

ようせい
大学体育養生学研究会

第20号



- ▷ 巻頭言
- ▷ 第4回研究会報告
- ▷ 2003年度総会報告
- ▷ 「本の仲間紹介」
- ▷ コラム「養生学」

事務局：東京女子大学文理学部・横沢研究室内

FAX・03-3396-9996 <http://www.yosei.gr.jp/>

本会のモットーは「共生原理」

養生は芸術と共に爆発であり生命の躍動である

ようせい
大学体育養生学研究会

顧問 帯津良一

1990年代に入って明らかになってきた代替療法の台頭から統合医学へと向かう世界の潮流は、ここに来て、日を追って、その水高を増しています。

とはいっても統合医学が成就されるのにはまだまだ、相当な時間を要することでしょう。なぜなら、統合とは単なる足し算のことではなく、積分のことだからです。

積分とは二つのものを一たんばらばらにして集めなおして、まったく新しいものを作り上げることで。通常医学（西洋医学）をばらばらに代替療法をばらばらにしたものを集めなおして、両者を乗り越えた、新しい医学が統合医学なのです。西洋医学側にも代替療法側にもそれ相当な覚悟がなければなりません。

そうして、いつの日にか統合医学が出来上がったあかつきに、はじめてホリスティック医学が視界のなかに姿を現してきます。代替療法といい、統合医学といい、これらはあくまでも病というステージでの方法論の問題にすぎません。ホリスティック医学は違います。病というステージに留まることなく、生老病死をつらぬいて、身体性（からだ）、精神性（こころ）、霊性（いのち）の三つが渾然一体となっ

た人間まるごとをそっくりそのまま捉える医学です。

治療医学と予防医学ないしは医療と養生の境界がはっきりしなくなります。

ところで、霊性（いのち）とは何でしょう。霊性とは生命場のエネルギーであると考えています。そして、このエネルギーが脳細胞をとおして外部に表現されたものが精神性（こころ）であるとする、リチャード・ガーバーが『バイブレーション・メディシン』（日本教文社、上野圭一監訳）で言うよ

プロフィール

1936年生まれ。帯津三敬病院名誉院長。主に食道がんの外科を専攻。「人間まるごとの医療」を呼びかけるホリスティック医学の第一人者。日本ホリスティック医学協会会長・アジア気功科学研究会会長・NHK趣味百科「気功専科」講師などを務める。主著に『魂の癒し体の癒し』（海竜社）『帯津良一の現代養生訓』（春秋社）『帯津良一が語るガンと気功と代替療法』（スリーエーネットワーク）ほか多数。本会顧問。

うに、人間はエネルギー場と身体／細胞系が互いにダイナミックに作用しあう多次元複合体ということになります。

医療も養生も、このエネルギー場のエネルギーを日々高めていくことにほかなりません。これまでのように病を未然に防ぐといった消極的なものではなく、もっと積極的にエネルギーを勝ち取っていくのが二十一世紀医療と養生です。そして、その原動力こそ、生命場の爆発、まさにベルグソンのいう「生命の躍動」（エラン・ヴィタール）です。心のときめきといってもよいかもしれません。

二十一世紀の養生は芸術と同じように爆発であり、生物の進化と同じように生命の躍動であると考えています。

(完)

ようせい
大学体育養生学研究会第4回大会
—ようせいフォーラム2003—

報 告

2004年3月6～7日

▷ 3月6日 ⇨ 於：東京女子大学

総合テーマ「生きることの基本運動」

▷ 3月7日 ⇨ 於：東京大学（駒場）

総合テーマ「動いているからだをサイエンスする」

理事長・概括

2日間は皆様の積極的なご協力をいただき、盛会のもとに終えることができました。いよいよ「会」として着実に、皆の手による第一歩を歩みだしたのではないかと喜んでいきます。

6日は「120名」をこえる方がご参加くださいました。午前中の発表、午後の実習「甲野先生・劉静先生」のプログラムとも、「よかった」「新しい世界に入った」と多くのご意見をいただき、参加者からも好評でしたことをご報告させていただきます。

7日も「113名」の参加者で盛会でした。午前中のシンポジウム、午後の実習では全体にとっても素晴らしいと多くの方から感想、ご意見をいただきました。「わかりやすく充実した研修会だった」「どんどんこうした会を発展させてほしい」と手応えがありました。

今回は第一線でご活躍の先生方の個々の研究を得て、実際に生きている私たちひとりひとりにとって「からだって何?」「どうやってからだをはぐくんだらいいの?」という根源的な問いかけをこの「会」で発信できたような気がいたします。まずはトータルな人間のとらえかた、誰にでも共通な身体的教養、こころとのつながり、それぞれの内面をみつめ、それぞれの核を広げていけるような「からだ教育」が、幼児の頃から、家庭教育からでも、学校からでも、社会からでも発信できたらよいと思います。

この研究会で取り組んでいる「こころをあらわすからだ」「部分だけで見るのではなくトータルで見るからだ」「自然の一員であり、からだも自然なもの」などの観点から、伝統的東洋的身体観を大に見直していきたいものです。また現代に生きる私たちにとって、進歩する科学研究を生活感覚で学び、発展させ、ひとりひとりが人間らしく生きていくことの大切さをより一層と発信していきたいと思います。

第二日目3月7日のプログラムは「大学体育連合関東支部」との共催だからこそ実現できた充実した内容でした。これからも関連団体との交流を深めていきたいと思います。そのためには本会もまた説得力のある裏付けや根拠となる論理を発信できるように研究と実践を深めていかねばなりません。会員の皆様のご協力をあらためてお願いいたします。

〔3月6日：一般研究発表〕

1. 丹田はヒト質量中心（重心）と一致するのか？

発表者：白石安男（東京理科大学）

2. 二十世紀の反省—姿勢を見直す—

発表者：瀬戸謙介（明治学院大学）

3. 太極拳中の心拍ゆらぎ

発表者：天野勝弘（関東学園大学）

4. 日本民俗舞踊の身体使い—学生への影響—

発表者：近藤洋子（国際基督教大学）

5. 簡化二四式太極拳の授業実践研究

発表者：金田洋子（東邦歯科医療専門学校）

〔3月6日：講演&実習〕

1. 立つということ：古武術に学ぶ身体操作

講師：甲野善紀（古武術家）

司会：宮本知次（中央大学）

2. 五禽戯：伝統的中国身体技法に学ぶ

講師：劉 静（上海体育学院・広島大学）

司 会：張 勇（長野県短期大学）
〔3月7日：パネルディスカッション〕
自分を知る：動いているからだをサイエンスする
▷つもと実際 大築立志（東京大学）
▷視覚・学習・運動 村越隆之（東京大学）
▷立位歩行と障害 渡会公治（東京大学）
▷運動と細胞 跡見順子（東京大学）
▷からだの見方 遠藤卓郎（筑波大学）
〔3月7日：実習〕

いかに動くか—理論と実践をつなぐ—

講 師：甲野善紀（古武術家）

司 会：遠藤卓郎（筑波大学）

2003年度総会 — ほうこく —

と き：2004年3月6日

ところ：東京女子大学

- ①第2期役員紹介
- ②2003年度事業報告
- ③2003年度収支決算中間報告
- ④2004年度事業計画
- ⑤2004年度予算案
- ⑥会則改正

理事長・概括

— 「日本養生学会」と改称 —

この3月6日に大学養生学研究会総会を開催しました。当日開催の「養生フォーラム2003」には一般参加者を含めて大勢の方々が集まり盛会のもとに終始することができました。「研究会」は発足して4年目となります。運営も第2期目の体制へと少しずつ整ってまいりました。このたびの「総会」で、会の名称を「日本養生学会」とし、実践的研究を中心により広く社会とむすびつけていきたいと考えています。会則も不備な点を改めることになりました。多くの皆様のご協力に心から感謝し、ここにご報告させていただきます。試行錯誤を重ねながら、皆様と一歩一歩あゆみだし、「養生学」の基礎を積み上げていきたいと願っております。

日本養生学会会則

2004年3月6日制定

第1章 総 則

第1条 本会は日本養生学会（Japan Society for YOHSEI）と称する。

第2条 本会は、養生学（生を養うこと）を研究し、その成果を実践・普及することを目的とする。

第2章 事 業

第3条 本会は、第2条の目的を達成するために次の事業を行う。

- (1) 学会大会の開催
- (2) 研究会、研修会、講演会などの開催
- (3) 学会誌「養生学研究」その他刊行物の発行
- (4) 会員の研究に資する情報の収集と交換
- (5) 内外の諸団体との交流
- (6) その他本会の目的に資する事業

第4条 学会大会は、毎年1回以上開催する。

第3章 会 員

第5条 会員は、本会の開催するすべての行事に参加する資格を有し、本会の刊行物等の配付を受けることができる。

第6条 会員の種別は次のとおりとする。

- (1) 正 会 員：本会の目的に賛同する者で、正会員により推薦され、理事会により承認された個人。
- (2) 学生会員：学生及びそれに準ずる者で、正会員により推薦され、理事会により承認された個人。
- (3) 名誉会員：本会に貢献のあった者で、理事会により推薦され、総会により承認された個人。
- (4) 賛助会員：本会の目的に賛同する者で、理事会により承認された団体及び個人。

第7条 会員は次の会費を納入しなければならない。

- (1) 正 会 員：年額 5,000円
- (2) 学生会員：年額 1,000円
- (3) 名誉会員：徴収しない
- (4) 賛助会員：年額 10,000円以上

第8条 会員（名誉会員は除く）になろうとする者は、次の手続きをとるものとする。

- (1) 正 会 員：事務局に入会金3,000円を

添えて所定の入会申込書を提出する。

(2) 学生会員：事務局に入会金1,000円を添えて所定の入会申込書を提出する。

(3) 賛助会員：事務局に所定の入会申込書を提出する。

第9条 会費を2カ年にわたって納入しない者は会員の資格を停止され、3年をこえて会費を納入しない者は退会したものとみなされる。

(第10条以下は次号に掲載します。)

「生の原点」「からだの原点」を問う

本の仲間紹介

※ 太字著者は本研究会の役員・会員です。

本欄では本会の活動目的に同調する「本の仲間」を会員の推薦によって紹介します。適切な著書を事務局までお知らせください。

書名：からだ教育—考えよう自分のからだ—
著者：鳥越成代・横澤喜久子編著・鷺田清一・長崎 浩・跡見順子・星野公夫(2004年3月18日発行)

発行所：市村出版・165頁・2000円

一言：からだやからだを動かすことが大事であることは誰にでもわかっている。しかし、今、その一番大事なからだやいのちまでもがあまりにもないがしろされている。本書の出発点である。本書は東京女子大学「学会」で同大学健康・運動科学研究室企画による講演を纏めたもの。異なる領域からのからだ提言が新鮮である。

書名：からだ—気づき学びの人間学—

著者：高橋和子(2004年5月1日発行)

発行所：晃洋書房・333頁・3200円

一言：人の背中がこんなにも大きく見えて、安楽な場所だとは、と驚いていた。「触れる」という原初的行為が「共感」「共生」とい

う境地に近づく。人間と生活世界との関わり
の原点を問う教育改革の書。気づき学び
の構造を明らかにし「からだ気づき教育研
究会」とともに新しい学びの様式を追究。

書名：生の体育—からだの原点を問う—

著者：伴 義孝(2004年3月31日発行)

発行所：関西大学出版部・517頁・3800円

一言：本書は科学を尊重する立場にある。しかし本書は極端な科学主義に追従する立場にない。19世紀末のヨーロッパで生まれた「生の哲学」と古来からの東洋思想の捉える「からだの原点」を土台に21世紀社会に求められる共生原理の「生の体育」を提唱する。

ようせい コラム「養生学」

ニュースレター「ようせい」は本号で20号を数えた。ちょうど切りがいい。4年前に発足した本会も新規に「日本養生学会」として生まれ変わることになる。もちろんコンセプトは変わらない。だが、一層の発展を目指している。次号からは斬新な編集方針のもとに「オヤッ」と思わせる変身を遂げてほしいものである。一句を以て「20号」を飾っておきたい。

荒む世のからだに還る衣更え

ようせい
大学体育養生学研究会のホームページ
内容一新・充実

近々「名称」等を変更します！

ようせい
大学養生学研究会事務局

東京女子大学理学部・横沢研究室内

FAX 03-3396-9996

<http://www.yosei.gr.jp/>

☎167-8585 東京都杉並区善福寺2-6-1