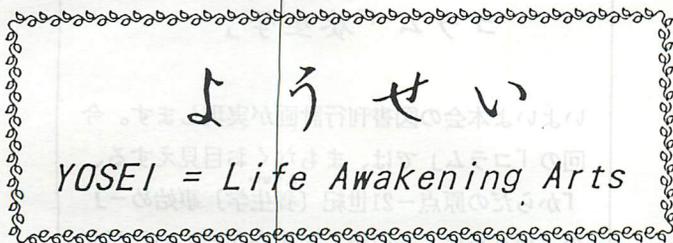


大学体育<sup>ようせい</sup>養生学研究会

第15号



- ▷ 巻頭言
- ▷ 図書刊行計画順調
- ▷ コラム「養生学」
- ▷ 総会案内
- ▷ 2002年度研究会開催案内
- ▷ 特別講演会案内

事務局：東京女子大学文理学部・横沢研究室内

FAX・03-3396-9996（問い合わせ受付）

本会のモットーは「共生原理」

## 新しい動きに期待する

大学体育<sup>ようせい</sup>養生学研究会

南 隆 明

今から3年前、社用で上海に出かけたおりに思いがけず横沢教授に出会い、食事をしているときに初めて「養生学」の構想を聞きました。「養生学」の何だかをよく理解できないまま、その情熱に押されて後方支援部隊に編入され、今日まで支援活動をあまりしていない「隊員」として過ごしています。

私はただいま、ホテル業界に身をおいています。あのBSE問題以来、つぎつぎに起こる事象に日本人の食の安全管理がヒトゴトでないことを思い知らされています。これらの問題は「食」業界のみならず、一般のお客様の強い関心を引いています。私たちのホテル業務は、宿泊部門だけでなく、レストラン部門のウェイトもかなり大きいものです。調理部門の従事者らは日々、シェフを中心にプロとして「食」にどう向かい合っていくのかと真剣に取り組んでおります。

「食」の果たす役割は、戦後混乱期における空腹を満たすだけの「食」に始まり、積極的に健康を維持・向上させる「食」、さらに生活を豊かに、楽しませる「食」などと幅広いものです。また、「食」は「食う・食べる」ととどまりません。子供達に毎日規則正しい生活を教える食事、正しい、美しいマ

ナーのある食卓、他人と会話の弾むテーブルなどと人間の暮らし、文化に大きくかわり、「食」問題からも今日の日本では見過ごしにできない面を多く教示してくれます。これらのことは自分のホテルだけで解決できる問題ではありませんが、少しずつでもできることから始めたいという精神で進めております。

一方、今日の「食」業界をみると、中国の薬膳のようにそれぞれの食材自体が持ち合わせている薬効にも着目し、持っている効用を十分に発揮できるような料理づくりという分野も活発に動きだしています。また、イタリアで生まれたスロー・フード運動

### プロフィール

1943年生まれ。1967年東京大学法学部卒。現在、(株)ホテルグランヴィア大阪代表取締役社長。1967年、日本国有鉄道入社。大阪鉄道管理局営業部長・西日本旅客鉄道(株)設立準備室次長・西日本旅客鉄道(株)総務部長・西日本キヨスク(株)常務取締役などを歴任。2000年、(株)日本旅行代表取締役副社長を経て現職。大学体育<sup>ようせい</sup>養生学研究会

の「スロー・フード」とは街中で流行のファースト・フードがもつ没個性化への対立概念として生まれた造語です。この運動は、地元で育てられた食物を丁寧に手をかけて調理し、じっくりと味わおうというムーブメントです。私のいる大阪でも去る2002年12月に旗揚げの会がありました。どれほどの人が集まるかと心配していましたが、食の最前線で働いている人たちが100人以上も集まり驚きました。

現在の日本ではつまみ食的な発想や、いわゆる要領よさと安直なハウツウの生き方の積み重ねが多くなっています。ここでひとつ「スロー・フード運動」のように、生き方についても、じっくりと取り組むこともよいのではないのでしょうか。その表皮を削ったひとつ奥に、本物や真実が潜んでいるのではないかと思います。世の中の常識的な人たちが心の奥で密かに思っていたことが、今やあちらこちらで次第に動きだしてきたようです。いつまでも他人任せではいけないと…。

大学体育養生学研究会の活動が古典派からは「ニッチ」とか「学際的」といわれようが、世の常識人が不思議だと思ふ分野に挑み、今後、存分に究めてほしいと思います。 (完)

### 図書刊行計画順調：書名決定

#### からだの原点

#### -21世紀【養生学】事始め-

執筆者：跡見順子・遠藤卓郎・立川昭二・田中朱美・張 勇・伴 義孝・湯浅泰雄・養老孟司・横沢喜久子（アイウエオ順）

3月下旬発行!!

ご期待ください。

(大学体育養生学研究会図書刊行委員会)

### コラム「養生学」

いよいよ本会の図書刊行計画が実現します。今回の「コラム」では、まもなくお目見えする、「からだの原点-21世紀【養生学】事始め-」の「はじめに」を引用して紹介させていただきます。本書の内容・出版に至る経緯が潤沢に語られています。購読を広くお薦めください。

◇

私たちは一人ひとりの尊いのちを大切にはぐくみ、だれもがもって生まれた生きる力をひきだし、精いっぱい生きたいと願っています。本書では、「大学体育養生学研究会」からのメッセージとして、「生きる力」の本質的問題をからだの原点から問い直し、伝統的東洋の自然観、身体観を見直して21世紀の養生学を提案します。本書はみなさまのご意見ご批判などをいただき、ともに養生（生きる力を養う）について考えたいと願う発刊されるものです。

私たちの社会は世界一の長寿国であり、物質的にもかなり恵まれて生活しています。にもかかわらず、現代人は生活や健康に不安を感じ、心の安定や癒しを求め、生きる力が弱まり、人間力が衰えているといわれます。科学技術が日に日に進み、人間社会への影響は著しく、生活そのものを大きく変えてきました。科学技術は人類の高度な精神活動の知的所産のはずです。しかし、その所産と人間生活とのあいだにさまざまな不調和が生じてきています。科学技術の発展は本来的に一人ひとりの健康で平和な生活につながってほしいものです。

「生」への願いは、時代や文化が違ってても基本的には変わらないでしょう。ところで、私たちは、人間も自然の一構成員であり、「からだ」が自然そのものであることを忘れていないでしょうか。頭のなかで考えることばかりに重きがおかれ、からだで学ぶこと、からだで覚える規範や原理を忘れているようです。からだで覚える知恵や創造力、からだで学ぶ判断力などの身体の限りなく深遠な能力をみがきそなっているような気がします。こころとからだの働きを

区別して捉える人間の考え方も再検討する必要があると考えています。

私たちの「大学体育養生学研究会」の設立の趣旨は次のように呼びかけています。

西洋的近代科学の考え方を拠り所として生活している現代人は東洋の伝統的な養生法に対して、古いもの、科学的でないものと考えがちです。西洋的近代科学が日本に登場しだしてからわずかな時間しか経っていません。ところが私たちはそのわずかな間に、日本古来の、あるいは東洋思想としての知恵を忘れ去っているようでもあります。これまでの東洋古来の養生思想や健康思想を一瞥するだけでも、そこには、大いなる文化遺産の数々を見つけることができます。私たちはこの大いなる文化遺産を忘れるのではなく、現代科学の貢献を頼みとしつつも、同時に「原点」と「科学」との、あるいは「東洋思想」と「西洋思想」との融合を図りながら、人間存在を「生」の原点から全方位に理解していくことが問われているのです。本会はそうした研究成果に基づいて、日本の時代状況を照射しながら、「からだの原点」を問い直す視点から問題提起を発信し、広く各界に裨益することを目的にしています。

さて私たちはこの会に則ってここに「養生学」を発信したいと思います。この書は、大学体育養生学研究会による出版第一作です。本会は発足当初から多くの方々にご賛同いただきご協力ご支援をいただいております。本書には、湯浅泰雄先生、養老孟司先生、立川昭二先生、田中朱美先生から貴重な論考を寄せていただきました。感謝申し上げます。また今回、執筆陣に加わっていただけませんでした。本会の多くの会員から有益なご意見をいただきました。お蔭でこうして出版の運びとなりました。この機会に感謝の意を表したいと思います。

最後になりましたが、アジア学生文化協会理事長の小木曾友先生には本会をあげて特に感謝いたしたいと思います。小木曾先生は本会の発足当初からの会員で本会の活動を見守ってくださっています。今回の刊行は、その小木曾先生の仲介で、㈱ソフトネットの多大な援助を得てなるものです。ご援助に対して感謝申し上げます。

す。さらに、私たちの研究会の意義を認めていただき、本書の出版を引き受けていただいた市村出版の市村近氏にも改めて御礼申し上げます。(大学体育養生学研究会理事長・横澤喜久子)

## 年会費の振り込みを！！

2002年度の年会費「5000円」の未納の方は下記の銀行口座へ振り込んでください。

みずほ銀行西荻窪支店・普通2118044  
大学体育養生学研究会・横澤喜久子

## 原稿募集

「大学体育養生学研究」へ投稿を！！

第6号投稿期限：2003年3月20日

希望者は原稿を投稿規定に則して執筆し、本会事務局へ郵送してください。

## 総会案内

と き：2003年3月8日(土) 16:30  
と ころ：明治学院大学(東京都港区白金1-2-37  
・地下鉄浅草線「高輪駅」下車徒歩3分)  
ぎ だ い：「役員改選」ほか

懇親会：総会終了後・会費当日実費徴収

※ 本会の第2期目の在り方を決める重要総会です。会員諸氏のご出席をお待ちしております。なお、当日ご都合のつかない方は所定の「委任状」(用紙送付済)を提出してください。

## 会員募集！！

本会は第2期目に「学術団体登録」を目指しています。こぞって新入会員をご紹介します。

# 研究会 2002

## — 開催のご案内 —

2002年度第3回大学体育養生学研究会は明治学院大学主管で開催します。今回は一般研究発表部門と実践研究発表部門の2部構成で多彩なプログラムとなっています。また特別講演はホリスティック医学の第一人者・帯津良一先生をお迎えして最先端の人間味溢れる貴重なお話を聞かせていただきます。

と き 2003年3月8日(土) 12:30-17:00

3月9日(日) 09:30-16:00

ところ 明治学院大学

東京都港区白金1-2-37

地下鉄浅草線「高輪駅」下車徒歩3分

参加費 2,000 円

申込 所定FAX用紙で3月5日迄受付。

講演会 無料公開：ご友人をお誘いください。

内容

〔第一日目：3月8日〕

11:00 常任理事会

12:30 受付

13:00 第一部門：一般研究発表

① 「受動様態」の問題と養生学の課題

伴 義孝：関西大学

② 茶道で磨く身体感覚

金田洋子：東邦歯科医療専門学校

③ 「黒川さん踊り」が健康・運動科学実習で

果たした役割

近藤洋子：国際基督教大学

④ 仙人のルーツについて

吉元昭治：吉元医院

⑤ 運動・身体の本質を直感するサイエンスの

導入

跡見順子：東京大学

13:40 実践報告

① 上海・チベット養生法研修報告

太田正和：岡山理科大学

② 本会編「からだの原点-21世紀(養生学)

「事始め-」について(刊行の紹介)

伴 義孝：関西大学

16:30 総会

17:30 演舞「大学授業からの発展」

東京女子大学・国際基督教大学の学生

18:30 懇親会

〔第二日目：3月9日〕

09:30 受付

10:00 第二部門：実践研究発表

① 「心」と「身体」の統一(合気道)

岡村隆二：NPO法人気の活用com.

② 太極拳のころ

-ニュートラルな身体と出会う：その1-

石水極子：光風舞月・極の会主宰

③ 空手と気

瀬戸謙介：明治学院大学

④ 座禅

鈴木秀明：珠光院

13:30 特別公開講演

養生はからだ・気・心の統合から

-外科医として感じた西洋医学の限界と新しい可能性-

講師 帯津良一：帯津三敬病院名誉医院長

15:00 ようせいトーク

16:00 閉会

## 特別公開講演会

講師：帯津良一先生

ホリスティック医学の第一人者  
最先端の人間味溢れる新しい可能性を話す

無料公開：お誘い合わせください

2003年3月9日13:30-14:50

於：明治学院大学

## 大学体育養生学研究会事務局

〒167-8585 東京都杉並区善福寺2-6-1

東京女子大学文理学部・横沢研究室内

FAX 03-3396-9996