

近現代における中国の健康文化の変遷

— 健康文化の継承と発展を考える —

馬 達・沖原 謙・王 元貞
(2020年10月5日受理)

Transition of Chinese Health Culture in Modern Times
— Consider succession and development of health culture —

Da Ma, Ken Okihara and Yuanzhen Wang

Abstract: This study tried to examine the transition of modern Chinese health consciousness and health culture, and especially the succession to the ancient Chinese health culture and the contents that develop based on it. In order to carry out this examination, the following work was performed. 1. Described the characteristics of Chinese health culture up to the modern age. 2. We explained the influence on the development of Chinese health culture with the recent development and change of China's politics and economy. 3. We clarified the above effects and discussed future issues. Based on the above, we have discussed the characteristics of modern Chinese health culture, its causes, and the direction of future development.

Key words: health consciousness, health culture, succession, development

キーワード：健康意識、健康文化、継承、発展

はじめに

本研究は、中国の封建時代の末期および民国時期¹・新中国が成立した以来における中国の健康意識・健康文化の変遷について検討を試み、特に中国古代²の健康文化への継承とそれに基づいて発展する内容について検討した。

この検討を行うために、以下の作業を行った。

1. 民国時期までの中国健康文化の特徴について述べた。
2. 民国時期以来、中国の政治と経済の発展と変化に伴い、中国健康文化の発展への影響について説明を行った。
3. 上記のような影響を明らかにし、これからの課題について論じた。

以上のことから近現代の中国健康文化の変遷における特徴とそれなりの原因、またこれから発展の方向性などについて論じた。

I. 研究の背景と目的

2020年に入り、新型コロナウイルスが世界中に広がっており、各国の経済発展をはじめ、人々の日常生活にも非常に影響されていたことになる。今の医学業界では、新型コロナウイルスの予防・治療を含め、病原体の宿主の判明など様々な研究を進んでいる一方、各国はそれぞれの対策を出していたとしても、今の状況ではこれから感染者数も拡大する可能性があり、新型コロナウイルス感染症 (COVID-19 と略称) は世界的流行「パンデミック」になる (内村, 2020)。しかし、今一度最初に感染が発生した中国の事情を振り返ってみると、感染者数が初め (2019年の12月) の急速な増長から今 (2020年5月以来) 激減したことが分かった (データ参照: ウィキペディア 国・地域毎の2019年コロナウイルス感染症流行状況)。このような状況に対し、政府から有効な対策を実施したことが原因になると考えられ (郭ら, 2020)、この点も中国の

歴史でこのような公衆衛生事件への対処策から分かれる（陳, 2003）。しかし, 政策の実施は一般民衆が行い, 国民たちが自分の健康を守る意識, いわゆる健康意識, を持つほど, 今回の感染拡大の抑制または社会にいい影響が与えられる（羅ら, 2020）。それ故, 人間が「健康を目指していた」という気持ち・考えを持っていることを前提とし, 文化・社会などの側面でその健康意識・関連行動を考慮する必要があると考えていた最後, 健康と文化（社会）を結び付けた健康文化の変化も分析することが必要になる。

実は健康保持を重視するのは現在の中国人たちだけではなく, 春秋戦国時代の人たちが健康保持を「生命を保養すること」と理解し, 中国特有の「養生」の概念を提起し, またこれに対する理解も時代の流れにより変化してきた（鄧, 2017）。養生文化は中国特有の健康文化として理解される以上, その特徴を簡単にまとめると, 自然科学の知識が普及される前, あるいは新中国（1949）が成立した前に, 養生概念の理解が神や宗教と関わったが, 自然科学が普及されると, 養生概念がより科学的になり, 人間の思想も宗教から解放されて社会環境に基づく健康認識が変わってきた（馬, 2020）。しかし, このような変遷の過渡期（民国時期と新中国が成立したばかりの時期）に文化思潮の社会環境と結合してその特徴を分析することがあまり見られていない。

したがって, 本研究では, 現段階に「健康」が社会環境と深くかかわっている状況に踏まえ, 中国健康文化の発展の過渡期に, その変遷の特徴を明らかにすることを目的にした。具体的に2章では過渡期になるまで中国の健康文化の変遷の特徴の説明を行う。3章では過渡期を過ぎた後, 中国の政治と経済の発展と変化に伴い, 中国健康文化の発展への影響に関する検討を述べた。4章では本稿の結論と今後の課題について述べる。

Ⅱ. 健康文化発展の過渡期まで中国の健康文化の変遷

「辞海」より, 養生を「身体の保養と親孝行」と解釈する。実際に養生の概念に含んでいた健康概念への探求はひとまず生命のことからはじめなければならないと考えられ, 人類がそれにめぐる探求は, 原始の母系社会文明の存続のことも原始の部族よりのトーテムズムも, 人類最初の文化と哲学と関わっていたと考えられている（鄧, 2017）。このような生命に関する哲学的な検討によって, ついに春秋戦国時代では神, つまり「天」と関わられたと考えられ, 所謂「天人合一」

の思想ができた一方, その探求は世界の本質の問題まで延び, 春秋時代の諸子百家より文化思想の繁盛を導き出せたと考える。それも中国の健康思想, つまり養生の思考の主に知識人層において信奉され, 身体的および精神的な安定を図り, 自然の法則に則った自由で自律的な生活を理想とする人間哲学の原理（瀧澤, 1997）という特徴を体现できたと考えられる。

封建時代の中国の健康思想が文化環境に影響された以上, 中国伝統文化に育てられた整体的, 弁証法的, 直覚性的, 中和的な思考様式はそれなりの健康文化に宿り, また養生に関連する中医学にも含まれたことであった（カク, 2009）。

具体的には, 瀧澤の健康文化の観点に基づいて中国古代の養生における原理的特徴が表1のようにまとめられた。

また, 封建時代が終わり次第に, 明清時代より実施された「海禁」政策が破られ, 中国と世界との交流が回復した（徐, 2004）。このような状況になるとともに, 西洋から公衆衛生に関する知識も次第に普及していった。そのようなことは武力による強制的に導入されたといっても, 客観的には伝統の健康文化を進歩させ, 特に「体育」の概念の導入が大切だと考えられ, 中国伝統の健康思想は外国の健康思想と融合してきたことになった（鄧, 2017）。

なお, 当時の社会環境によって, 国民の健康がそれ以上深い意味を与えられ, 「少年強則国強」（少年が丈夫な体があると未来には国も強くなれること）のように, 健康と国の運命と直接に関わってきたのもその時代の特有の現象であった。そのような事情を踏まえ, 過渡期の民国時期から新中国の建立まで『中国養生史』（鄧, 2017）の内容より, 中国健康文化の変遷を以下の三点のようにまとめた。

1. 西洋医学の観点からの考慮

そのような観点を持っていたのは主に当時「革命派」と呼ばれた進歩者たちであった。代表者として, 孫文, 魯迅などがあげられ, 彼らは外国（日本など）へ留学し, 先進の科学技術で国を救うという考えをもって思想解放を主張したが, それを実現するため, 国の改革を行わなければならないと考えられ, 孫文のように武力で変革を進む派が現れた。また, 魯迅たちは先進医学で国民の健康を持たせるのは国の立ち直る力になれると思われ, 医学の勉強を進んだが, とうとう国家が弱くなった根本的な原因は国民の体ではなく, 思想の問題と認識し, 文章で人々の思想を改造するという方法を選んだが, それは中華民族が持つべく「民族の氣」を喚起したが, 根本的にいえばいままでも君子が持つべく「氣」の養成を強調したと考えられた。それも伝

統の健康文化とは矛盾なしであったと考えている。

2. 中西の融合の観点からの考慮

ここで提起した融合の観点は時代背景の中西融合の事情と違い、それが強制的なことに対して、こちらが当時の人々が自ら融合の考えをもって健康・養生の観点を提出し、いわゆる「中体西用」²⁾の思想である。ここで代表者として挙げたのは当時の買弁³⁾や政府官員たちがあり、彼らたちが最初から西洋文化と接触した経験があったため、融合思想の産生に影響を与えたと考えられた。彼らの観点を見ると、基本的には青少年時期まで中国伝統の養生思想に影響され、養生観の観点を持ちながら、自然科学の知識を受け入れた後、西洋科学の知識で、自分の主張、あるいは中国伝統養生観の合理性を述べた。「道教の理論は養生や生理衛生を強調しても、その目標は神であり、合理的な目標がない以上、叶えるわけがないと考えた。現代の衛生原則にしたがって調整しながら、人体の抵抗力が強くなると、道教の太極のように、ささやかな変化があっても、長生が求められることである（陳、1946）」という観点はそれを表したと考えられる。

3. 伝統養生法の発展

社会環境の変化により、中西の健康文化、衛生知識が融合し、新しい観点ができた。このような観点が伝統の養生観に衝撃を与えたのであった。このような衝撃対し、伝統観念を重視した人々が時代の変化とともに、伝統の養生方法の改革も促進していた。これと前記2のところとの区別として、ここでは西洋医学の知識を利用し、伝統養生法、特に道教の養生法（導引法など）を変革することである。例えば、陳（2000）により、今までの道教養生法では「男女平等」思想の影響により、女性向けの養生理論が重視されていなかったが、今回はそれに関する内容を提起した。また、「養気」目的を達成するための「気の導引」、あるいは「気功」が中国武術の一部として認められ、戦争があった時の兵士の訓練や前記の体育が国民体育体系への導入により、中国伝統の武術も改めて重視され、太極拳やほかの気功が再編集され、学校の体育授業だけではなく、一般民衆の健康づくり運動として普及してきたのである。

Ⅲ. 健康文化発展の過渡期の後中国の健康文化の変遷

新中国の成立により、健康に関する問題は前の封建時代や過渡期の時より科学的な観点でとられ、「養生」が「生命を養う」と解釈するより、「中医養生」として理解され、「伝統的な中医学の方法で健康を保つ」

表1 中国封建時代の養生における原理的特徴

統一性と整体性	自己統制と自己変革	統制で自己の限界や脆さを覚った者のみが自己に適した環境に適した活動性を拡大することができること。
	生の存在証明	健康関連行為は社会の歴史と地域とを縦横に貫く普遍的価値をあらわすこと。
	形神統一	形(身体)と神(精神)の統一した形神論は養生理論の重要な基礎。
	汎化	個々の健康関連行為は個体のみで行われることはなく、構造化、現実化しさらに他人と深く関連し統合し、生活世界を構成すること。
弁証性	欲望との対話	健康と生活に向けた自己の欲望と理想的自己とが展開する対話と和解のプロセスは養生の一環。
	文化化と自然化	人間性による要求の文化化・洗練化のことで文化の作用によって自らを洗練し、それと大いなる自然の法則との一体化の思想との矛盾。

と受け入れることが多いのである（鄧、2017）。なお、伝統の中国医学も新中国の成立とともに、中医学の名で統一理論ができ、養生を中医学の特有の概念で一つの科目として確立された（中国国家教育委員会、1989）。その際、中医の養生がまた「治未病」（病気になる前にそれを治す）ということを提唱していた。「治未病」は元来「上工治未病」（ベテランの医者は病気になる前に予防することに工夫を入れる）（黄帝内経・素問・四気調神大論）であり、実際に伝統の養生観念と似ているところがあり、健康保持のことを重視されたと考えられている。

また、新中国が成立するとともに、第一回全国衛生会議（1950年）では「工農兵⁴⁾向け」・「予防を主要任務として扱われる」・「中西医学を結合して使う」の三つの目標を確立し、ソビエト連邦の保健療養制度を真似して全国各地では療養所という健康回復を注目する医療機関が次々と建てられてきたが、その療養医学は現代医学におけるリハビリテーションの範疇にて理解されるべきであった（鄧、2017）。また、「療養」を重視した原因は当時の社会環境と関わり、何十年間の戦争が終わった最後、健康文化の内容も「回復」と「立て直し」を中心にしなければならないと考えられ

る。なお、療養所の療養項目の中に、「気功」を使って療養するのは普遍的な状況になった。何故かを分析すると、気功を提唱したのは道教で、もともと「導引術」と呼ばれ、「養気」のために練習することであった。道教文化は道家の思想と深い関係がある以上、道家の「全身避害」の理念が道教に影響を与え、民国時期まで社会環境が混乱であった状況には逆にそれに専心していた人が多かったと考えられた。なお、新中国が成立したばかりの時に、物資が非常に不足する状況であり、気功がほかの機材や食品、薬品などを使わずに健康保持ができると考えられ、しかも簡単に練習する特徴があり、広範囲で受け入れられたのも民衆たちの需要に応じた。しかし、「気」というものは具体的にどのような存在であるか現代の科学技術でも確認できないため、それに関する論争は今でも続いている。

一方、改革開放の推進とともに、国の経済が発展してきた状況になり、伝統の養生思想に基づく「食事養生」は生活条件が豊かになった前提として、「食事の改善で健康を保つ」は実施のしやすさや食材の手入れやすさなどの原因で人気になってきた（王会梅・徐桂華・王丹文 中医食療の理論応用 遼寧中医薬大学学报 2008 Vol.10 NO.4 69-71）。あった食材限りで食事を用意することから栄養バランスを考えて用意するのは経済条件の変化が原因であるが、違う社会環境によって健康保持のことを考慮するのは健康文化の変遷であることと考えられる。なお、中国の衛生制度の建設も加速し、「国家は医療衛生に関する事業を発展し、現代の医薬品と伝統の中医薬を発展させる」ことや「一般民衆の衛生活動を促し、健康保持を推進すること」などの内容が憲法にて規定され（中華人民共和国憲法1982年）、海外との交流が盛んである以上、健康文化の発展できた。

瀧澤（1997）によると、健康文化の展開における位相の問題につき、健康保持の実践などの「セルフケア」の相、さまざまな健康に関する集会や学習会などの「セルフ・ヘルプ」の相、健康に関するボランティア活動や社会活動などの「ヘルス・ボランティア」の相、さらに以上の各レベルを基礎とした健康政策への住民参加を通じた健康文化形成に示される「健康文化運動」（ヘルス・カルチャー・ムーブメント）の相の四相に分けられる。「セルフケア」・「セルフ・ヘルプ」・「ヘルス・ボランティア」の三相の文化が同じ時間と空間において相互に影響をおよぼしつつ構造的に存在する時、そこに大衆によって担われる文化運動としての「健康文化運動」が成立しうる。すなわち、それが健康関連行動を行う個人・グループ・集団の三つの段階を理解できると考えられる。古代中国の健康文化お

よび健康関連行動を分析すると、士人⁵や統治者によって主導して上から下まで普及した過程は瀧澤の観点と矛盾がないと考えられた（馬，2020）。しかし、この過程は二重循環の形で認識したほうがいいと考えられる。つまり、上の階級（統治者と士人）が自分の健康意識で動き出す。これが一つの健康文化運動になると、また政策の形で下の階級（一般民衆）より実施し、もう一つの健康文化運動になれる。最後に、二つ目の健康文化運動が政策の影響として上の階級に反映することである。これで図1のように、封建時代の中国では同じ位相のことで二重循環が形成できた一方、この位相の観点で21世紀までの新中国の健康文化を分析すると、国民の健康需要が個人、グループ、集団にわたり、最後国の政策として定められ、また国民個人に反映するまでは一つの循環になった。それも現代中国健康文化の一つの特徴になると考えている。

また、国民の健康の事情に踏まえ、中国政府は1995年の「全民健身計画綱要」から始まり、2011年には草案を修正して「中国体育事業第12期5ヵ年計画」を制定した。最近「健康中国2030」という計画を発表し、健康優先と健康と経済社会の良性的な協調開発の内容を確立した。

しかし、経済の発展により、人間と自然との共生が健康保持に大きな挑戦になるのである（孫，2008）。2003年のSARSからすでに六回の国際的に懸念される公衆衛生上の緊急事態があり、特に2020年に入り、新型コロナウイルス感染症は非常に大きな被害を出し、健康問題から始まり、いろいろな方面では影響を

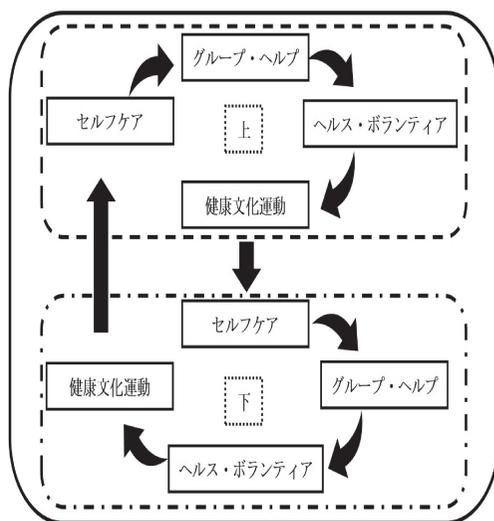


図1 健康文化発展の過渡期に中国健康文化の位相

与えたのである。かつて SARS が控えられたときに、個人の健康意識を強くさせることやグループごとの予防と管理、さらに政府機能の変わり（孫，2004）まで対策を提出されたが、今回はまた厳しい状況になった。現状に踏まえて今後の健康文化の変化を考えると、予防に関することがこれ以上重視されると考えられる。社会環境に影響される健康文化はやはり社会の発展とともに変わるといつの時代になっても人々の健康欲求に反映し、満たせるのであろう。

IV. 結論と今後の課題

中国は長い歴史がある以上、その中に潜んでいた健康文化に関する内容は管見の限りでは見当たらないが、「以史為鏡，可以知興替」（歴史を鏡にして、国の興亡が分かるのである）（旧唐書・魏徵伝）と書いた通りに、史料を振り返って研究するのが必要のことである。

ある地域の住民がその自然条件や社会条件の中で個人や集団の新しい健康意識を創造し、健康観や価値観にあわせてそのライフスタイルを考え、個人や集団の意識や社会環境をも改善していく努力を継続し、個人・集団・地域の健康を追求していく創造的かつ美的なムーブメントは健康文化である（太田，1994）以上の通り、生活文化の一つとして健康文化の研究も生活文化の変化を提示したのである。また、科学や技術の革新により、人間における健康文化の創造性を養うのは個人の生活理念や価値実現に大きな意義があると考えている。

したがって、近現代まで中国の健康文化の変遷を考えると、千年前の人たちは養生ということを生来の一つの目標として理解し、自分の行為を拘束して生命の価値を達成するのである。また健康文化発展の過渡期になると健康は個人の問題より、健康な国民がいると強い国が建てられると考えられた。また、現代になると、健康のことが重視され、健康希求の行動も単に生理的な健康より心理的な健康も大切にされ、豊かなレジャー活動により、現代人が自分なりの健康文化を創っていることを理解される。健康への重視は人間性としてとられてきたのは中国健康文化の変遷特徴の一つと考えられる。

本研究では、近現代にわたって中国健康文化の変遷について検討を試みた。これからは今までの研究成果を踏まえ、健康文化のこれからの発展とこの発展変化により人々の行動様式の様々な面にどのような影響を与えたかについて考察することを今後の研究課題としたい。

【注】

- ¹ 民国時期は本文にて主に中華民国が中国大陆での統治時期（1912年—1949年）を指す。
- ² 中国の伝統的な学問や制度を主体に、富国強兵の手段として西洋の技術文明を利用することである。
- ³ 買弁（ばいべん）とは、清朝末期の1800年代から1940年代にかけて、欧米列強（銀行や商社）の対中進出や貿易を支援した中国人商人の事を指す。転じて、外国資本に追随し、自国の利益を損なうような行為や人物のことを指している。
- ⁴ 労働者、農民、軍隊兵士という三者の略称である。
- ⁵ 教養・地位がある人。封建時代には概ね士（士人）・農（農民）・工（技術者）・商（商人）の順で階級を作られて、農のレベルはだいたい一般人のレベルである。

【引用参考文献】

- 内村直之 「新型コロナウイルスを考える」を考える
科学技術コミュニケーション，2020，27，7-20
- 郭岩他 新型コロナ肺炎疫病的全球流行現状和其对中国的影響及政策建議 中華流行病学雜誌，2020，41(5): 643-648
- 陳エン 20世紀初中国对疫病的应对—略論1910—1911年的東北鼠疫 史学研究，2003，4，48-50
- 羅琳他 新型肺炎疫情期公衆疾病認知，应对方式及鍛鍊行為調查 中国公衆衛生，2020，2，Vol.36，NO.2 156-159
- 馬達 中国古代健康文化の歴史的な変遷—健康意識と健康関連行動への影響に着目して— 広島大学教育学研究科教科教育学専攻修士学位論文，2020
- 鄧鉄滔 中国養生史 広西科学技術出版社，2017
- 瀧澤利行 健康文化論 大修館書店，1997
- カク曉脚 中国文化における中医学 福岡県立大学人間社会学部紀要，2009，Vol. 18，No. 1，29-41
- 徐映奇 清代閉関鎖国政策新論 広州社会主義学院学报，2004，NO.4，65-69
- 陳果夫 衛生の道 正中書局，1946
- 陳イン寧 道教と養生（第二版）華文出版社，2000
- 諸外国（12カ国）のスポーツ振興施策の状況 中国 文部科学省
- 中国共産党中央人民政府・國務院『健康中国2030計画の概要』
- 孫慧 用科学發展觀促人と自然和諧發展 才智，2008 NO.18，252-253
- 孫統達 突發公衆衛生事件引起的反思及对策研究 浙

江大学医学院労働衛生と環境衛生学(社会医学方向)
博士学位論文, 2004

太田壽城 「健康文化創造のためのアプローチ」『公衆
衛生』1994, Vol.58, NO.5, 315