

# 我が国の初期治療体操について

中 川 一 彦

## The early remedial gymnastics in Japan

Kazuhiko Nakagawa

### 抄 録

文献を介し、我が国の初期治療体操について調べた。

その結果、明治・大正期（1868～1926）の治療体操の主流は、スウェーデン体操の流れを汲む、四肢、体幹の矯正体操を内容とするものであり、これは、医学、体育が組み、発展させ、次の時代に入っていったものと考えることが出来た。

キーワード：治療体操

スウェーデン体操

矯正体操

川瀬元九郎

田代義徳

## 1、はじめに

中川<sup>11)</sup>は、我が国への治療体操の伝播について、それが、スエーデンのリングの体操を源とするものであること、そして、それは、川瀬元九郎によって、1900年代当初、療病的体操として、あるいは、田代義徳によって治療体操として紹介されたものであることを示している。

そこで、本研究では、川瀬元九郎や田代義徳によって伝えられた治療体操がどのようなものであったかを探ってみたので、ここに報告する。

## 2、川瀬元九郎の紹介した療病的体操

川瀬元九郎は、1902年、『瑞典式體操』を著し、その中で、「療病的躰操ハ疾患部ヲ治療シ、又ハ局部ノ發育ヲ圖リ、或ハ脊柱ノ彎曲等ヲ矯正スルヲ以テ目的トナス。」<sup>6, P2)</sup>と記しているところである。

しかし、この書は、リングの示した教育的体操を、リングの弟子ポッセの著述『Special Kinesiology of Educational Gymnastics』<sup>16)</sup>に依拠し記述するにとどまり、これ以上、療病的体操について知ることは出来ないのである。また、同じく川瀬の「體操論」<sup>7)</sup>(1903)でも、スエーデン体操が療病的体操を含めて四種あるとされているだけで、その具体的記述は見られないままである。

ちなみに、ポッセの『Special Kinesiology of Educational Gymnastics』には、体操について、それは、「一般に健康の回復のため、そして身体的能力の保存と発達のための筋肉の組織的な運動という意味に理解されている」としてうえで、「保健体操的な運動は、時に、治療的目的で用いられ、医療体操的な体操は、保健的で教育的なねらいで用いられ、お互いに補完し合っている」<sup>16, P1)</sup>とあるだけで、川瀬が『瑞典式體操』に記したような箇所<sup>6, P2)</sup>は見つからない。

とすれば、川瀬の「疾患部ヲ治療シ、又ハ局部ノ發育ヲ圖リ、或ハ脊柱ノ彎曲等ヲ矯正スル」は、彼が医師(内科)であることから、体操を発展的にとらえ、展開しようとしていた意図に後押しされたものと解されるのではないかと考えられるところである。

この意図を裏打ちするように、川瀬は、1907年、当時教鞭をとっていた日本體育會體操学校内部に設置された「医療体操部」の初代部長になり、「胃腸病、神経衰弱、貧血、腺病其他慢性内科病者ニ対シテハ医療体操法ヲ応用シテ之レガ治療ニツトメ胸郭ノ奇形脊柱彎曲等ノ患者ニ向ッテハ同法ヲ以ッテ之ヲ矯正セシム」<sup>12, P450)</sup>ための事業を展開していたのである。

そして、1914年の大正博覧会では、「医療体育ノ図並ニ器具器械」を陳列し<sup>12, P467)</sup>、具体的事項は不明のままであるが、いわゆる虚弱者のための体操指導と姿勢矯正のための矯正体操の普及に務めたようである。

当時の新聞(東京日々新聞、1914年6月22日)は、「体育館に運動療法と云うのがある芝今入町学生三田村保武(ニニ)は中学卒業後神経衰弱に悩み去月十九日体育館に来

て事情を訴えた小沢主任が手を執って三十分許り身体各部の運動方法を授け日課として之れを復習すべく訓戒を与へた、保武は昨日全快したとて生々した顔色で礼に来て・・・(以下略)・・・」と紹介していた<sup>12, P468</sup>。

川瀬の「医療体操部」設置や大正博覧会への出展などは、大場<sup>14)</sup>によれば、彼が、アメリカ留学中(1893~1899)、外科医であるJ.H.ケロッグなどから、医療体操としてスエーデン体操の効果などの紹介を受けていたことの成果であろうと評されているところである。

以上のことから、川瀬元九郎の紹介した療病的体操は、その具体的内容は不明のままではあるが、ひとつは慢性内科病者に対する運動療法であり、もうひとつは胸郭の奇形脊柱彎曲などの患者に対する姿勢矯正体操であったと理解出来るところである。

### 3、田代義徳の紹介した治療体操

田代義徳は、1904年、ドイツから體操的整形術などを持ち帰り<sup>2)</sup>、整形外科学を独立させる中で術手を育て、整形外科後療法、今でいう理学療法の発展に寄与していたのである<sup>10)</sup>。

この田代の示した體操的整形術の一端を知ることの出来るものとして、「鏡前體操」(1918)がある<sup>19)</sup>。

この論文の中で、彼は、「疾病ノ豫防及ビ治療ノタメ又畸形ヲ矯正スルタメニ必要ナルモノ」として治療体操を紹介している<sup>19, P261</sup>。

ここに見る治療体操は、鏡の前で行なう体操であり、「鏡ノ前ニ立チテ或運動ニ向ッテ意思ヲ集中スルコトヲ練習スルハ脳ノ発達ニ好影響ヲ興フルコトハ疑フベカラズ」<sup>19, P263</sup>という考えに立ち、『脊椎側彎ナレバ背部諸筋殊ニ薦骨脊柱筋ノ収縮ヲ注目スベシ。體操ノ始メニハ筋肉ノ「マッサージ」及ビ筋腹ノ打敲ヲ行フ。次テ筋ノ停止部及ビ起始部ヲ接近セシムルヲ計ルベシ。』<sup>19, P263</sup>、「筋肉麻痺シテ収縮力不十分ナルトキハ指導者自ラ補助シテ収縮ヲ助クベシ。収縮力ノ増加スルニ應ジテ補助ヲ漸減スベキナリ。』<sup>19, P263, 264</sup>、『鏡前筋肉練習ノ適應症ハ、小兒麻痺、脊柱側彎及ビ諸種ノ「アタキシー」トナス。』<sup>19, P265</sup>などと示していた。

この田代の下で研鑽に努めていた柏倉松蔵<sup>9)</sup>が書き残した『醫療體操ニ就イテ』<sup>3)</sup>(1921)を参考にすれば、医療体操は、治療体操などと稱されるものであり、その目的は疾病の治療に有り、整形外科治療の内の一治療法で、側彎症や小兒麻痺の他外傷性運動障害、中枢神経損傷、そして跛行な

表1 柏倉松蔵の示した医療体操の一例

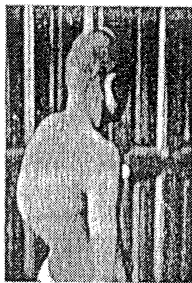
ベツド	直	立	腰	掛	一、
七、	八、	七、	六、	五、	四、
九、	手腰	左手上舉	匍匐姿勢	左上前出	右胸側
水泳運動	左手下伸	右手上舉	左手上舉	右胸側	右胸側
	右手下伸	右胸側	右胸側	右胸側	右胸側
	體後屈	體前屈	體前屈	體前屈	體前屈
	體後屈	體前屈	體前屈	體前屈	體前屈
	背筋を強くす。	特に片方を伸ばす。	特に片方を伸ばす。	特に片方を伸ばす。	特に片方を伸ばす。
		前屈は捻轉側屈を直す。	前屈は捻轉側屈を直す。	前屈は捻轉側屈を直す。	前屈は捻轉側屈を直す。
					自己凸部を押しして矯正す。

どが対象となると記されているところである。

ところで、柏倉松蔵が、実際に、講演会で示した医療体操はどの様なものだったのであろうか。大正10年(1921)夏、東京帝国大学(現・東京大学)に於いて開かれた第4回体育学理講演会の記録、『體育學理講演集』<sup>4)</sup>に残る、一例にすぎないとして示された医療体操は、表1の様なものであった。(表1)



円背(女)



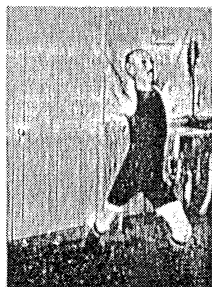
円背(男)

円背治療矯正体操



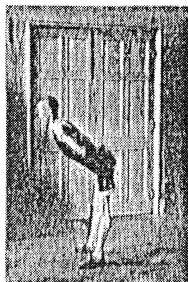
1 両手震背を伸ばす

- 一 直立より全身を伸ばす運動
- 姿勢 直立手腹
- 運動 一、両手に力を入れて下方に押し懸幹及頭の先迄伸ばす
- 二、力をぬいて平常に戻す



2 左脚前両手上挙

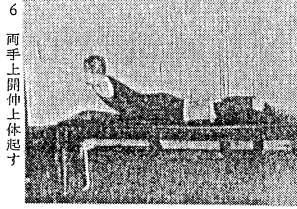
- 二 姿勢 直立より
- 運動 一、左脚を一步前に踏み出し、膝を屈ける、両手を前方より上に挙げて伸ばす様にする
- 二、両手を前方より下ろし左脚を旧に戻す
- 三四は右脚で前同様の運動をする



3 両手肩前半倒

- 三 姿勢 直立脚を左右に開き両手を屈して肩に取る
- 運動 一、両肩を開く様にし頭を伸ばしつつ上体を前方に倒す
- 二、上体を起して旧に復す

図1



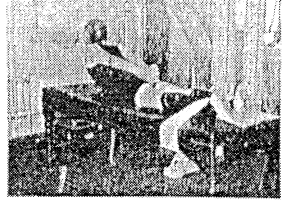
六 両手上前伸上体起す

六 姿勢は前に同じ只両手を前に伸ばしおく  
運動は前に同じ只両手は幾分閉き加減がやりよい



五 両手腰上体起す

五 姿勢は前に同じ只両手を腰に取る  
運動は前に同じ



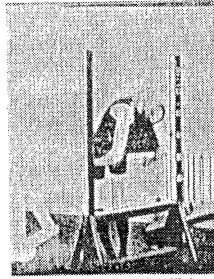
四 両手体後握伸上体起す

四 姿勢 ベット上伏臥 床の上でも差支ない、術者が脚を取つてやれば更によい  
運動 一、両手を握つて背後に伸ばし体を出来るだけ起す  
二、体を旧に戻して休む



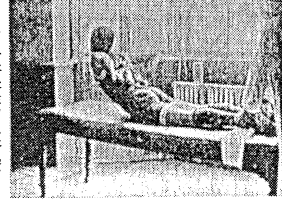
九 背骨を直しながら背筋をつよくする

九 エキセルサイザリを利用して背筋を運動させるもの、これには三日月形の容掛が有るからこれに背筋を依托して全く胸骨を使用しての背筋運動である

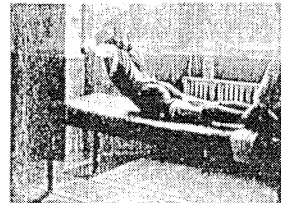


八 枕、脊柱凸部を押す

八 枕を利用して両手で巻きかき体の移動に依つて押付けて矯正する



七 両手体後握伸上体起す



両手頭後上体起す

七 姿勢は前に同じ只両肘を屈して手を頭後に取る  
運動は前に同じ 以上 三四五六七の運動前の手は本人の尤も楽な位方でも差支ない

図 2

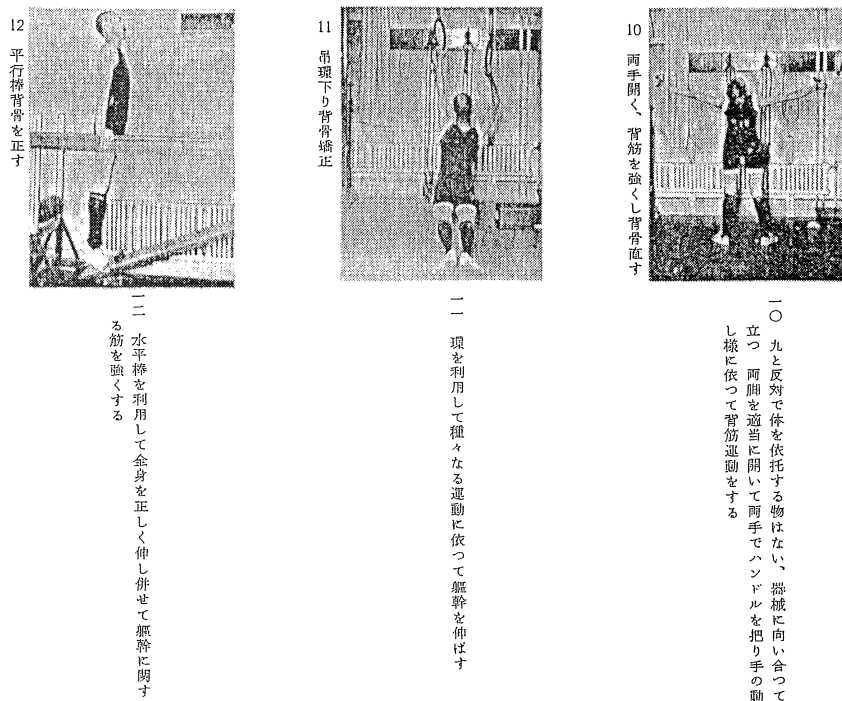


図3

この他、柏倉が実施していた矯正体操を知ることの出来るものとして、1956年に出版された彼の著『肢体不自由児の治療と家庭及学校』<sup>9)</sup>がある。これによれば、円背矯正体操と脊椎側弯体操は、図1～6の様であった。(図1～6)

#### 4、明治・大正期の治療体操

術手として田代義徳の下で活躍した柏倉松蔵<sup>10)</sup>の示した医療体操から、それが姿勢矯正を主なねらいとした矯正体操であると同時に、田代義徳の示した医療体操も、また、姿勢矯正を主眼とする矯正体操であることが確認出来た。

そして、また、川瀬元九郎の示した療病的体操も姿勢矯正を第一に考えた矯正体操であり、共にその背景にはリングの示したスエーデン体操があった。

ところで、この頃、川瀬や田代の他に、「医療体操」を標榜する体操は、我が国にあったのであろうか。

先に、中川<sup>9)</sup>は、柏倉松蔵の医療体操が、長寿法や延寿法を求める古来からの養生法ではないことを明らかにしている。

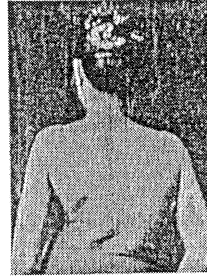
養生法以外のものとして、明治、大正時代 (1868～1926)、出版が確認出来る医療体操あるいは治療体操類の出版物は、原栄蔵 (1909)、『自動的體操治療法』<sup>1)</sup>、ワイデ (1914)、『医療体操』、前田未喜 (1917)、『家庭及学校に於ける醫療體操の理論及實際』<sup>8)</sup>、田邊郁郎・石丸節夫 (1924)、『體育上の病理と診断』<sup>18)</sup>、そして眞行寺朗生

脊椎側彎矯正体操

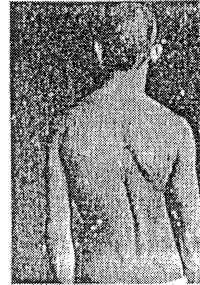
脊椎側彎脚は又脚(女児)



脊椎側彎(女)



脊椎側彎(男)



一 姿勢 直立

運動 一で、一手を上を一手を横に力を入れて挙げる  
二で、両手を下して旧に戻す  
その人に依つては横に挙げて後に一手を上を挙げるか、上を早くして横を後にするか、又同時の方がよいか何れでも効果の有る方を取る



1 体操の形で其直に仕得る

二 姿勢 直立両手を四指を前にして両凸部に当る

運動 一、凸部に当てた両手で中心の脊柱に向つて押付ける一方、頭を突挙げて全身を伸ばす  
二、力を貰いて旧に戻す



2 手凸部当押す、脊伸S形を同時に直す

三 姿勢 片脚を前に出す、片手腹、片手頭に取る

運動 一、前方に出した膝を軽く屈して彎曲を直す  
二、屈げた膝を仰す  
その人に依つては姿勢を取つた丈で幾分でも形が直される者も有るから人に依つてはこの反対の姿勢を取らせるのが当然です



3 片手腹、片手頭片膝屈同時脊を直す

図 4



6 片手横、片手上挙曲りを直す

六 姿勢  
運動 直立より  
一、片手上、片手横に挙げる 二、上体を側方に屈する 三、そのまま体を起す 四、両手を下して旧に復す  
この時上に挙げた手袋は病体に依つては外側に向ける



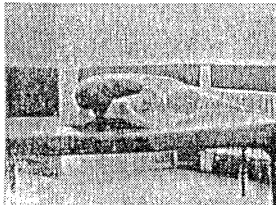
5 両手両膝匍匐状体左右に廻す

五 姿勢  
運動 両手両膝で匍匐状となる  
両膝と足先の位を換えぬ様にして体と両手を交互に動かして廻す、この時臀部を手に保つ事  
この運動は片方のみにするか両方にするかは、その病体と依るが右左両側にするのも善い運動法である



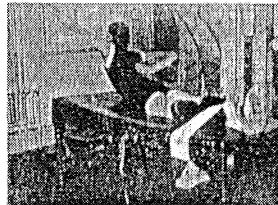
4 脚横閉体前屈、手片脚方屈 脊柱伸す

四 姿勢  
運動 直立より片脚前、あるいは片脚横開、上体をその方に廻す  
両手を上に挙げて体は脚を中心にする如く屈する この時脚を両手の中心の位置に下げる  
一、両手を上に挙げる、二、上体を半廻す  
三、体を脚の上に屈する 両手は肩の位置に留つて下ろす 四、体の位置を換えぬ様に起す 両手は体に従う 五、体を旧に復すと同時に両手を下ろす  
この運動は熟練すれば四動にする  
脚を半前に出すも横に開かせるのもその病体に従



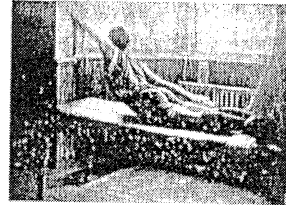
9 正坐姿勢 片手肘屈 片手上伸

九 姿勢  
運動 正坐 片手を膝頭の側につける  
一、一手を床を擦る如くして上に伸ばす 一手は形を屈さぬ様につきりと膝側床に保持する 二、手で伸した手を掴る様にして体側に展す  
胸廓の凹部の方の手を伸すのである



8 片手握り凸部当す 片手上伸上体起す

八 姿勢  
前と同じ、一手を握り背部突出部に当て、一手を上へ伸ばす  
一、上体を起す 二、力をぬいて休む



7 片手後側、片手上挙曲りを直す 球竿を利用す

七 姿勢  
運動 ベット伏臥  
一手上、一手体側下伸、上体を起す 二、力をぬいて休む

図 5



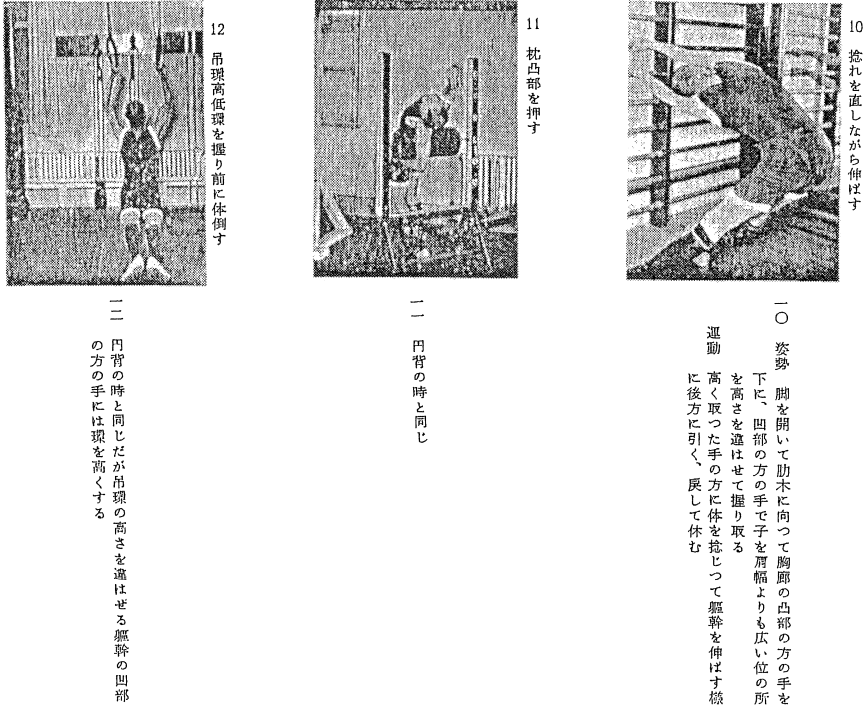


図 6

(1926)、の『異常児の病理と矯正體操』<sup>17)</sup>である。

この中、『自動的體操治療法』は、「身體健全ならしむるを以て主とす」ために「血液循環を迅速ならしむる」をその手段とするヨーガ（梵）様の体操法で、諸臓器の治療法として16種の体操が紹介されているものである。題目は体操治療法とあるが、その内容は、川瀬や田代が紹介している治療体操とは異質のものである。

『医療体操』は、陸軍戸山学校で作られたものであるが原物を発見出来ず、内容不明ではあるが、後の時代、1941年頃、その裏表紙に陸軍々医中尉、小澤祐保の氏名があり、臨時東京第三陸軍病院の用紙に手書きされた『集團醫療體操』<sup>15)</sup>から類推すれば、それは、正に、川瀬や田代が紹介した矯正体操を内容とするものではないかと考えられるところである。

『学校及家庭に於ける醫療體操の理論及實際』は、体育の書として書かれたものではあるが、著者は、この書の中で、その大半、230頁中134頁を姿勢矯正のための医療体操に割いてはいるものの、残る頁を、循環器病、肥満、痛風、糖尿病、リウマチ、胃炎、便秘、ヘルニアなどの主に内科系疾患の医療運動法として各種の運動が役立つことを英語文献から引用し、紹介している。また、彼は、神経系病、幼児の麻痺、神経衰弱、吃音、低能児、舞踏病の項目を設けて、同様に、医療運動法として按摩・マッサージ、簡単な運動が役立つことを紹介しているが、ここでいう運動が、具体的にはどの様なものであるかについては、あまりはっきりしないところである。

『體育上の病理と診断』は、著者が「其の書名を一々茲に列挙するは強ひて繁を増すばかりであるから今は之れを避け」とその序文の中に書いているように、その書名は伏せられているが、ドイツの出版物を中心に訳す形で出版されたものようである。内容は、医学的観点から、身体（脊柱や足など）の諸機能の病理と診断について触れたうえで、体育の必要性について記述したものである。尚、蛇足かもしれないが、この書の第4章、「身體の畸形と其の検査法並に矯正體操」の所の矯正體操は、原題では orthopädische Gymnastik であり、整形外科的體操と訳した方が適切と考えられるところである。

そして、『異常児の病理と矯正體操』は、その自序にもあるように、前出、『體育上の病理と診断』を寄り所として、四肢、体幹の矯正體操をまとめたものである。ちなみに、この書の著者は、川瀬元九郎が教鞭をとっていたときの日本体育会體操學校（現・日本体育大学）へ1908年入学し、翌1909年卒業している人物である<sup>13)</sup>。

この様に見てくると、原栄蔵を除き、川瀬元九郎、前田未喜、田代義徳、田邊郁郎と石丸節夫、そして眞行寺朗生などは、ともに、この時期、四肢・体幹の矯正體操を内容とする治療體操を、医学、体育の分野で育て、発展させてきたと考察出来た。

## 5、まとめ

本研究は、文献を介し、我が国の初期治療體操がどの様なものであったかを探ったものである。

その結果、明治、大正期（1868～1926）の治療體操が以下の様なものであったことを知ることが出来た。

- ① 川瀬元九郎や田代義徳に代表される治療體操は、スエーデン體操の流れを汲む、いわゆる姿勢矯正體操を主とするものであった。
- ② 川瀬や田代に先立って『自動的體操治療法』を著した原栄蔵の自動的體操は、體操治療法とあるが、その内容は、諸臓器の病の治療法としてのヨーガ（梵）様の體操法であり、川瀬や田代が紹介している治療體操とは異質のものであった。
- ③ 前田未喜、田邊郁郎と石丸節夫、そして眞行寺朗生の示した治療體操は、その一部に、外国の文献から引用した内科系疾患に役立つ医療運動法が含まれてはいるが、やはり、その主流は姿勢矯正體操であった。
- ④ 以上のことから、我が国の初期治療體操の主流は、四肢・体幹の矯正體操を内容とするものであり、これは、医学、体育が組し、発展させ、次の時代に入っていたものと考えられた。

## 参考（引用）文献

- 1) 原栄蔵：自動的體操治療法、原活壽堂、1909
- 2) 金子魁一：整形外科マッサージ療法、南江堂、1949
- 3) 柏倉松蔵：醫療體操ニ就イテ、日本学校衛生、第9巻、第3号、50～63、1921

- 4) 柏倉松蔵：醫療體操に就て、體育學理講演、第4輯、1922
- 5) 柏倉松蔵：肢体不自由児の治療と家庭及学校、柏学園、1956
- 6) 川瀬元九郎：瑞典式體操、大日本図書、1902
- 7) 川瀬元九郎：體操論、體育、第114号、6～15、1903
- 8) 前田未喜；家庭及学校に於ける醫療體操の實際、目黒書店、1917
- 9) 中川一彦：柏倉松蔵の医療体操に対する考え方に関する研究、筑波大学体育科学系紀要、第7巻、201～207、1984
- 10) 中川一彦：理学療法士の始祖・柏倉松蔵、健康科学大学紀要、第2号、69～76、2006
- 11) 中川一彦：我が国への治療体操の伝播に関する研究、健康科学大学紀要、第3号、85～93、2007
- 12) 日本体育会：日本体育大学八十年史、私家版、1973
- 13) 恩田裕：真行寺朗生の体育思想、成城法学教養論集、8号、330～363、1990
- 14) 大場一義：川瀬元九郎の生涯と功業、体育史の探求、298～313、岸野雄三教授退官記念論集刊行会、1982
- 15) 小澤祐保：集團醫療體操、私家版、1941頃
- 16) Posse B. N.: Special Kinesiology of Educational Gymnastics、Lothrop. Lee & Shopard Co., 1894
- 17) 真行寺朗生：異常児の病理と矯正體操、啓文社書店、1926
- 18) 田邊郁郎、石丸節夫：體育上の病理と診断、都村有為堂、1924
- 19) 田代義徳：鏡前體操、實驗醫報、第40号、261～265、1918

## Abstract

The purpose of this study was to define early remedial gymnastics in Japan.

A literature review has revealed that mainstream gymnastics in the Meiji Taisho era involved corrective gymnastics for limbs and spine which belonged to the school of Swedish gymnastics. Early Japanese remedial gymnastics was developed through collaboration between the fields of medicine and physical education, and evolved into the next stage of development.

Key Words : remedial gymnastics

Swedish gymnastics

corrective gymnastics

Motokurō Kawase

Yoshinori Tashiro