結　論

本研究では貝原益軒の晩年の代表作『養生訓』(1713) が一般庶民に向けた総決算であると考えている。『養生訓』以前に益軒が発表した『頤生輯要』(1682)、『和州巡覧記』(1696)、『大和本草』(1709)、『有馬山温泉記』(1711)における益軒の独自性が『養生訓』には反映されている。

第 1 章から第 3 章は益軒の生涯、『養生訓』の成立過程及び構成を取り上げ、第 4 章では「奈良茶」、第 5 章では「汲み湯」に焦点を当てた。

第 1 章では益軒の著作背景として特に旅やその紀行文について着目した。その著作背景や「奈良茶」や温泉の記述に影響を与えたのではないかと考えている旅についても確認した。益軒は福岡藩での黒田家の記録や地域の風土史をまとめる仕事をしていた。益軒はこの福岡藩での公務により、記録とは客観性を持ち、できるだけ個人的な感情を入れたものではない文体を習得したことを同時に明らかにした。益軒の紀行文がいわゆる紀行文学の大きな特徴である著者の情念が反映されたものとは異なり、見聞した事実を重視した紀行文であることを先行研究を踏まえて明らかにした。益軒の紀行文のスタイルはやがて一般庶民の旅行案内書として有益となったことも江戸時代の文献を通して明らかにした。『養生訓』で注目する「奈良茶」を書く前には大和を訪れ『和州巡覧記』(1696)、温泉地で知られる有馬も訪れており、『有馬山温泉記』(1711)も著したことにも着目した。なお、一部文献では『和州巡覧記』(1692) としているものもあるが、ここでは『和州巡覧記』(1696) で統一し、先行研究で『和州巡覧記』(1692) としているものから引用する場合には引用元のままとした。今回の論文では成立年が争点にならないため、成立年の考察は行わなかった。益軒の旅の記録が板坂耀子の一連の紀行文の研究（板坂 a、板坂 b、板坂 c、板坂 d)、観光学の観点から新たに着目した溝口周道「近世の観光に影響を与えた貝原益軒の紀行文の特徴」(2002) なども先行研究として取り扱った。また、益軒の生きた時代が蘭学などの影響を受ける以前のものであることも簡単であるが取り上げた。

第２章では『養生訓』の成立過程として益軒自身が著した『頤生輯要』『和州巡覧記』『大和本草』『有馬山温泉記』に注目した。中でも『頤生輯要』(1682) にまず注目した。漢文で書かれた益軒の養生論である。益軒の独自性として高い教養を持つ人が読む漢文で書かれたものではなく、一般民衆が読める和文で書いた『養生訓』への経緯に注目した。『頤生輯要』に関する研究は多いとは言えないが、菱谷邦夫「竹中通庵『古今養性録』と貝原益軒『頤生輯要』『養生訓』」(2004) や片渕美穂子「近世中期養生思想における導引術―貝原益軒『頤生輯要』を中心にして」(2018) などがあり、『養生訓』への発展の考察の参考にした。また、益軒の代表著作物で、本草学の大著である『大和本草』(1709) ではすでに「奈良茶」や「汲み湯」などが取り上げられており、注目した。『大和本草』における「奈良茶」や「汲み湯」については先行研究おいてはほとんど取り上げていないことも指摘した。同時に本草学だけでなく、「奈良茶」や「汲み湯」に関しても『大和本草』の重要性が明らかになった。

第３章では『養生訓』の構成と内容を確認したが、それと同時に当時の識字率に注目した。これは『養生訓』が和文で書かれていたが、当時の一般庶民は読む能力があるかどうかを確認したためである。益軒の第１の独自性に繋がることだと考えられる。『養生訓』の構成と内容に関しては、本草学からの視点、儒学からの視点もあるが、典拠関係に注目した謝心範「『養生訓』の分析研究―漢籍の影響」（博士論文、2015）は本論文に着想を得たものの一つでもある。第１節では『養生訓』や益軒の研究史についても適宜触れた。第２節では『養生訓』の内容を確認し、第３節では『養生訓』の３つの特徴について取り上げ、第１の特徴の「民生日用」（貝原ｂ　437）、「日用民生」（貝原ｅ　146）について取り上げた。『養生訓』では実際に「民生日用」という用語は用いられていないが、益軒が一般庶民のために書いたものであることが重要である。ここでは益軒が『養生訓』以前に書いた『日本歳時記』（1700）、『大和本草』（1709）などにも注目した。「民生日用」「日用民生」は益軒以前には『本朝食鑑』でも用いられていたが、益軒自身もこの考え方を強く打ち出し、漢文で書いた『頤生輯要』を一般庶民にもわかりやすく和文で書いた『養生訓』への発表、また、同時に当時の一般庶民も時代が平和になり、教育に熱心になった結果、識字率が上がっていたことなども先行研究を参考に考証した。

第４章では益軒が漢籍に拠らずに『養生訓』で取り上げた「奈良茶」とその背景を取り上げた。第２の特徴として着目した。奈良茶については最新の研究である鹿谷勲『茶粥・茶飯・奈良茶碗―全国に伝播した「奈良茶」の秘密』（2021）にも注目した。また、江戸時代の料理事情については吉井始子編『翻刻　江戸時代料理本集成』（1978）をはじめ、江原恵『江戸料理史・考』（1986）、松下幸子『江戸料理読本』（2012）などを参考にしながら益軒が奈良茶の作り方で表現した「そゝぐ」に注目した。

第５章では江戸時代には習慣として定着した湯治に代表される温泉に注目した。『養生訓』では益軒の第３の特徴として「汲み湯」に注目した。小沢清躬『有馬温泉史話』（1938）といった温泉研究での益軒の取り扱いなどについても確認した。

当初、筆者は『養生訓』だけの独自性を探ろうとしたが、益軒は同じ内容を何度となく書いているが、それは彼が読書から得た知識を、彼自身の旅や体験を通した知見により確認しながら書き改めている、あるいは読み手を意識して書き直したといった方がよいかもしれない。『養生訓』では実際に「民生日用」という用語は用いられていないが、最終的に再構成され、「民生日用」（貝原ｅ　437）、「日用民生」（貝原ｅ　146）の精神にあふれて誕生したのが『養生訓』ということになるのではないだろうか。

益軒の独自性をまとめたのが『養生訓』に集約されているとすれば、益軒には少なくても３つの独自性があると考えられる。この益軒の独自性を明らかにするために同時代の『本朝食鑑』を取り上げ、益軒の『養生訓』以前の『和州巡覧記』、『大和本草』、『有馬山温泉記』等と比較しながらその内容を確認していくことにより益軒の独自性が明確になった。

その第１点に益軒が若い頃に学んだ朱子学より実用主義に基づく「民生日用」の考え方が反映されていること。『養生訓』では「民生日用」という用語は直接用いられているわけでは

ないが、かつて漢文で書いた『頤生輯要』を一般庶民向けに書いたことは『養生訓』の後記において触れている通りである。

> 愚生、昔わかくして書をよみし時、群書の内、養生の術を説ける古語をあつめて、門客にさづけ、其門類をわかたしむ。名づけて頤生輯要と云。養生に志あらん人は、考がへ見給ふべし。ここにしるせしは、其要をとれる也（貝原／伊藤　430）。
> 私は、昔、若いときに読んだ群書の中に見える養生の術を説いた古語を集めて、弟子たちとその項目の分類をし、『頤生輯要』（一六八二）という表題で一書を編集した。養生を志す人は参考にして見てほしい。ここに書いたのは、その書物をとって、その意義をおしひろめたものである（貝原／伊藤　255）。

また、旅好きの益軒の紀行文は紀行文の研究や観光の研究では高い評価を受けている。それは文学的な表現にあふれるものとは異なり、客観的な描写を主としたことから、当時のような情報のないところでは、貴重な旅行案内の役割を担うことにもなった。益軒は自分の見たものを旅路に沿って書き留めていた。これは結果的に一般庶民には有益となった。

第２点は「奈良茶」に関する記述である。まず「茶粥」に関しては、『養生訓』では茶粥を「奈良茶」として記している。『養生訓』(1713)以前に益軒自身が著した『和州巡覧記』(1696)、『大和本草』(1709)のほかに著者未詳『料理物語』(1643)でも奈良茶についての記述を参考にした。この記述において筆者がこだわったのが奈良茶の調理法として茶を「そゝぎ」とした点である。奈良茶については『料理物語』以降、多くの文献に取り上げられているが、益軒だけがその調理法について「そゝぎ」と表現していることに注目した。益軒はなぜ「そゝぎ」としたのか。江戸時代の「奈良茶」に言及しているものではその調理法として茶を「そゝぎ」と表現しているものはなく、益軒だけがこの表現を使用している。これは『大和本草』で最初にこの表現がなされているが、益軒が大和を実際に訪れていることから、その見聞が生かされたものではないかと判断した。それは益軒の紀行文が客観性に富んでいることが観光や紀行文研究における先行研究において指摘されていること、茶については『本朝食鑑』の記述を踏襲していることが多くあったが、奈良茶の調理法については『本朝食鑑』を踏襲していないことも益軒の考えを反映しているものと考えられる。また、「そゝぎ」の表現から益軒が「奈良茶」と称したものが「揚茶粥」ではなかったのではないかとの新しい提示を行った。このことについてはこれまでの先行研究では指摘のなかったところである。

第３に「汲み湯」である。「汲み湯」に関しては、『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』(1685)の「温泉」あるいは「汲み湯」に関する記述に注目した。独自性という観点から見ると、益軒の『頤生輯要』（1682）では温泉については触れており、『大和本草』（1709）や『有馬山温泉記』（1711）を経て『養生訓』（1713）では汲み湯については取り上げていること、また益軒以前の資料では益軒以外に「汲み湯」についての言及が調査した限りではあまり見当たらないことから、日本の習慣と

して益軒独自の視点によるものではないかと指摘したい。むしろ益軒以後の人たちが益軒の著作を参考にしたのではないかという点は多く見られることから、「汲み湯」は益軒自身の有馬温泉の旅の経験も活かしているのではないかと考えられる。しかし、この「汲み湯」に関する記述は推奨するものではなく、むしろ注意喚起のものではないかと指摘しておきたい。なぜなら、『大和本草』において長々と記述したものを『養生訓』においても遠方者が利用する場合にはとの限定し、さらに「但し、暖期には水質に注意が必要であること」を繰り返し述べていることは見逃せないものである。

本論文において『養生訓』は『頤生輯要』をベースに当時の一般庶民にもわかりやすい新しい養生論であるとし、本草学としてまとめた『大和本草』での「奈良茶」や「汲み湯」の記述内容を『養生訓』に生かしながらも、『養生訓』では読みやすさを求めた一般庶民向けのものとなっていることを指摘した。『養生訓』はこれまで益軒独自の観点や知見を生かして書いてきたものを一般庶民向けの養生論として再構築したものである。「奈良茶」においては益軒独自の表現もあることから特に考察を行った。益軒の 3 つの独自性は概ね『大和本草』に反映されているものの、一般庶民が読むような書物ではなかった。また、これまで『大和本草』に関する先行研究においても、本草学の観点から研究されることが多く、奈良茶や温泉研究において『大和本草』が言及されることはほとんどなかったことから、『大和本草』の重要性があらためて確認できた。益軒は誰もが読むことができる平易な和文で『養生訓』を書き、養生の有り様を一般庶民に広く知らしめたが、一方で漢籍によらず、旅から得た知見などを加え、益軒独自に「奈良茶」「汲み湯」についての見解をここに反映させたものである。「民生日用」「奈良茶」「汲み湯」を中心に『養生訓』には益軒の 3 つの独自性が集約されていることを本論文で明らかにした。

最後に今回の博士論文で資料等を収集し、まとめていく中で、『料理物語』における奈良茶の「まつちゃ」が原本により「まっちゃ」（抹茶）と「まづちゃ」（先ず茶）の 2 つが存在すること、奈良茶歌というものがひとつの研究対象になっていること、益軒の『和州巡覧記』、『壬申紀行』等が紀行文学の研究で新たな注目を浴びていることなどがわかった。しかしながら、益軒のすべての紀行文や温泉に関する数多くある先行文献のごく一部しか確認できなかったこともまた大きな課題を残した。益軒が「民生日用」などの観点から和文で書いたことも取り上げたが、江戸時代における教育、すなわち一般庶民の識字能力がどの程度のものであるかなども、益軒の『養生訓』を中心に益軒の独自性に焦点を当てたため、それらについては十分な考察はできなかった。さらに『大和本草』を単に本草学の大著としてのみ見るだけでなく、博物学的な観点から捉えることも今後の研究の課題としたい。