

2024年12月17日(火) 貝原益軒の誕生日

# 非営利団体 曾田豊二記念 養生訓の里ネットワーク が発足します。

ごあいさつ

筑前・福岡は養生訓を著した貝原益軒が生まれ、生涯現役で84歳まで生き抜いた古里です。地域のあちこちに益軒ゆかりの史跡が残り、益軒の風韻が偲ばれます。いわば「養生訓の里」。そこにかかわる史跡、施設、人々をつなぎました。それが養生訓の里ネットワークです。益軒はまた、郷土の地理や歴史、植物学、教育学などに通じ江戸末期、来日したシーボルトが「日本のアリストテレス」と称賛した「万学の祖」でした。地元にはいろいろな学問の小さな資料館があります。それらも益軒にちなみ、「里の小さな資料館」として紹介して参ります。

2030年、貝原益軒生誕400年を迎えます。人生100年時代の先達を地元で顕彰し、全国の養生訓に関心を寄せる皆様とともに、交流を深め、成果を全世代の健康長寿に生かしていきたいと思ひます。

## 準備委員会

- |      |       |   |
|------|-------|---|
| 会長   | 原 寛   | 原土井病院理事長、天神養生処主宰、日本医史学会福岡地方会会長、医師         |
| 副会長  | 安藤 文英 | 西福岡病院理事長、曾田豊二文庫運営委員長、元養生相談室事務局、医師         |
| 委員   | 久保 千春 | 中村学園大学学長、前九州大学総長、元九州大学病院長、日本心療内科学会理事長、医師  |
|      | 小柳 左門 | NPO法人ヒトの教育の会 会長、元国立病院機構都城病院院長、元原土井病院院長、医師 |
| 事務局長 | 藤野 博史 | ジャーナリスト、日本医学ジャーナリスト協会理事・西日本支部長            |



## 貝原益軒は1630年生まれ。2030年は生誕400年。

貝原益軒／「養生訓」で有名な貝原益軒(1630～1714年)は筑前・福岡藩の儒学者、本草学者です。福岡藩士の子として生まれ、江戸中期に活躍しました。著書は医学・薬学、儒教、民俗、歴史、地理、教育など多方面に及び、生涯で60部270余巻に達します。80歳を超えても執筆し、生涯現役を実践しました。学者の名声を確立する一方、益軒十訓と呼ばれる大衆教訓書を書きました。人生のほとんどを貝原損軒として生きました。益軒に改号したのは78歳頃です。養生訓／益軒が心身の調和と生活習慣に目を配り、健康長寿実践の書として83歳で著しました。生来体が弱く、健康に注意しました。夫人も蒲柳の質で、結婚後は共に養生に留意し、長年連れ添いました。医学、本草学の知識、体験を元に8巻から成ります。総論(巻1・2)、飲食(巻3)、飲食・飲酒・飲茶・慎色慾(巻4)、五官・二便・洗浴(巻5)、慎病・疝疾(巻6)、用薬(巻7)、養老・育幼・鍼・灸法(巻8)を平易に和文で書きました。以来、長く読み継がれています。

ご協力、参加  
のお願い

「非営利団体 曾田豊二記念 養生訓の里ネットワーク」は、故曾田豊二が医学者として生涯畏敬した貝原益軒の顕彰を進めるため、準備委員会を中心となり、地元で結成された団体です。この活動を全国に呼びかけ、趣旨に賛同される方々、団体の参加(無料)を募ります。



賛同者登録申込

ホームページ

URL / [yojokun.org](http://yojokun.org)



実践! 養生訓 / 江戸時代にいち早く、健康の大切さを説いた貝原益軒。『養生訓』には健康を損なわないよう、生命を養うことの大切さが事細かに説かれています。益軒・東軒夫妻はともに若い頃は蒲柳の身でありながら、一病息災、多病息災で健康長寿を果たし、夫妻仲良く、人生を謳歌しました。今まさに人生100年時代。夫妻にあやかって、養生訓の教えを実践しよう。  
益軒資料所蔵館 / 地元にある大学や市の博物館などにも、貝原益軒の資料が所蔵されています。近くまで行ったら、立ち寄ってみよう。ほか、多数の情報を掲載しています。



事務局  
お問合せ

曾田豊二文庫 (月～土曜の10時～15時) 担当/事務局長 藤野博史  
〒819-0055 福岡市西区生の松原3丁目18-3 tel.092-260-1860 e-mail [contact@yojokun.org](mailto:contact@yojokun.org)