＜令和５年度助成＞

水戸藩藩主徳川斉昭の健康・医療・食生活に関する思想・施策の探求と、レシピ集『食菜録』（徳川斉昭著）の研究

荒木　雅也
（茨城大学 人文社会科学部）

1．はじめに

水戸藩第９代藩主である徳川斉昭（1800 ～ 1860。以下、斉昭）については、政治史・外交史・思想史の観点から、様々な研究者による研究がなされてきたが、斉昭の健康・医療・食生活に関する思想と施策についてはあまり顧みられることはなかった。水戸藩の健康・医療に関する施策についても同様である。かくして、斉昭は、江戸時代の大名としてはおそらく最も多数の著書を残しているにもかかわらず、その医療などに関する著書の多くは本格的な研究の対象とされることはなかった。本研究では、斉昭の医療などに関する思想と施策を探求しつつ、『食菜録』という極めてユニークな料理書について研究を行った。

2．徳川斉昭の人間像

永井博研究員（茨城県立歴史館）の分析によれば、本研究の観点から重要と思われる斉昭の人間像は以下の通りである。

2.1　開明的・進歩的であること

斉昭は幕末期には保守派（攘夷派）の巨頭と目されていたが、同時代の人士の証言から、本心においては近い将来における開国やむなしと認識しており、海外の学術、文化、情報に対しても強い好奇心を持っていたと考えられる。

たとえば、松平慶永（福井藩 16 代藩主）は、幕末期の斉昭の以下のような発言を紹介している。

「水戸烈公は･･･ 幕府にても、水戸ても、とこても皆攘夷家と称せり。余偶烈公に問ふ。方今外国頻ニ渡来せり、とても攘夷ハ出来ぬ事と存じ候。外国交際開けされは、今之世ハ六ケ敷と存じ候旨申し候。烈公実は私も左様に存居候。････ 私抔は老年に相成候間、攘夷は私の株故、終身相止メ不申、其儘死迄も攘夷家にて相済候心得也と被話たり。」

2.2　教養人であること

斉昭は 30 歳で水戸藩主に就任するまで独身であった。独身の頃の住まいは、松浦清（平戸藩９代藩主）の証言（「坐す御座所は史館とか申す至って狭き処に住せられ」）によれば、彰考館（水戸藩の修史局）の一室であったと推測される。それ故、彰考館に所蔵されていた膨大な書物に目を通す時間と環境に恵まれていた。そのことが後年の驚くほどの博覧強記ぶりの基礎になったと考えられる。

2.3　几帳面な性格であること

斉昭が、江戸の水戸藩邸から水戸藩の家臣にあてて送った書状に、書状の発送が遅れた理由（言い訳）を以下のように事細かに記している。

「任官または任官御礼、改元、縁組御礼其外色々勤、数多、私用も此節は常々より多く、･･･ なかなか間に合わず、大乱筆にて気づいたことのみ申し述べた。」

2.4　多芸多才で好奇心旺盛であること

斉昭は、後述のように医療に関してとりわけ大きな関心を持っていた他、音楽にも多大な関心があり、琵琶や琴を自作している。科学にも関心があり、自身で反射炉の設計図を引いたこともあるほどである。

2.5　安全保障・国益重視であること

戦車などの兵器の開発に熱心であった。また、後述の『賛天堂記』から斉昭の国益重視の志向がうかがえる。

3．徳川斉昭の医療政策と、医療に関する著書

斉昭が水戸藩藩主として、以下のような様々な医療政策を実施したこと自体は従来から知られていた。●医師の養成：医師養成のために藩校を３校新設。●種痘の実施：水戸藩内で幅広く実施。斉昭も８男と９男に接種させた。●弘道館内に医学館を開設：1843 年に開設。医学館は薬品の開発を目的とする施設。医学館内に付属施設である「養牛場」を設置し牛乳とバターの生産を開始。

こうした一連の政策の根底にあった斉昭の思想の一端が、上記『賛天堂記』の中に記されている。賛天堂記とは上記医学館の開設に当たって、斉昭自身がその趣旨を記したもの。賛天堂記には、以下のような思いが記されている。

「外国と通商するようになると、新し物好きな日本人の悪弊が更に大きくなり、どのようなものでも舶来品を好むようになり、薬品についても日本製のものを顧みないようになるのは嘆かわしい。外国産の薬品は高価であるため富を持つ人でなければ入手できない。しかし、富を持つ人々だけが長命で貧しい人々が短命だということなどは受け入れられない。･･･外国産の薬品を輸入するための資金があるならば、資金を外国に払うのではなく、その資金を用いて、優れた薬品を日本国内で開発する方が良い。」

こうした思いは、同じく斉昭著の『景山和薬集』の中にも記されている。同書は国内産の薬品を収録したもので、国内産の薬品の使用を奨励している。

また、以下の著書から、斉昭の医療政策に対する強い使命感を感じ取ることができる。●『景山奇方集』：様々な病気に対する薬方を集めたもの。●『景山救痘録』：新しい治療法に対して懐疑的な民衆の抵抗に屈しないという強い意志が記されている。●『食薬』：食品と調理法による病気の予防と治療の方法を集めたもの。たとえば、風邪をひいたときは生姜酒・味噌酒。解熱のためにはタンポポのお浸しなど。『食薬』の序文に、医薬と食品の関係についての斉昭の考え方が以下のように記されている。「食薬は、病を食物にて、癒さしむるにはあらず、病する時は医薬を用ひて其病を治すなれ共、其時の食物障りにならぬのみならず、薬りの力らをも助け、病を治するに益あるものを、しるしあつむる也。」

4．食菜録

4 .1　書誌

『食菜録』は上中下の全３巻から成り、計 300 品のレシピ（調理法、保存法）が掲載されている（上巻 78 品、中巻 28 品、下巻 194 品）。序文と跋は無い。

食菜録は、上記『食薬』などと共に、石島績著『水戸烈公の医政と厚生運動 下巻』（日本衛生会 1943 年）に全文が翻刻、所収されている。それ以降は、今日に至るまで食菜録に関する出版は一切為されていない。石島は、「食菜録は、（斉昭）公の多年の心血をそそぎまとめられたもので、原本は現に水戸彰考館に大切に保存されて居り」と述べており、この記述に鑑みて石島は原本から直接に翻刻を行ったと推測される。本研究は、同書に翻刻された食菜録をテキストとして用いている。

成立年代は不明であるが、1855 年に長崎留学中の医師である柴田方庵がビスケット（食菜録では「ヒスコイト」）の作り方を水戸藩に伝達した事実などから、1850 年代の後半の成立ではないかと考えられる。理由は不明であるが江戸時代において出版はされなかった。

なお、表現が統一されておらず文章の癖の違いが多々あることからみて、おそらく執筆は数人の手によると思われ、成立までにはかなりの時間を要したという見方もできる。たとえば江戸時代初期から水戸藩に蓄積された料理書やその抜き書きをもとにして、斉昭が編纂したという経緯も考えられる。

4.2　他本との関係

上巻収録のかなりのレシピが『合類日用料理抄』（1689 年）からの引き写しである。

また、『八百屋集』と同一・類似の記述（レシピ）もいくつか認められる（「うけいりとうふの仕様」（**写真 1**）、「鯖の汁」など）。八百屋集は序文も跋もなく著者も不明であり、岩瀬文庫に所蔵されている未刊行の手写本が現存するのみである。本研究では、瀬戸祐介研究員（弘道館事務所）及び茨城地方史研究会の協力を得て、初めて本格的に八百屋集の解読を行った（管見の限りでは、同書に関する先行研究は見出せない）。同書の巻末に元禄 6 年（1693 年）の書写と記されているが、それが事実ならば食菜録よりかなり早くに成立した料理書ということになり、結局、食菜録のかなりの部分は、合類日用料理抄と八百屋集からの引き写しであると推測できる。

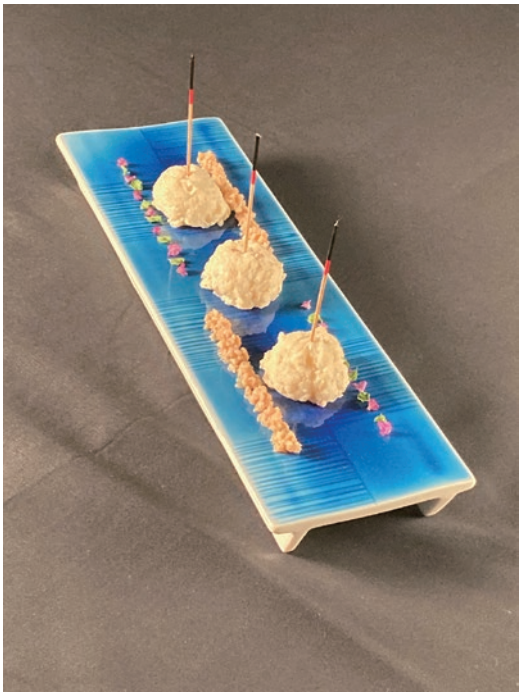

写真 1　うけいりとうふ（豆腐）の仕様
豆腐・やまいも・魚のすり身を団子にしたもの。令和 6 年 4 月 25 日に元湯 山田屋旅館にて小林康昭氏（元湯 山田屋旅館 20 代館主・料理長）調理。通野崇氏（CRAFT REFLECTION 社）撮影。

4.3　内容・特徴

300 品の内訳は以下の通り。魚介類 77 品、味噌・醤油・調味料 39 品、漬物 31 品、菓子 29 品、鳥料理 27 品、酒 25 品、餅・米料理 19 品、野菜料理 13 品、豆腐・納豆 12 品、麺 7 品、スープ 7 品、卵料理 5 品、獣肉 2 品、その他 7 品。

食菜録のみに記載されていると目される料理も一定数認められる。上記「ヒスコイト」のほか、「鰹を貯る法」「蒲鉾つくり」「鴨てんぷら」「辛子漬けの方」「辛味餅」「牛乳酒」「水府浜焼鯛製法」「ソップ製法」「鯛昆布秀吉（たいこう・ひでよし）」「茄子のへた」「葱、白ねぎ」「蓮の実料理仕法」（**写真 2**）「パンの法 中濱万次郎咄」などである。但し、「料理

写真 2　蓮の実料理仕法
蓮の実を油で揚げ（又は煮て）焼塩をかける。おこわと共に食すと大変に美味。
令和 6 年 8 月 21 日にうのしまヴィラにて、原田顕命氏（うのしまヴィラ料理長）調理。通野崇氏（CRAFT REFLECTION 社）撮影。

食品関係の図書は江戸期及びそれ以前のものだけでも 500 種は突破する」（川上行蔵『日本料理技術選集』柴田書店、1981）ことに加えて、未発見の料理書もあるかもしれず、断定はできない。なお、中川学園調理技術専門学校（茨城県水戸市）の中川純一校長と眞嶋伸二統括部長の協力を得て、食菜録掲載料理の再現をいくつか試みたところ、レシピに曖昧な記述があること（食材の切り方や調味料の量などにつき「常の如くせよ」といった表現が多い）や、調味料それ自体が現在とは異なることから、文献史料のみからの正確な再現は容易ではないことが確認された。再現の様子や結果などについては、以下のサイトから動画や写真の形で公表している。
https://arakilab.hum.ibaraki.ac.jp/syokusairoku.html

5．結論

斉昭の施政や著作の全体像からみて、斉昭は医療に強い思い入れがあり医食同源に近い発想があったと思われる。そして食菜録は、斉昭の医療に関する一連の著作の一環を成すものと考えるべきであり、とりわけ重要なのは、『食薬』との関係であろう。

その他、斉昭は兵器の開発にも熱心であったことからみて、軍事用の保存食を確保したいという思惑があったと推測される。食菜録の中に、ビスケットの製法やジョン万次郎から聞き取ったパンの製法（上記「パンの法 中濱万次郎咄」）を書き記したのはその表れであろう。以上、食菜録の内容は雑多であるが、斉昭の思想や思惑が編纂方針に一定の影響を与えていると考えられる。

謝　辞

公益財団法人 浦上食品・食文化振興財団と関係者の皆様に心よりお礼を申し上げます。食菜録が世に知られるようになりましたのは、同財団と関係者の皆様のおかげです。

参考文献（本文中に示したものの他）

- 石井治兵衛『増補日本料理法大全』（第一出版、1965）。
- 石島弘『水戸藩医学史』（ぺりかん社、1996）。
- 大石学編著『徳川斉昭と水戸弘道館』（戎光祥出版、2022）。
- 大貫勢都子『水戸藩の医学』（筑波書林、1989）。
- 大庭邦彦『父より慶喜殿へ 水戸斉昭一橋慶喜宛書簡集』（集英社、1997）。
- 清水正健『増補水戸の文籍』（水戸の学風普及会、1934）。
- 常磐神社『烈公の改革と幕末の水戸藩』（常磐神社社務所、1995）。
- 永井博『徳川斉昭 不確実な時代に生きて』（山川出版社、2019）。
- 平野雅章ほか編著『原典現代語訳日本料理秘伝集成』（同朋舎出版、1985）。
- 吉井始子『翻刻江戸時代料理本集成』（臨川書店、1978-1981）。

Exploration of the ideas and policies of Nariaki Tokugawa, feudal lord of the Mito Domain, regarding health, medicine, and dietary habits, and research on his recipe collection, "*Shokusai-roku*" (edited by Nariaki Tokugawa)

Masaya ARAKI
College of Humanities and Social Sciences, Ibaraki University

The Shokusai-roku is a collection of recipes that was reportedly edited by Nariaki Tokugawa (1800–1860), the ninth lord of the Mito Domain, and contains a total of 300 recipes. The entire text was reprinted and included in the second volume of "*Mito Rekkou no Isei to Kosei Undo* (Mito's Medical and Welfare Movement of Nariaki Tokugawa)," written by Isao Ishijima (published by the Japanese Society for Hygiene), a local historian who served as the first Director of the Ibaraki Prefecture Shimodate Public Health Center. Ishijima explains *The Shokusai-roku*, as follows:

"*The Shokusai-roku was compiled by Lord Nariaki Tokugawa, who devoted many years of his life to its production. The original, which is still carefully preserved in the Mito-Shokokan, is divided into three volumes and describes roughly 300 cooking methods and recipes of the time, making it an extremely valuable document which has not yet been made available to the public. Moreover, this Shokusai-roku was newly compiled based on Lord Nariaki Tokugawa's practical research.*"

This study analyzes the ideas and policies of Nariaki Tokugawa and examines what his intentions were in writing *The Shokusai-roku*. It is the conclusion of this study that *The Shokusai-roku* was strongly influenced by Nariaki Tokugawa's policies and ideas regarding healthcare.