以下の箇所が言及箇所である。

遠處より汲よせて浴する人あり。是亦温泉の本性を失ひ、湯氣消え盡てくさりたる水なれば、常の湯には性おとるべし。又汲湯に浴してしるしを得るものあり。それは湯浴に宜き症なれば、常の湯を浴しても效しあるべし。但冬月は汲湯も性久く損すべからず (貝原 f 66)。

温泉のあるところへ行けず、遠所から汲み寄せて入浴する人もいる。この場合には、温泉の湧き出た温熱の氣を失ひ、陽氣も消えて、腐った水ともなるから、普通の水を温めて入浴したものでも効力がある。但し、冬期は汲湯をしても長い間質が変わらず効力があるだろう (試訳)。

この内容は『養生訓』にも反映されているのである。

温泉ある処に、いたりたき人は、遠所に汲よせて浴す。汲湯と云。寒月は水の性損ぜずして、是を浴せば、少益あらんか。しかれども、温泉の地よりわき出たる温熱の氣を失ひて、陽氣きえつきて、くさりたる水なれば、清水の新に汲めるよりは、性おとるべきかといふ人あり。(貝原／伊藤 362)

温泉のある場所へ行けないひとは、遠所から汲みよせて入浴する。これを汲湯という。冬期は水の性が変わらないので、これに浴すると多少の効力はあるだろう。が、温泉地から湧き出た温熱の気を失って、陽気も消えて、ときには腐った水もあろうから、普通の清水を新たに汲んだもののほうがよいという説もある。(貝原／伊藤 167)

『大和本草』は明の時代に南京で上梓された李時珍『本草綱目』(1596)を参考に、益軒が日本に当てはめて著したものである。そのため、単なる翻訳とは異なり、内容として踏襲しているものもあれば、削除しているもの、新たに加えているものがある。大塚吉則「漢方と温泉—温泉医学的考察—」(2012)によれば温泉と漢方医学について次のように述べている。

この5巻に水部二類についての記載があり、水之一として天水類13種、水之二として地水類30種を挙げている。温泉は「温湯」として地水類の一つに数えられており、硫黄の臭いを発する地表からわき出る(沸泉)熱い湯として認識されている。気味は、辛、熱で、微毒であるから、病気でない人は気軽に入ってはいけない、温泉治療を行う場合は、かならず生薬を服用し、飲食に気をつけなければならない、と論じているところは興味深い(大塚 160)⁽²⁸⁾。

『大和本草』で「温泉」が取り上げられているのは、その原典でもある『本草綱目』でも取り上げられているからであるが、益軒はさらにそこから日本独自のものとして温泉地の具体的な場所なども示していることは注目しなければならないだろう。『大和本草』は1709年に発表されているが、それ以前に1679年に杖植(杖立)温泉(益軒会編 21)、1694年に別府温泉(益軒会編 32)、1698年に有馬温泉(益軒会編 34)を訪れている。その時の紀行文も『杖立紀行』(『杖立温泉』)(1679)、『豊国紀行』(1694)などを著している。『杖立紀行』では紀行文として目にしたものを紹介していく形式となっている。巨石や瀑布があったなどの描写が見られるが、温泉自体に関する記述はほとんどなく、ましてや「汲み湯」についての記述はない⁽²⁹⁾。『豊国紀行』は豊後への紀行文であり、そこには別府温泉があるため、温泉への言及はあるが、汲み湯についての言及はない(貝原 c 492)。

『有馬山温泉記』では温泉の効能について次のように記されている。

凡此地の温泉は、天下にすぐれたる名湯なり。病に應ずれば甚妙効あり。いづれの温湯にも浴せんとせば、先其病症に湯治の相應の病なれば、甚しるしあり。手足なへしびれ、筋骨ひきつり、のべかぢめかなひがたく、脚氣の病、高き所よりおち、或落馬し、おしにうたれ、一切の打身、金瘡の愈かぬるによし。皮はだへの病、すべて外症によし。又寒冷の病により。此等の病に浴すれば大に効あり。他の湯にまされり。

無血不順の症、腹中の滞にも、かろく浴しあたゝめて、氣をめぐらすべし。然れども、内症の病には應ぜず。浴すべからず。邪熱、虚熱ある人にははなはだあしゝ。病をそへてあやうきいたる。必つゝしみて浴すべからず。世上に病症をえあらずして、何の病にもよからんとて入湯する人あり。はなはだあやまれり。相應の病症にあらずば入湯すべからず。益なきのみならず害有。又落として何のしるしもなく、又害もなき症あり。かくのごとくの症には浴する事無益なり。およそ浴して益あると、害あると、益も害なきと、此三の病症あり。よく〜えらぶべし。害有症と、益なき病には入湯すべからず（貝原 g 278-279）。

この地の温泉は天下にも優れた名湯として名をはせている。病については効力がある。いずれかの温泉に入れば、その病いに合う温泉に合えば効力のしるしあり。手足のしびれ、筋骨のひきつり、身体を延ばしたり、かがめることがなかなかできない脚氣、高所から落ちる、落馬、打ち身、刃物による傷には温泉は効く。皮膚の病い、すべての外傷に効く。また、冷え性にも効く。これらの病いには温泉に入ると大いに効力がある。他の温泉よりも優れている。氣血不順や食欲不振などには温泉で温めて氣を巡らせるとよい。しかし、内症には効力はないので温泉に入らない方がよい。また、氣が余り熱を發している人は温泉に入ることにはよくない。他の病いを引き起こす。むやみに入浴してはいけない。世の中には病状のことはよくわからず、湯治はすべての病いに良いと思入浴するものがある。これは大きな誤解である。湯治にあつていない病症は、入浴してはいけない。効力がないだけでなく、害がある場合もある。また、命を落とす場合や何の変化もなく、害もない場合もある。このように病症においては入浴しても効力のないものがある。病氣によって入浴してもよいものとわるいものがある。よくもわるくもないものもある。おおかたこの三種類の病氣がある。温泉をよく選んで入浴するがよい（試訳）。

また、入湯についても次のように記されている。

入湯の法 凡此湯に入に彼地の法義あり。湯文といふ物にしるせり。湯に入には食後よし。うゑて空腹に入事をいむ。一時にひさしく入をいむ。又しげく入事をいむ。つよき病人は一日一夜に三度、よわき病人は一二度をよしとす。三度は入べからず。つよ人も湯の内にひたりて、身をあたゝめ過すべからず。はだにこしかけて手足をひたし、次にひしやくにて湯をくみて、頭よりかたにかけてよし。湯の内に入ひたるべからず。久しくゆをあぶれば身のあたゝまりすぎ、表氣ひらけ、汗いで、元氣もれて、大にどくとなる。かろく入べし。ゆあがりに風にあたるべからず。入湯の間、上戸も酒多くのむべからず。氣めぐら食すゝむとも大食すべからず。酒にゑひて入べからず。湯よりあがりて即酒をのむべからず。味からき物多く食ふべからず。熱性のもの寒冷の物食ふべからず。性かろうきを鳥少づゝ食ふべし。色慾をかす事はなはだ

いむ。湯よりあがりて後も二七日いむべし。時々歩行して氣をめぐらし、食を消すべし。ひるねすべからず。入湯の日數をはりても、風雨もはげしくば歸べからず。天氣しづかになりてかへるべし。湯治の内灸をいむ。あがりて後も數日の間、灸すべからず（貝原 g 280-281）。

入湯の方法 凡そ、温泉に入るには作法がある。湯文にそのことは記されている。温泉に入るのは食後がよい。空腹の時には入湯してはいけな。一回に長く入湯してはいけな。また、頻繁に入湯することもよくない。病人は一日に三度まで、衰弱した人は一、二度までがよい。三度は入らない。身体の強い人も湯の中で身体を温めすぎてはいけな。湯舟の端に腰かけて、手足ひたし、次に湯を柄杓ですくって頭からかけるのがよい。すぐに湯舟に入ってはいけな。長く湯に浴びれば、身体が温まり過ぎ、毛穴も開き、汗をかき、元氣もれて、良くない。軽く入るのがよい。入浴後は風に当たってはいけな。入湯中は酒飲みでも大酒はいけな。氣を巡らすために食べるにしても大食はいけな。酒に酔って入湯してはいけな。温泉から出てすぐに酒を飲んではいけな。辛いものを食べ過ぎてはいけな。熱いもの、冷たいものを食べてはいけな。食べたい時には鳥を少しずつ食べる。色欲は慎むこと。湯より上がって後も、二十七日は控えるべす。色慾をかす事はなはだいむ。時々歩き周り、氣をめぐらし、食を消化すべし。昼寝はしてはいけな。入湯の日數が終わっても風雨がはげしければ歸らず、天氣が回復してから歸ったほうがよい。入湯の日數をはりても、風雨もはげしくば歸べからず。天氣しづかになりてかへるべし。湯治の間は灸をしてはいけな。湯治が終わってからも數日の間は灸をしてはいけな（試訳）。

なお、こうした温泉の記述は『養生訓』にも生かされている。

第4節 『養生訓』の温泉

第1項 湯治

『養生訓』の温泉は巻第五で扱われている。「洗浴」の中で、入浴、洗髪、温湯、湯治、汲湯といった順番で扱われている。ここでは温泉と湯治の箇所をまず取り上げておきたい。

温泉は、諸州に多し。入浴して宜しき症あり。あしき症あり。よくもなく、あしくもなき症有。凡此三症有。よくゑらんで浴すべし。湯治してよき病症は、外症なり。打身の症、落馬したる病、高き所より落て痛める症、疥癬など皮膚の病、金瘡、はれ物の久しく癒がたき症、およそ外病には神効あり。又、中風、筋引つり、しゞまり、手足しびれ、なゑたる症によし。内症には相応せず。されども氣鬱、不食、積滞、氣血不順など、凡虚寒の病症は、湯に入あたゝめて、氣めぐりて宜しき事あり。外症の速

に効あるにはしからず、かろく浴すべし。又、入浴して益もなく害もなき症多し。是は入浴すべからず。又、入浴して大に害ある病症あり。ことに汗症、虚勞、熱症に尤む。妄に入浴すべからず。湯治して相応せず、他病おこり、死せし人多し。慎しむべし。此理をしらざる人、湯治は一切の病によしとおもふは、大なるあやまり也。本草の陳藏器の説、考みるべし。湯治の事をよくとけり。凡入浴せば実症の病者も、一日に三度より多きをいむ。虚人は一兩度なるべし。日の長短にもよるべし。しげく浴する事、甚いむ。つよき人も湯中に入て、身をあたゝめ過すべからず。はたにこしかけて、湯を杓にてそゝぐべし。久しからずして、早くやむべし。あたゝめ過し、汗を出すべからず。大にいむ。毎日かろく浴し、早くやむべし。日数は七日二七日なるべし。是を俗に一廻二廻と云。温泉をのむべからず。毒あり。金瘡の治のため、湯浴して疵癒んとす。然るに温泉の相応せるを悦んで飲まば、いよいよ早くいゑんとおもひて、のんだりしが、疵、大にやぶれて死せり（貝原／伊藤 361-362）。

温泉は全国各地に多い。が病気によって入浴してよいものとわるいものがある。よくもわるくもないものもある。おおかたこの三種類の病気のあることを知って、温泉をよく選んで入浴するがよい。

湯治によく効くのは外症である。打ち身、落馬、高所から落ちての打撲傷、疥癬などの皮膚病、刃傷、腫れもの、長く治らぬものなどには大なる効果がある。

また中風(半身不随)、筋の引きつり、けいれん、手足のしびれ、麻痺などにもよい。

内臓の病気には温泉はよくない。だが、気鬱(鬱病)、食欲不振、積滞(気が循環しない)、気血不順などの身体の冷えることで生ずる病気には、温湯で温めると気が循環して効果をまねくことが多い。外症にきくような速効はないのだから、かるく温泉につかるがよい。

また入浴してもしなくても変わらない病気のひとは入浴しないほうがよい。

これらに反して入浴したために大きな害をまねく病気もある。とくに汗症(発汗症)、虚勞(心身の衰弱)、熱病がそれである。むやみに入浴してはいけない。湯治にむかず、他の病気をも引き起こして死んだひとが多い。用心しなければいけない。この道理を知らないひとで、湯治はすべて病気によいと思うことは大きな誤解である。

『本草』の陳藏器(唐代の医者)の学説を考えてみればよい。湯治についてよく説明している。入浴はどんな病人でも一日に三度までである。衰弱したひとは一回もしくは二回まででよい。日の長短にもよるが、何度も入浴することはいけない。身体の強いひとでさえ、湯の中で身体を温めすぎてはいけない。湯槽の端に腰をかけて、湯を杓でかける程度でよい。長湯しないで早くあがるのがよい。温めすぎて汗を出してはいけない。禁止すべきである。毎日かるく入浴し、早めにあがるのがよい。

逗留する日数は七日間か二た七日間(二週)がよい。これを俗に一廻、二廻という。温泉を飲むのは有害である。毒がある。刃傷の治療のために温泉で傷を治そうとした

ひとが、早くよくなるためによるこんで温泉を飲んだところ、かえって疵が悪化して死んだということである（貝原／伊藤 165-166）。

湯治の間、熱性の物を食ふべからず。大酒大食すべからず。時々歩行し、身をうごかし、食気をめぐらすべし。湯治の内、房事をおかす事、大にいむ。湯よりあがりても、十余日いむ。灸治も同じ。湯治の間、又、湯治の後、十日ばかり補薬をのむべし。其間、性よき魚鳥の肉を、少づゝ食して、薬力をたすけ、脾胃を養ふべし。生冷、性あしき物、食すべからず。又、大酒大食をいむ。湯治しても、後の保養なければ益なし（貝原／伊藤 362）。

湯治のあいだは熱性のものを食べてはいけない。大酒、大食もいけない。ときどき歩行し、身体を動かし、食気を促進させる。湯治中に房事をするにはよくない。湯治から帰っても十数日はよくない。

灸の治療も同じくいけない。湯治のあいだ、またそのあと十日間くらい補助薬を飲むのがよい。その間は性のよい魚鳥の肉を、少しずつ食べて、薬の効きめを助け、脾胃を養うがよい。生の冷たいもの、性のわるいものなど食べてはいけない。もちろん大酒、大食することは慎まなければならない。湯治してもその後の養生を忘れるならば、無益といわなければならない（貝原／伊藤 166-167）。

『養生訓』の温泉とは即ち、湯治のことであり、実際に温泉に入る「湯浴」のことだと述べている。益軒はこれを「洗浴」のところで述べている。

日下裕弘「日本の湯治（その1）：〈気〉思想の日本化」（1995）では『養生訓』での洗浴について次のように述べている。

江戸の中期（正徳3年、1713年）、貝原益軒は『養生訓』を書いた。養生訓とは、日常の安寧な生活の仕方に関する訓戒（規範的行動様式）である。益軒の基本的立場は、いわゆる〈気〉の思想に準拠している。益軒自身が身をもって体験した事から、経験合理主義的に（特に、老荘思想、儒教思想の立場から）語っており、〈気〉をもって「生命の根源」とし、「命の主人」とする。この〈気〉を養うこと（すなわち、身を慎み、心を養うこと）を、人としての道であり、自然の理であるとする。しかも、主体的な活動（勤労と身体運動）を重んじ、快樂を戒める。したがって、「湯浴」については、さほどの評価はなく、条件付きの養生法であるという立場をとる。しかし、この『養生訓』が、後のわが国の温泉湯治の「綱領」もしくは「規範」としての働きをもって各地に普及するようになる（日下 247）。

『養生訓』の漢籍文献からの典拠関係を明らかにした謝心範「『養生訓』の分析研究—漢籍の影響」（2015）では、「汲み湯」については漢籍の典拠は不詳となっている（謝

339)。「汲み湯」については中国での温泉や風呂の入浴習慣が日本と同じような状況でないだけに、中国古典文献から引用されている可能性は極めて低いことが推測できるのではないだろうか。「汲み湯」については、貝原益軒が自分の経験で書いたか、または日本の古典文献から影響を受けて書いた可能性が浮上してくるのではないかと推測される。益軒は『大和本草』から『有馬山温泉記』、そして『養生訓』で「汲み湯」について取り上げているが、これは温泉について益軒の大きな特徴、独自性とも言えるだろう。

ここでは特に温泉の「汲み湯」について取り上げるため、まず日本の温泉の記述の歴史から取り上げてみたい。温泉一般については周知の通り、『古事記』(712)や『日本書紀』(720)などに記されている記述が根拠になっている。有馬温泉観光協会公式サイトでもその発見については次のように紹介している。

有馬温泉の守護神として名高い湯泉神社の縁起によれば、泉源を最初に発見したのは、神代の昔、大己貴命（おおなむちのみこと）と少彦名命（すくなひこなのみこと）の二柱の神であったと記されています。この二神が有馬を訪れた時、三羽の傷ついたカラスが水たまりで水浴していましたが、ところが数日でその傷が治っており、その水たまりが温泉であったと伝えられています⁽³⁰⁾。

大己貴命とは大国主命のことである。しかし、これらは伝聞の域を出ない。記録的には『日本書紀』の「舒明記」には以下のような記述がある。

秋九月の丁巳の朔乙亥に、津國の有馬温湯に幸す（坂本 228）。

なお、注釈には次のような説明がある。

积紀「撰津風土記曰、有馬郡、又有_二塩之原山_一。此山近在_二塩湯_一。此因以為_レ名」とい
い、延喜神名式に湯泉神社が見える。現在の神戸市兵庫区の有馬温泉（坂本 229）。

すなわち、631年9月19日から12月13日までの86日の間、舒明天皇が有馬の温湯宮に立ち寄り入浴を楽しんだということだ⁽³¹⁾。その後も孝徳天皇も有馬温泉に647年に行幸したとの記録などもあり、有馬温泉の存在が知られるようになった。つまり、日本人にとって有馬温泉は昔から知られていたことになる。有馬温泉は古来より日本人にはなじみのある温泉であり、江戸時代には「諸國温泉功能鑑」などにも西方大関としてランクされるなど、一般庶民にもすでに馴染みのある温泉地である⁽³²⁾。

番付に横綱の文字が掲載されるようになったのは明治時代に入ってからのものであるため、実質的に江戸時代の大関は最高位ということだ。江戸時代の横綱は大関の中の名誉称号に

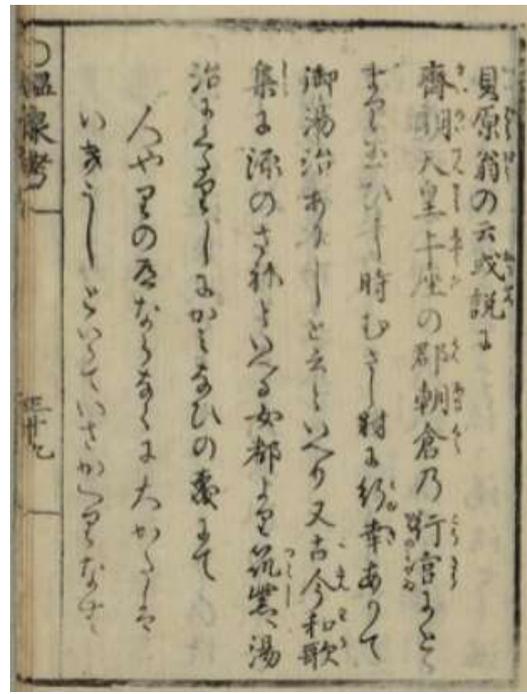
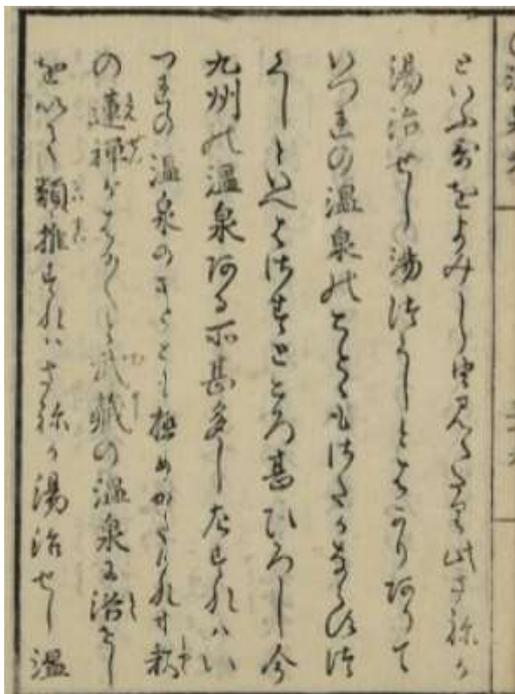
過ぎなかった。

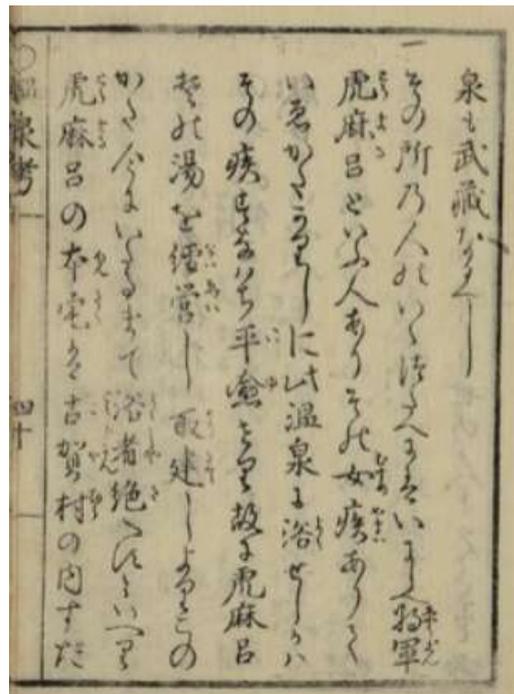
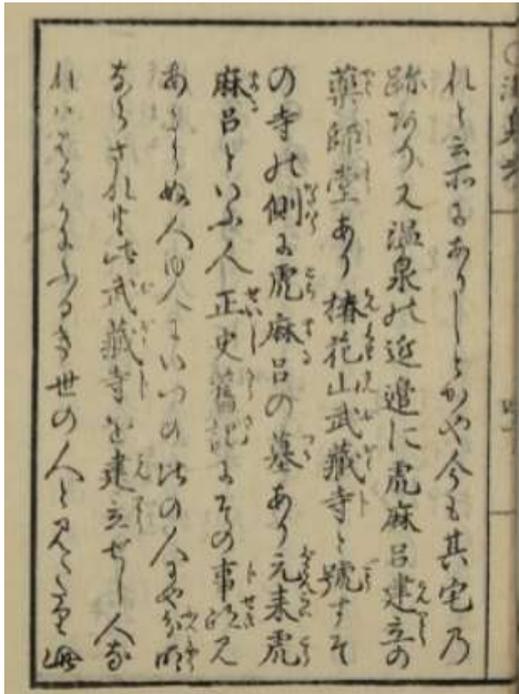
なお、原雙（1718-1767）の『温泉考』（1749）もあるが、今回は詳細については取り上げないが益軒について言及しているため、その箇所のみ紹介しておきたい。温泉の入り方についてはまず次のような言及がある。

篤信も、熱湯には浴すべからず温まるをよしとす、といへり、此ことばよしとすべし（原・小笠原 98）。

篤信も、熱い湯には入ってはいけない。温な湯を入浴するには可とする、といっている、この言葉は良いとすべきである

（原・小笠原 99）。





(33)

篤信とは益軒のことである。また、九州最古の寺、椿花山成就院武蔵寺の訪問について同じく、益軒への言及がある。上記の現代語訳は以下の通りである。貝原益軒を引き合いに出しているので取り上げておきたい。

貝原益軒翁のいう、或る説に

齋明天皇が上座郡朝倉（現・福岡県朝倉郡朝倉町）の行宮のお留りになられた時、武蔵村に行幸されて御湯治をなされたという、といている。又古今和歌集に、源のさねという女が京都から筑紫へ湯治にくだったが、神なびの森で

派遣されての公務の旅ではないものを、大ていは行くのが辛いといって、（嘆くが、私も）さあ帰ろう（か）という歌を詠んだ事が、見えている。このさねが湯治した湯は、筑紫とだけ記してありどこの温泉のことかも分からない、筑紫といえば、その範囲は非常に広い、今九州の温泉のある所は甚だ多い、それでこの温泉のことゝ定めがたいけれども、釋の蓮禪がはるへごと下って来て武蔵の温泉に入浴したことを以て類推すれば、さねの湯治した温（原・小笠原 105）

泉も武蔵温泉であろう

一、その所の人の言い伝えでは、昔將軍
虎麻呂という人がいた、その娘が病気で
治り難かったが、この温泉に入浴すると
その病気が忽ち治った、それで虎麻呂は
その温泉を経営し建物を立てて
以来、今に至る迄湯治する人が絶えないという
虎麻呂の本宅は古賀村の内すだ
れという所にあったか、今もその家の
跡がある、又温泉の近辺に虎麻呂が建てた
薬師堂があり、椿花山武蔵寺と号す、そ
の寺の側に虎麻呂の墓がある、元来虎
麻呂という人は、正史や旧記録には跡が見
あたらない人なので、いつの頃の人なのか、明
らかでないが、この武蔵寺を建てた人で
あるから、遙かに古い時代の人と思われる（原・小笠原 109）。

なお、有馬温泉への言及もある。それは筑前の国三笠の郡、天拝山の麓にある武蔵村の温泉
での効用について次のように述べている。

身にふれて温柔和煦、既に浴して後復
蔵、肌膚、表裏内外、煦々温暖の氣やゝしば
しやまず、頻りに浴すれば共肌膚枯燥せず
疥癬梅毒一切の諸瘡ある人これに浴すれ
ば皆邪毒を排出し瘡汁を托發し
諸瘡ことの外わかやぎたちて（以降略）（原・小笠原 100）
身体に触れると温かたく柔らかく穏和で暖く、更に入浴して後、内
蔵、肌、皮膚等表裏内外が、ほかへと暖かい気が暫
く止まず、又繰り返し入浴しても肌皮膚がかわいてしまうことなく
疥癬、梅毒等のすべて瘡（かさ、できもの）のある人が、この湯に入浴すれ
ば皆邪毒を排出し、悪汁を押し出し
諸瘡は殊の外に若々しくなり（以降略）（原・小笠原 101）

しかし、最後のところで有馬温泉に言及している。

有馬などの湯よりは格別おとりたる様（原・小笠原 100）

有馬温泉などの湯よりは、格段に劣っている様（原・小笠原 101）

原雙『温泉考』については高橋昌彦『『温泉考』—翻字と解題—』（2002）での詳細な考察がある（高橋昌彦 229-246）。

編集部「文化をつくる 温泉の効用？」（2006）では『養生訓』の「汲み湯」に触れて次のように述べている。

江戸時代に『養生訓』を書いた貝原益軒は、「汲み湯には気が無い」と書いたが、一方では「御汲湯」として「温泉の湯を江戸城にまで運ばせた將軍もいた。1667年に4代將軍家綱は、熱海の温泉を真新しい檜の湯樽に汲み、江戸城までたびたび運ばせている。また群馬県・草津温泉の湯は、8代將軍吉宗によって「御汲湯」の榮譽を受けている。つまり、気を第一とする貝原益軒タイプの温泉ファンも、成分による効能を重視する徳川タイプの温泉ファンも、どちらも今に始まったことではなく、長い歴史をもつ（編集部 46）。

『養生訓』（巻第五 洗浴）の「汲み湯の効果」には次のように記載されている。

温泉ある処に、いたりたき人は、遠所に汲よせて浴す。汲湯と云。寒月は水の性損ぜずして、是を浴せば、少益あらんか。しかれども、温泉の地よりわき出たる温熱の気を失ひて、陽気きえつきて、くさりたる水なれば、清水の新に汲めるよりは、性おとるべきかといふ人あり。（貝原／伊藤 362）

温泉のある場所へ行けないひとは、遠所から汲みよせて入浴する。これを汲湯という。冬期は水の性が変わらないので、これに浴すると多少の効力はあるだろう。が、温泉地から湧き出た温熱の気を失って、陽気も消えて、ときには腐った水もあらうから、普通の清水を新たに汲んだもののほうがよいという説もある。（貝原／伊藤 167）

ここで『養生訓』（1713）以前に発表された貝原益軒『有馬山温泉記』（1711）と著者不詳『有馬山温泉小鑑』（出版者：菊屋五郎兵衛、1685）の「汲み湯」に関する記述について注目してみたい。

『有馬山温泉記』より

汲湯とて、此地に来らずして、遠所へ汲よせて、あたゝめ浴する人あり。寒月には湯の性うせずして少のしるし有べし。温なるときは日をへて後、陽気つき、水の性變じてあしくなるべし。鹽湯、五木湯などに入にはしかず。（貝原 d 279）

汲湯とは温泉のあるところへ行けず、遠所から汲み寄せて、身体を温めるために入浴する人もいる。冬の寒い月で温泉より湧き出た温熱の湯の質が変わらず、効力があ

る。これが温かい月の時には日が経つにつれて、陽気も消えて、水の性質も変り、悪くなる。塩分のある湯、五木湯（桑、槐、桃、楮、柳の葉を入れた湯）に入るのがよい（試訳）。

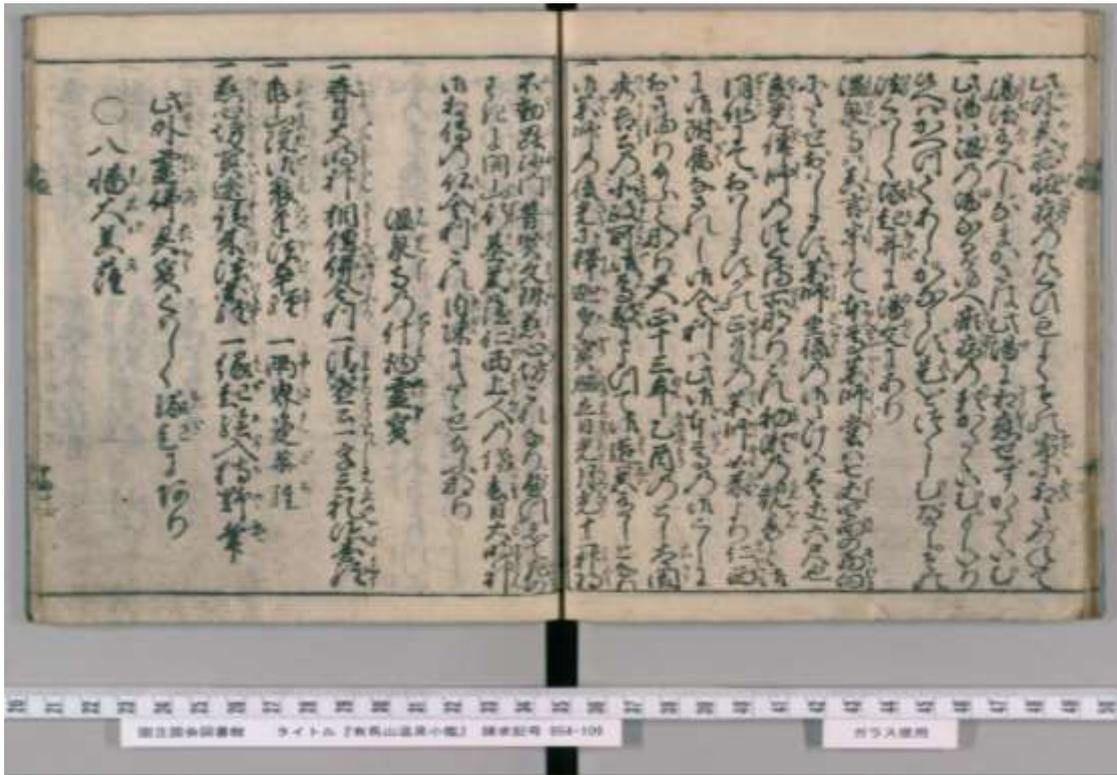
『有馬山温泉記』の「汲み湯」に関する記述が『養生訓』での「汲み湯」に関する記述とほぼ共通しているのである。そうすると、やはり益軒は自分自身で有馬山温泉での経験等を通して汲み湯に関することを記して、そのまま『養生訓』でも記述した可能性が高いのではないだろうか。

八岩まどか『温泉と日本人』（1993）でも『有馬山温泉記』について次のように取り上げている。

『有馬山温泉記』は、有馬温泉に向かう道筋や、周辺の観光スポット、有馬みやげの品々に、温泉に入浴する際の注意などを加えた、湯治のためのガイドブックという性格の本となっている。入浴は一日三度以下にして、入る前にはひしゃくで湯を頭から肩にかける、湯治の間とその後数日は灸はひかえること、などが書かれた「湯文」も紹介している。そこには「凡温泉ある所には、かならず硫黄あり。故に温泉はいづれも熱性也。冷性の湯なし」として、益軒自身は温泉の泉質の違いについてあまり詳しくないことを露呈してしまっている。『有馬山温泉記』などは、出版する側も医学書としてではなくガイドブックとして出したのだらうし、読者もそう読んだらう（八岩 58-59）。

次に著者不詳『有馬山温泉小鑑』（出版者：菊屋五郎兵衛、1685年）に注目しておきたい。





湯相応養生の記

- | | | |
|--------------------|---------|---------|
| 一、中風 | 一、脚気 | 一、すじいたみ |
| 一、第一ひえ | 一、頭痛 | 一、打ち身 |
| 一、骨くだけ | 一、金瘡のるひ | 一、痔瘻 |
| 一、下血 | 一、腎虚 | 一、労さい |
| 一、虚劳 | 一、眩暈 | 一、疝気 |
| 一、冷痰 | 一、田むし | 一、こせがさ |
| 一、淋病 | 一、こしけ | 一、白血ながら |
| 一、子のなき女人此湯にいれば、懐胎す | | |

此外諸事のわつらいは金輪湧出の靈湯、仏神加祐の宝泉なるにより男女ともに此湯に入ぬれば、腎を補い精気をまし脾胃をつよくし、食事をすすめ、やせたる人はしつき肥満したる人は肌膚をかたくなす。萬病に応変して中和中分の気を調利するものなり

此外異症怪病のたぐひもよくその宿に相たづねて、湯治あるべし、なまかさは此湯に相応せず、かたくいむ

- 一、此湯は温の湯なるがゆへ、癩病の類かたくいむ、もしいり候へは、かへつてあし、かならず是をつつしむべし、その法くはしく縁起ならびに湯文にあり⁽³⁴⁾

ここでは『有馬山温泉記』と『有馬山温泉小鑑』とも温泉の効果について述べているが、『有馬山温泉小鑑』に関しては、「汲み湯」のことにに関して全く触れていない。なお、『有馬山温泉小鑑』には、病気類が列挙され、温泉はどんな病気の人に効果があるか、どんな病気の人によくないかが詳細に紹介されている。しかし、益軒の『有馬山温泉記』には病気に関する効能については記載されていない。

板坂耀子『江戸の旅と文学』（1993）の中で益軒の『有馬山温泉記』を次のように評価している。

益軒紀行はすべて、紀行と呼ぶのをはばかるほど地誌的案内記的性格を有し、ことに『有馬山温泉記』はその傾向が強い。それが与えた影響にもうかがわれるように、名所記、案内記等の実用に即した具体的描写が、文学としての入湯記の一つの範をなした（板坂 c 63）。

『有馬山温泉記』のこのような評価を見ると、益軒の紀行文はその描写に於て信頼性が高いことになる。

第2項 「汲み湯」

「汲み湯」についてさらに考察する前に、当時の温泉の利用について、「献上湯」を取り上げておきたい。今野信雄『江戸の旅』（1986）では次のように述べている。

箱根ではこれが寛永二十一年（一六四四）将軍家光の時から始まった。小田原藩の厳しい監督のもとに、毎日一樽ずつ十四日間（二廻り分）江戸城まで運搬されたのである。湯宿主たちは紋服に袴をつけ、檜の柄杓で樽に湯を汲み、封印して四人の人足に担がせるのだが、人足といっても身だしなみもよく人品骨柄のいい者を選択した。

この献上湯、箱根では湯本の湯が家光に、塔之沢が綱吉に、また木賀、宮之下が家光と家綱へさし出した実績がある。これは箱根の湯の効能を天下に示したようなものだった（今野 103-104）。

将軍家が「汲み湯」を実践している以上、益軒がこれを否定することは当然できないだろう。益軒は「汲み湯」については『大和本草』（1709）、『有馬山温泉記』（1711）、『養生訓』（1713）でそれぞれ取り上げている。

『大和本草』における「汲み湯」の記述は次の通りである。

又其湯處にいたる事なりがたくして、遠處より汲みよせて浴する人あり。是亦温泉の

本性を失ひ、湯氣消え盡てくさりたる水なれば、常の湯を浴しても効しあるべし。但冬月は汲湯も性久く損すべからず（貝原 f 64）。

また、温泉のあるところへ行けず、遠所から汲み寄せて入浴する人もいる。この場合には、温泉の湧き出た温熱の気を失ひ、陽気も消えて、腐った水ともなるから、普通の水を温めて入浴したものでも効力がある。但し、冬期は汲湯をしても長い間質が変わらず効力があるだろう（試訳）。

益軒は有馬山温泉に実際に出かけているが、その時の紀行文が『有馬山温泉記』である。

汲湯とて、此地に来らずして、遠所へ汲みよせて、あたゝめ浴する人あり。寒月には湯の性うせずして少のしるし有べし。温なるときは日をへて後、陽氣つき、水の性變じてあしくなるべし。鹽湯、五木湯などに入にはしはず（貝原 h 279）。

汲湯とは温泉のあるところへ行けず、遠所から汲み寄せて、身体を温めるために入浴する人もいる。冬の寒い月で温泉より湧き出た温熱の湯の質が変わらず、効力がある。これが温かい月の時には日が経つにつれて、陽気も消えて、水の性質も変り、悪くなる。塩分のある湯、五木湯（桑、槐、桃、楮、柳の葉を入れた湯）に入るのがよい（試訳）。

『養生訓』では「汲み湯」については次のように述べている。温泉に限らず、汲むということから海水が最初に述べられている。

海水を汲んで浴するには、井水か河水を半入て、等分にして浴すべし。然らざれば熱を生ず（貝原／伊藤 362）。

海水を汲んで浴すると発熱しやすい。そこで、井戸の水か河水かを半分入れて等分にして浴するのがよい（貝原／伊藤 51）。

温泉ある処に、いたりたき人は、遠所に汲よせて浴す。汲湯と云。寒月は水の性損せずして、是を浴せば、少益あらんか。しかれども、温泉の地よりわき出たる温熱の気を失ひて、陽気きえつきて、くさりたる水なれば、清水の新に汲めるよりは、性おとるべきかといふ人あり（貝原／伊藤 362）。

温泉のある場所へ行けないひとは、遠所から汲みよせて入浴する。これを汲湯という。冬期は水の性が変わらないので、これに浴すると多少の効力はあるだろう。が、温泉地から湧き出た温熱の気を失って、陽気も消えて、ときには腐った水もあろうから、普通の清水を新たに汲んだもののほうがよいという説もある（貝原／伊藤 167）。

『大和本草』、『有馬山温泉記』、『養生訓』の「汲み湯」の箇所を比較すると次のようになる。

『大和本草』

遠處より汲みよせて浴する人あり（貝原 f 64）。

『有馬山温泉記』

汲湯とて、此地に来らずして、遠所へ汲みよせて、あたゝめ浴する人あり（貝原 h 279）。

『養生訓』

温泉ある処に、いたりがたき人は、遠所に汲よせて浴す。汲湯と云（貝原／伊藤 362）。

汲み湯に関して温泉地に来れない人のために、温泉を汲んで運び、それに入るとというのが基本的な考え方である。この考え方は『大和本草』『有馬山温泉記』『養生訓』に共通している。

『大和本草』

是亦温泉の本性を失ひ、湯氣消え盡てくさりたる水なれば、常の湯を浴しても效しあるべし（貝原 f 64）。

『有馬温泉記』

温なるときは日をへて後、陽氣つき、水の性變じてあしくなるべし（貝原 h 279）。

『養生訓』

しかれども、温泉の地よりわき出たる温熱の氣を失ひて、陽氣きえつきて、くさりたる水なれば、清水の newly 汲めるよりは、性おとるべきかといふ人あり（貝原／伊藤 362）。

ここでは若干異なる様子が見られる。汲み湯は温泉の質は変わらないものの、「氣」が失われると述べている。温泉だけでなく、益軒は『養生訓』において「氣」を重視していることはすでに第2章で述べた通りである。

『大和本草』

但冬月は汲湯も性久く損すべからず（貝原 f 64）。

『有馬山温泉記』

寒月には湯の性うせずして少のしるし有べし（貝原 h 279）。

『養生訓』

寒月は水の性損ぜずして、是を浴せば、少益あらんか（貝原／伊藤 362）。

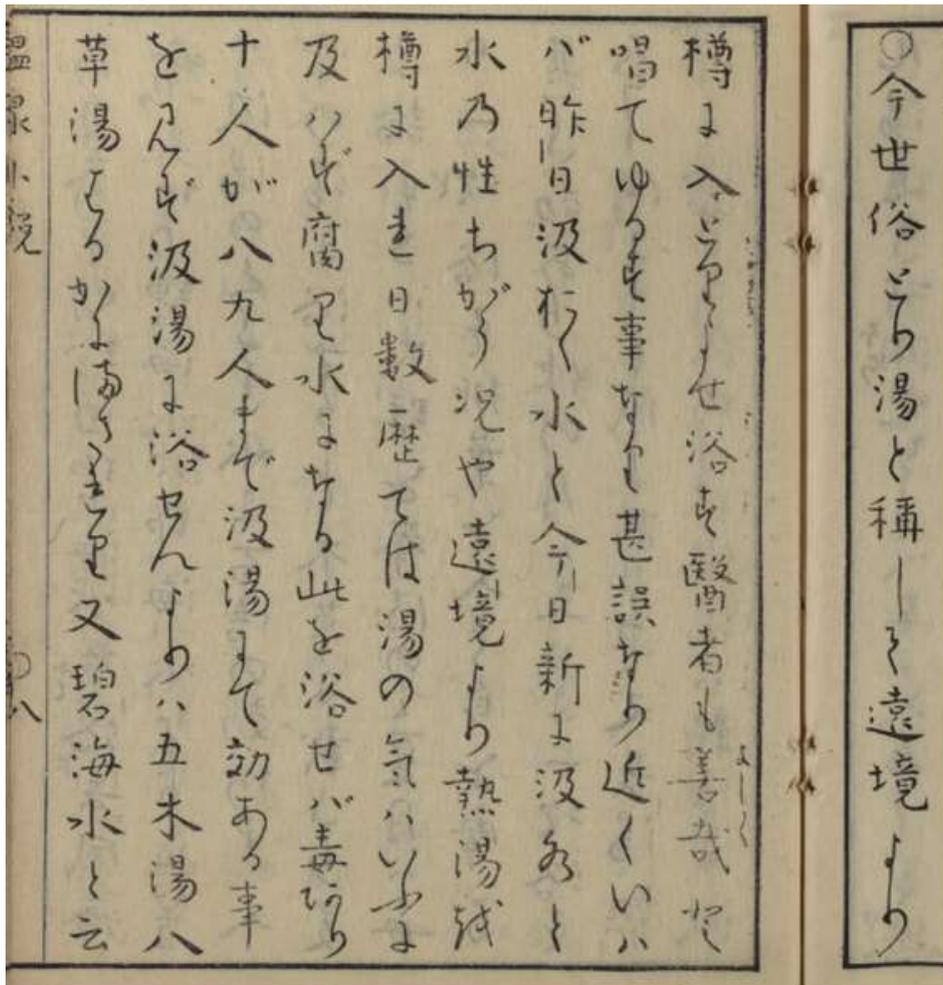
ここでは表現は異なるにせよ、寒い月の汲み湯は質は変わらないため、効果がなくなることはないとしている。

温泉史研究の先行研究である小澤清躬『有馬温泉史話』（1938）では「一四、有馬湯（汲み湯、取り湯）」の項目が設置されている。そこには7つの文献が取り上げられているが、江戸時代のものは2つである（小澤 133-134）。

有馬湯山記（寛永八年）

温泉小説（延享三年）

有馬湯山記とは貝原益軒『有馬山温泉記』のことであり、温泉小説とは平活斎『温泉小説』（1746）のことである。江戸時代以前のもは記録的なものであり、しかも漢文で書かれており、一般庶民が手にして読むようなものではない。『温泉小説』は益軒以後のものであるが、目次には「汲み湯」などはなく、本文中に記載されているに過ぎない。



『温泉小説』(35)

(延享三年) 今世俗と湯と稱して 遠境より樽に入とりよせ浴す、醫者も善哉と唱てゆるす事なり 甚誤なり、近くいはゞ昨日汲をく水と 今日新に汲む水と、 水の性ちがう、況や遠境より熱湯を樽に入れ、日數歴ては、湯の氣はいふに及ばず腐り水になる、此を浴せば毒あり、十人が九人まで汲湯にて効ある事を見ず云々 (小澤 135)。

上記は原文に対する小澤の翻刻である。小澤清躬『有馬温泉史話』(1938)は温泉に関する先行研究としては権威あるものであるため小澤の翻刻を紹介したが、内容的に必ずしも正確性には欠けるため、筆者の翻刻を以下に示す。

今世俗とり湯と稱して 遠境より樽に入とりよせ浴す、醫者も善哉と唱てゆるす事なり 甚誤なり、近くいはゞ昨日汲おく水と 今日新に汲水と、水の性ちがう、況や遠境より熱湯を樽に入れ、日數歴ては、湯の氣はいふに及ばず腐り水になる、此を浴せば毒あり、十人が八九人まで汲湯にて効ある事を見ず汲湯に浴せんよりは五木湯ノ草湯はるかにまされり、

さらに小澤は次のように続けている。

昔はいろ／＼の事情から温泉場にゆけぬものゝために、汲み湯又は取湯ととなへて温泉を遠方に運んで来て、之を沸かして入浴したものであるが、ずいぶん古昔から行はれてゐたものらしく、かゝる風習は本邦各地の温泉場にあった、有馬でも同様に (以下略) (小澤 135)。

小澤清躬『有馬温泉史話』(1938)で触れておかなければならないことは『有馬湯山記』の開版年が寛永八年としていることだ。開版とは、特に木版本の出版のことだ。寛永八年とは1631年のことだ。「五二、有馬に関する文献總目」にも「二七 有馬湯山記 寛永八年開板 貝原益軒」(小澤 351)とある。しかし、益軒の生没年は1630年(寛永7)-1714年(正徳4)ということからこの記述は誤りである。1歳の益軒に『有馬湯山記』が書けるはずがない。『有馬湯山記』とは『益軒全集』では『有馬山温泉記』を正式な書名として採用している。国立国会図書館では『有馬湯山記』で検索すると、『有馬山温泉記』が検索結果として出て来るようになっている。その出版事項も1711年となっている。インターネット上で『有馬湯山記』で検索すると、京都大学貴重資料デジタルアーカイブではその出版事項が1631年となっている⁽³⁶⁾。『有馬湯山記』であろうが、『有馬山温泉記』であろうと1711年が出版年である。

益軒は『本朝食鑑』で取り扱いのなかった「汲み湯」を『大和本草』では取り上げた。

ここに益軒のひとつの独自性を見ることができる。しかし、『大和本草』は一般庶民が手にするようなものではなく、本草学としてまとめられたものであるために、読み手はかなり限られていたのではないだろうか。『有馬山温泉記』は益軒の京都から有馬温泉までの紀行文であり、十辺舎一九『東海道中膝栗毛』（1802～1814）といった文学紀行文でもない。旅行の記録であり、結果的に案内書であるため、一般庶民が誰でも読むというよりは旅をする人が必要に応じて読むということになるだろう。しかし、『養生訓』は養生、現代で言えば、健康志向の高い人のためのハウツー本とも言えるものであり、この意味で言えば、読者層は『大和本草』や『有馬山温泉記』とは比較にならないくらい広範にわたり一般庶民には受け入れられたことだろう。しかもわかりやすい和文体である。益軒のこれまでの「民生日用」の精神がちりばめられたものである。お伊勢参りなどの習慣が既に庶民にもある程度定着し、同様に旅をすることが庶民でもできるだけだけの経済力を持つようになったこと、世情の安全性が確保され、街道の整備なども整いつつある中、湯治も庶民に手に届くところのものとなった背景も捨てがたいものがある。汲み湯についても『大和本草』に比較すればかなり短い内容となっているが、これを繰り返し『養生訓』でも言及している。益軒は「汲み湯」を推奨しているのではなく、ここでは注意喚起を促しているのではないだろうか。すなわち、「汲み湯」は「決して良くはないが、遠方の人にとってはなくてはならない手段である」こと、「但し、暖期には水質に注意が必要であること」という所まで情報を削ぎ落しつつ、それでも『養生訓』に残したという点からみても、益軒が庶民に伝えたいという強い思いがあったのである。これもまた「日用民生」の一側面とも言えるだろう。