

Title	三橋喜久雄の体操観と、わが国の学校体操に及ぼした影響 (その1) : 大正初期より, ニルス・ブック来朝前後を中心として
Sub Title	Kikuo Mihashi's view of physical exercises and their effects produced on school physical exercises (I)
Author	森下, 孝(Morishita, Takashi)
Publisher	慶應義塾大学体育研究所
Publication year	1984
Jtitle	体育研究所紀要 (Bulletin of the institute of physical education, Keio university). Vol.24, No.1 (1984. 12) ,p.13- 28
JaLC DOI	
Abstract	.
Notes	
Genre	Departmental Bulletin Paper
URL	https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=AN00135710-00240001-0013

慶應義塾大学学術情報リポジトリ(KOARA)に掲載されているコンテンツの著作権は、それぞれの著作者、学会または出版社/発行者に帰属し、その権利は著作権法によって保護されています。引用にあたっては、著作権法を遵守してご利用ください。

The copyrights of content available on the KeiO Associated Repository of Academic resources (KOARA) belong to the respective authors, academic societies, or publishers/issuers, and these rights are protected by the Japanese Copyright Act. When quoting the content, please follow the Japanese copyright act.

三橋喜久雄の体操観と、わが国の 学校体操に及ぼした影響（その1）

——大正初期より、ニルス・ブック来朝前後を中心として——

森 下 孝*

1. は じ め に
2. 学校体操教授要目制定期から改正学校体操教授要目公布まで
3. 要目改正後から、ニルス・ブック来朝前後の三橋喜久雄の動向
4. む す び

1. は じ め に

明治5年（1872年）近代教育制度の初めである「学制」が制定されるが、これは立遅れていたわが国の文化の興隆と直接的には国民教育の普及を重要政策の一つとした結果であり、最終的には富強国家を目的とするものであったろう。

この教育の場において、知育、徳育と共に身体を教育を目的として体育の教科目が設定される。

この教科目は、名称、内容ともに変遷を重ね、現代にいたっているが、特に体育の教科目である体操科の名称は、数10年にわたり使用され、わが国の体操界に及ぼした影響は大である。

明治11年（1878年）体育法の選定、体育学教員の養成を目的として、体操伝習所が設立されるが、実際には体育専門の外人教師の招聘と体操術の伝習であり、G. A. L. Reland（米国，1850～1942，1876年招聘，1881年帰国）招聘となる。

また明治13年（1880年）まで行われていた軍隊式体操が体操伝習所の設立を契機として、正式に歩兵操練として教科に加わる。さらに、武道、遊戯の採用と関わりながら、明治後期には、坪井玄道⁽¹⁾、井口あぐり⁽²⁾、永井道明等⁽³⁾により、いわゆるスウェーデン体操が導入される。

このスウェーデン体操の導入によって、わが国の学校体操はその基礎づけをえて大正2年（1913年）「学校体操教授要目」が制定される。

* 慶應義塾大学体育研究所教授

三橋喜久雄の体操観と、わが国の学校体操に及ぼした影響（その1）

本論文は、学校体操の変遷を便宜上(1)学校体操教授要目制定期から、改正学校体操教授要目公布まで、(2)改正学校体操教授要目公布後から、ニルス・ブック来朝前後までに時代区分し、この時代における「三橋喜久雄」の体操観と学校体操に及ぼした影響について論及したものである。

- 注 (1) 坪井玄道, 1852～1922。普通体操の推進者。
(2) 井口あぐり, 1870～1931。学校体操の骨子をスウェーデン体操におく。
(3) 永井道明, 1868～1950。学校体操教授要目立案と、スウェーデン体操の確立者。大正12年、学校体育の第一線から退った。

2. 学校体操教授要目制定期から 改正学校体操教授要目公布まで

大正2年(1913年)学校体操教授要目(以下要目体操と略す)制定公布の中心的人物は永井道明である。

永井は、当時東京高等師範学校の教授であり、又文部省体操委員として、わが国の体操界において指導的立場にあった。

この時代、三橋喜久雄(以下、三橋と記述)は鳥取師範学校教諭であったが、東京高等師範学校助教授として異例の抜擢をしたのが永井である。

三橋は、鳥取師範学校教諭時代から、スウェーデン体操や、学校体操教授要目の熱心な研究実践家であり、体操を一教科として、目的、内容、教授方法等の系統化を確立し、更に学校体操に対してもある種の基本的構想を持っていたと思われる。それを裏づけるものとして、彼自ら次のように述べている。

「恐らく熱心に研究した点においては他の何人にも劣らなかったという、とにかく私の凡ての限りを尽して研究し、それを実行した。」⁽⁴⁾ ということは、要目制定当時、わが国の体操全般についての意識は極めて未熟なものであったため、三橋自身の理論と実践が高く評価されたとおもわれる。

このような研究実践者である三橋は、永井の絶大なる信頼を得、東京高等師範学校在職中よき助力者として、要目体操普及講習会及び講演会に東奔西走し、わが国学校体操の発展に多大の影響を及ぼした。

そこで、要目体操の根幹となっているスウェーデン体操について述べる。

スウェーデン体操の創始者はリング(Pehr Henrik Ling, 1776～1839, および Hjalma Frenarik Ling, 1820～1886)であり、体操について次のような考えを示している。

三橋喜久雄の体操観と、わが国の学校体操に及ぼした影響（その1）

「体操の運動は、身体の性質や状態がわかり、その身体にどのような効果があるかを考慮しながら行うときに、はじめて正しいものになる。身体の部分は、その性質や能力に応じて練習されるときはじめて体操の効果が期待されるのであって、その身体はまた、各部が互に調和する場合に身体は正しい教育がなされることになる。」⁽⁵⁾

以上の説から、スウェーデン体操は、生理学及び解剖学的見地から構成された動きを、身体運動に適応させた点において当時最もすぐれた体操であったといえよう。

これについて山西は、⁽⁶⁾「この考え方は、体操の発達、適用、運用等の面においても、最も適切であり、それ故に、そこに体操の根源的な価値を発見することもできる。この根源的な価値はいわば普遍的であり、永久性をもつと判断してよく、わが国の要目制定に当って必要であり適切であったと思う。」と評している。

スウェーデン体操についてリングは、次の5項目について分類している。

- (1) 教育体操
- (2) 軍隊体操
- (3) 医療体操
- (4) 美的体操

ここで「新修大辞典」の中からスウェーデン体操の特質について抽出すれば次の項目として挙げられている。

- ① 指導が段階的に行われること。
- ② 年齢や性に関係なく実施できること。
- ③ 年齢に応じて発展的に教材を配列できること。
- ④ 身体の各部分の運動を含み普遍的であること。
- ⑤ 保健的・矯正的特色をもっていること。
- ⑥ 準備運動、整理運動としてすぐれていること。
- ⑦ 命令的に行われること。

等である。また運動の編成にあたっては、⁽⁷⁾

- ① 徒手運動（補助者のあるもの、腕、脚、胴の運動）
- ② 器械運動（補助者のあるもの、重量挙げ、登攀梯子登り、伸縮運動、平均、跳躍、木馬、肋木等）

等の二つの運動に分類されているが、主として徒手による運動が支配的位置を占め、支持運動と支持のない運動、二人で行う体操などにその特色があった。⁽⁸⁾

以上の如くスウェーデン体操について述べられているが、本論文については、教育体操のみに限定して考察した。要目体操が制定公布されてより、永井、三橋を中心とした要目体操の普及が定着し、軌道にのることによって、更に三橋の研究と実践は続けられ、学校体操の急速に

発展する基礎になったものと考えられる。

しかしながら、要目体操制定以後5、6年が経過するにつれ、要目体操に対する批判が高まり、進歩的、革新的な気運が台頭してきた。それは要目体操の欠点を見出したことに起因したと思われる。それを項目別に挙げれば次のごとくである。

- ① 興味に乏しいこと。
- ② 鍛練的でないため、精神陶冶の点で不十分なこと。
- ③ 人為、形式的で日常生活と交渉が薄いこと。
- ④ 律動性に乏しく、運動が局部的、絶縁的であること。
- ⑤ 情操陶冶に欠けること。⁽⁹⁾

以上のようなスウェーデン体操を骨子とした要目体操のもつ欠点が指摘されるようになった。丁度この頃、九州大学医学部桜井博士は、制定公布された要目体操の短所を補足して体系化し、「合理的体操学」を著わしている。

桜井を中心としたグループは、スウェーデン体操及び要目体操を科学的立場から研究し、これまでの解剖学及び生理学を基盤としたわが国独自の体操研究が、桜井等の研究を契機として更に発展したのである。

当時三橋も、桜井の要目体操の短所改善を徹底させるため夏期休暇を利用して桜井のもとで研究し、全国講演、講習に同行してその普及に尽力した。

このような経緯をたどりながらわが国の学校体操は年々急速な発展を遂げたとみられる。

一方世界の体操界の動向⁽¹⁰⁾についてみても、丁度この時期に、スウェーデン体操系統にも改善の余地が見出されようとしていた。

即ち、米国、英国、独乙、更にスウェーデンにおいてさえ、リングの主張に対する批判が生じ、従来の体操に対する改訂の気運がみられ、特にデンマーク、ニルス・ブック（Niels Bukh）の主唱する体操が台頭してきたのである。

以上のような経緯をみても、わが国の体操界において、要目制定以来6・7年にしてようやく世界の動向と軌を一にして順調に進みつつあったと見てよいのではなかろうか。

大正11年頃には、日本の学校体操界も、ようやく進歩的、革新的時代を迎えていたこの年に、三橋は文部省海外留学生として米国、英国、独乙、スウェーデン、デンマークに留学している。

三橋の留学記の中に次のような文章が残されている。

「私は外留の身となって、専心研究生生活の機会を与えられた。時恰も世界の体操界は挙って活気を呈し新しい熱烈なる研究は勃々と起ってくる時代の留学であった。私としても過去10年間の研究を基礎として、自己の体操に対する思想系統から体系化していたので、広く世界の先進者

三橋喜久雄の体操観と、わが国の学校体操に及ぼした影響（その1）

にわが意見を質し、優れた体操の実際を照観することが最上策であると確信したのであった。」⁽¹¹⁾

以上の文章から推察すれば、三橋は当時すでに三橋なりの体操観を確立していたと思われる。その一例について挙げれば、三橋のスウェーデン体操に対する批判である。

「身体の凡ゆる部分を一全体として調和統一させることが体操でなくてはならない。しかるに世には偏頗なる局部的な練習をすることが多い。これは全くその運動そのものにとらわれた為の結果であって、体操の根源であるその運動によって養成する調和的全体身というものを忘れている。」⁽¹²⁾と述べている。

三橋は、身体と精神の全一性としての人間、その人間の活動を体操の基調にすることが、生活即体操、体操即生活と考え、新しい体操、即ち三橋の主唱する「生命体操」をすでに体系化している。

生命体操は、生命の哲学「生命論」⁽¹³⁾に立って原理化されているけれども、その基調は、あくまでもスウェーデン体操の特質である解剖学及び生理学を基盤として体系化していることには変りはない。

生命体操が統一体としての人間、その生きた人間の健康、活動を常に問いながら、かつそれに指向している事実はいうまでもない。⁽¹⁴⁾

このような三橋自身の体操観を基調にして、留学中米国、独乙、スウェーデン、デンマーク及びその他の国々について、自分の理解し得る限り調査、研究、実践したと述べ、殊に体操については、「独乙、スウェーデンにおいては勿論であったが、留学最後の地であるデンマークにおいては、なんといっても最も大きな共鳴を得たということは即ち、ニルス・ブック氏及び氏の体操であった。」⁽¹⁵⁾と述べている。

このことは、すでに三橋が留学前に体系化を進めていた「体育即生活論」⁽¹⁶⁾「生命体操の実際」⁽¹⁷⁾に述べられている。

これらの著述からみて、ニルス・ブックの体操観と三橋の体操観の間には深い関連があることを示していると考えられる。4年にわたる欧米留学期間中、充実した研究実践を経験したのはデンマークであり、特にニルス・ブック等の共鳴者を得て三橋の体操観は更に充実したものになり、多くの抱負をもって帰国した。

しかし、三橋の帰国後大正14年には、要目体操の改訂が文部省によって検討され、翌15年官報をもって「改正学校体操教授要目」が公布されている。

この間に要目体操制定公布当時の永井は、大正12年東京高等師範学校教授を辞し、すでに野に下っていた（本郷中学校教頭に就任）。三橋は帰国後東京高等師範学校教授に昇格したが間もなく退職し、永井と共に「改正学校体操教授要目」（以下、改正要目と略す）の「組織的批判」なる著述をもってその是非を世に問い、更に三橋の留学前から留学帰国後までに培った理論と実

三橋喜久雄の体操観と、わが国の学校体操に及ぼした影響（その1）

践に対する実現に対してどのように取組めばよいのかを模索している。

その主なものを挙げれば、

1つは、私立の小学校経営であり、2つは、たとえ名は私立であっても、官立にはない自由さを根幹とした理論研究及び実践活動の場としての「体育研究所」を創設することであり（後述）、それと改正要目の批判である。私立小学校経営の実現は成されなかったが、体育研究所の創設と、改正要目の組織的批判については論文として発表されている。

以下、三橋の改正要目の組織的批判について記述すれば、「大正15年に制定公布された改正要目には全く期待を裏切られた。大正2年の要目以上に発展していた大正8・9年頃から13年頃の体操にさえも及ばない却って退歩したものををもって、ただ徒らに改正要目という看板をもって形式的の一企画を作ろうとしたのであった。」と述べている。

ここで、旧要目と、改正要目の相違点の概要を挙げれば次のごとくである。

旧要目の内容は、体操、教練、遊戯であるのに対して、改正要目では、体操、教練、遊戯の他に競技が内容に加わったことである。このことは、すでに明治の後半から大正初期において種々なスポーツが導入され、社会的要請と相まって始めて競技の名称で加えられたものと思われる。

そこで三橋は、体操の内容について取挙げ、次のように批判している。

「旧要目と改正要目を比較してみれば、体系化、構成の点では殆んど旧要目と変りがなく、むしろ大正7・8年から13年にかけて定着し発展してきた体操内容は完全に捨離されている結果を招き、何等進歩の跡がみられない。」

以下、大正2年公布の学校体操教授要目と改正要目（体操の運動方法）の体操構成内容を比較すれば次のごとくである。

大正2年制定学校体操教授要目（体操）⁽¹⁹⁾

運動方法		
第一節	下肢の運動	17種類
第二節	平均運動	19 "
第三節	上肢運動	11 "
第四節	頭の運動	4 "
第五節	呼吸運動	10 "
第六節	胸の運動	2 "
第七節	背の運動	10 "
第八節	腹の運動	9 "
第九節	軀幹側方運動	4 "
第十節	懸垂運動	
横木、肋木、吊縄、鉄棒、梯、縄梯、窓梯等使用による運動		
第十一節	跳躍運動	8 "

大正15年改正学校体操教授要目（体操）⁽²¹⁾

運動方法		
第一	下肢の運動	12種類
第二	頸の運動	3 "
第三	上肢の運動	10 "
第四	胸の運動	6 "
第五	懸垂運動	25 "
第六	平均運動	12 "
第七	体側の運動	9 "
第八	腹の運動	4 "
第九	背の運動	11 "
第十	跳躍運動	26 "
第十一	倒立転回運動	10 "
第十二	呼吸運動	7 "

三橋喜久雄の体操観と、わが国の学校体操に及ぼした影響（その1）

以上、旧要目及び改正要目の体操構成内容を比較してみても、顕著な変革はみられず、ただ順序が、下肢、頸、上肢、胸、懸垂、平均、体側、腹、背、跳躍、倒立及び転回、呼吸となり、頭が頸に、躯幹側方は体側と変り、旧要目にはなかった倒立及び転回が新たに加わったことである。また教材の種類を比較しても、跳躍、倒立及び転回は新しく増加している程度で大差ないことがわかる。

そこで、上述されている改正要目の大改正を行うべく三橋が批判した点に触れ、私見を述べてみたい。

まず、要目体操（旧要目）を「教授上の参考にして」と公布されて以来、4・5年を経過すれば、教授内容も工夫考案されてくるのは当然である。三橋は要目体操である教材内容の研究に徹底して取組んだと自信をもって公言しているごとく、構成内容の教材数も改正要目の倍以

背の運動についての教材比較 ㉒

旧 要 目	改 正 要 目	生 命 体 操
1) 上体前屈 手 腰 屈 臂 臂前屈 手 頸 臂屈伸 臂上伸 開 脚 直 立 閉足直立	1) 体前下屈 2) 体前倒 3) 片脚屈膝片脚後出体前倒 4) 屈膝足前出体前倒 5) 体前倒腕側開 6) 体前倒腕側振 7) 体前倒腕上挙 8) 体前倒腕上振 9) 体前倒腕下振 10) 体前倒腕上伸 11) 脚支持台上伏臥腕体側（手胸）（屈腕） 12) 伏臥腕上伸 13) 伏臥体後屈	1) 体前下屈 2) 体前倒 3) 足首支持体前下屈 4) 体前下屈前倒後反 5) 臂支持体前倒上下振動 6) 体前倒振動 7) 体前倒振動一臂前交叉より側振 8) 体前倒振動一臂前後上後振 9) 脚屈伸体前下屈前倒 10) 体前下屈前倒振動臂側振 11) 体前下倒 12) 体前下屈及前下倒 13) 体前倒下倒振動臂上後振 14) 屈膝前出体前倒 15) 体前倒臂屈伸 16) 屈膝前出体前倒臂屈伸 17) 伏臥屈膝足保持体後反 18) 伏臥足支持体後反 19) 足支持台上伏臥 20) 足支持伏臥台上体前倒及後反 21) 膝立幫助体前倒 22) 片脚支持片脚屈膝前出体前倒 23) 片臂片膝立伏臥 24) 臂立仰臥 25) 幫助肩（頸）支持体後倒 26) 仰臥緊張幫助挙上
〔永井道明述 学校体操要義〕	〔大谷武一・体育選集Ⅱ〕	〔生命体操の実際〕

三橋喜久雄の体操観と、わが国の学校体操に及ぼした影響（その1）

倒立及び転回運動についての教材比較

改 正 要 目	生 命 体 操
1) 前方転回（マット） 2) 背部支持前方転回（跳箱） 3) 後方転回（マット） 4) 腕立側転（マット） 5) 腕立前方転回（跳箱，横木，バック） 6) 脚支持倒立（肋木，壁） 7) 倒立（地床，跳箱） 8) 倒立側下（跳箱，横木） 9) 倒立転回（跳箱，横木，バック） 10) 倒立正面下（跳箱，横木，バック）	1) 逆懸垂倒立（肋木） 2) 足支持臂立伏臥倒立（肋木，腰掛） 3) 腹部支持倒立（肋木，横木） 4) 足支持倒立（肋木，帮助） 5) 倒立 6) 帮助肩支持倒立（二人組） 7) 臂及頭支持倒立 8) 倒立転回（跳箱，鞍馬） 9) 倒立中抜き（跳箱，鞍馬） 10) 倒立側向下（跳箱，鞍馬） 11) 前方転回 12) 跳上り前方転回 13) 後方転回 14) 後方転回倒立 15) 臂立前方転回一跳箱 16) 臂立頭支持前方転回 17) 水平跳前方転回（マット） 18) 倒立及び前方転回 19) 臂立前方転回及跳上腕立前方転回（跳箱，マット） 20) 臂立仰向跳及跳上臂立前方転回（跳箱，マット） 21) 臂立側転 22) 臂立側転跳（跳箱）
〔大谷武一・体操選集Ⅱ〕	〔生命体操の実際〕

上を発表し，すでに実践したと考えられる。

その具体例として，今回は構成内容の中から，背の運動及び，改正要目より新しく取挙げられた倒立及び転回について，教材を比較したものが上記の二表である。

表に挙げられた教材内容をみても，三橋の体操（以下，生命体操と記す）は，旧要目及び改正要目に見られない教材の結合，複合的運動が多く取入れられていることである。

即ち，これまでの形式的・画一的方法，内容の打破を狙った新しい体操の動きが随所に取入れられている点である。その一例を先に比較した背の運動について解説すれば，改正要目⑧に示されている体前倒腕上伸に対して，生命体操⑧では，体前倒振動臂前後上後振と，運動が結合，複合されていることがわかる。形式的，画一的な動きでなく，流動的・リズムカルな要素が含まれている。その他の具体的教材全般を見ても随所に振動形式の運動が比較的多く取入れられ，バラエティに富んでいる。（背の運動教材の数についても，改正要目13種類に対して生命体操26種類と多い。）

また倒立及び転回運動について比較してみても，改正要目⑨の腕立前方転回が，生命体操⑨

三橋喜久雄の体操観と、わが国の学校体操に及ぼした影響（その1）

では臂立前方転回及び跳上前方転回、もしくは跳上前転と結合、複合的に発展させている点である。（倒立及び転回について、改正要目10種類に対して、生命体操26種類と多い。）

この当時、三橋の体操研究による実践例から、根底となっている動きを分析すれば、一単位の練習において、常に身体各部の運動を網羅し、一部の運動、一能力の練習に偏さないように、部分的な運動と結合、複合した総合的な運動との関連、緊張と解緊の配分など、運動の性質及び質と量を常に対象的に考慮して、一つの運動が他の運動と結びついて動的発展するように組立てられている点で、教材そのものの工夫考案が生かされ、改正要目以上の教材がすでに指導の中に入入れられ、三橋自身の過去における研究実践が如何に進歩していたかがわかる。

三橋自身の自叙伝でもある、「私の歩んだ道」の一節に次のような記事が載っている。「臂を軟かく振動するとか、軀幹をリズムに従って軟かく大きく屈伸捻転するようなことは、からだ
が飴のような、グニャグニャになるから行なってはならない、とか、坐状や臥状での体操は断じて行なってはならぬ、又転回運動は禁止すべきである、とか、今から考えると信ずることのできない禁止的弾圧をしたものであり（中略）……この要目に反する教師は左遷転任を受けたものが多く、まことに官僚的横暴を極めた。」と述べているように、当時、画一的旧態然とした運動に終始したことがわかる。

これらのことと関連して、問題として挙げれば、改正要目の性格的位置づけであるとおもわれる。

旧要目は、「教授上の参考にして」の性格をもっていたのに対して、改正要目は、「本改正要目に準拠して」と強制的表現で示されていることである。

即ち、この準拠という意味に問題があり、改正要目に示されていない教材は教授することができないということである。

三橋の批判にみられる退歩の意味は、以上のことを指していると思われる。

しかしながら、当時の文部省が、改正要目の普及発展のため、全国体育主事を通じて、その徹底を計ったのは当然であろう。

三橋は、改正要目制定後二年間静観し沈黙の時を過ごしたと述べているが、彼はこの二年間、官僚的権力を打破しなければ日本の体操界は衰退の一途をたどるのではないかと常々思い考え、それを解決する手段は、三橋がこれまで培ってきた研究と実践を益々発展させることであり、それを実現するためには、名は私立であっても「体育研究所」の創設が急務であるということと、三橋自身が帰国後念願としていた当時最も進歩的・革新的体操界のリーダー的存在である、デンマーク、ニルス・ブック（Niels Bukh）の招聘を実現させることであると考え、積極的行動をおこしている。

三橋喜久雄の体操観と、わが国の学校体操に及ぼした影響（その1）

- 注 (4) 三橋喜久雄「ニルス・ブック氏来朝と我が国の学校体操」『新体育』1931, 11月号, 15頁。
(5) 浅井浅一・大段員美共著『体操概論』昭和31年, 体育の科学社, 36頁。
(6) 山西長太郎「鳥取大学学芸学部研究報告書」『教育科学』第2巻第2号抜刷, 「時代的背景における徒手体操の立場」1960, 3頁。
(7) 『新修大辞典』727頁。
(8) 前掲(7)書, 1568頁。
(9) 前掲(8)書, 727頁。
(10) ※ダルクローズ (Emile Jacques Dalcroze)。音楽的, リズム的経過を身体運動に置きかえる方法を追求, その結果導き出されたものが彼のいう「リズム体操」である。
※ ボーデ (Rudolph Bode)。ダルクローズの高弟。
※ ラバン・ルドルフ (Rudolph von Laban, 1879~1958)。ドイツ, モダンダンスの先駆者。
※ メンゼンディーク (Bess M. Mensendieck, 1864~1959)。ドイツ系アメリカ人。「近代体操運動」を提唱した。主著『婦人の身体文化』。彼女は女性の健康の保持増進をめざす体操と身体および運動の美しさを追求する体系化に努めた。
(11) 前掲(4)書, 11頁。
(12) 三橋喜久雄「瑞典体操と丁抹体操の比較研究」『学校体育』1931, 7月号, 108頁。
(13) 「生命論」機械論的生命観, 活力論的生命観, 発生論的生命観。
(14) 前掲(12)書, 2月号~8月号。
(15) 三橋喜久雄「ブック氏の体操と我が国の体操」『学校体育』, 1931, 9月号, 125頁, 及び前掲(4)書, 6頁。
(16) 三橋喜久雄著『体育即生活論』広文堂, 大正14年刊。
(17) 三橋喜久雄・三橋義雄共著『生命体操の実際』三橋体育研究所刊, 昭和10年。
(18) 前掲(15)書, 16頁。
(19) 石橋・佐藤共著『日本の体操』昭和41年, 414頁。
(20) 前掲(19)書, 419頁。
(21) (22) 前掲(20)書, 414~419頁, 及び永井道明述『学校体操要義』大日本図書, 大正12年, 三橋喜久雄・三橋義雄共著『生命体操の実際』。
(23) 『三橋喜久雄先生の喜寿祝賀』1966.2, 15頁。

3. 要目改正後から, ニルス・ブック来朝前後 の三橋喜久雄の動向

要目改正後, 文部省は, 全国組織を挙げて普及講習会を開き, 要目以外の教授は一切まかりならぬといった強行姿勢で臨み, 各府県の体育主事もこれに則り, 要目以外のものを少しでも行えば, あたかも異端者扱いにされ, 職権をもって圧迫されるといった有様であった。この対策を如何にすべきか, について, 三橋義雄(三橋の弟)は次のごとく述べている。改正要目が制定せられた以上, 「要目の制定された精神を尊重し, これを徹底させるためにこそ要目の欠点を補はなければならない。唯徒らに定められたことを定められたこととして盲目的に実行するのが要目に忠実とはならない。要目を生かして行うことこそ, 指導者の使命であり任務である。」と。

²⁴⁾

このような意味において, 「以前から培ってきた研究に研究を重ね, 他方世界の趨勢に鑑み,

三橋喜久雄の体操観と、わが国の学校体操に及ぼした影響（その1）

常に進歩的態度をもってあらゆる方面から体操の内容を採り入れ、体操の既成概念を打破して邁進するのみである。」と述べている。

丁度、改正要目公布前から念願であった体育研究所の創立構想が実現され、昭和5年3月開所し、三橋は所長としての研究実践の場を確保している。

三橋は、体育研究所創立に際し次のように述べている。

「凡ての体育的運動が体操にその基礎を求めなければならないことを考えた時、何を置いても体操の研究に第一に着手しなければならぬ。今われ等30余名（研究所所員）の同志は、わが研究所において日夜の別なく、研究を積み重ねている。その結果や成績がどの位社会国家に影響を与えるかはわからないが、何故かこの研究はわれらに授けられたものとして全力を挙げずにはいられない。」

以下、体育研究所の概要を挙げれば、

所長、副所長以下、訓練部、研究部、指導部、宣揚部、経理部、女子部の各部を置き、部長、部員を擁している。

所員のうち独身者は概ね同所において所長を中心に起居寢食を共にし、塾生活、妻帯者は主としてその周辺に居を構えている。

総面積約5,000坪の花生、農園、栗櫟林の中に体育館、本館、講堂、研究室及び生活修練場、屋外体育場等の設備があり、ここでは起居、掃除、整頓、食事、浄身、就寝等すべて求道的実践である。

研究部では、日本体操の研究と確立、生活全体の体育実践的統一と積極的創造に向い、研究修練が行われ、これは実際的研究と理論的研究に分れ、それぞれ共同と自由の研究を行う。

道場での日課は午前が実地、午後が研究となっているが、妻帯者は火、木、土を研究練習日にあて、第二土曜日午前中を研究日としている。

また研究発表会として毎月第二日曜日を所内発表会とし、講習会は夏季、冬季各5日間、一般体育指導者、学校教員を受講者として行い、尚年一回日比谷公会堂において公開体操研究発表会を開催する。

指導部は、対外的指導にあたり、訓練部は所員の生活全般の訓練にあたる。

研究所の中核は、研究、指導、訓練の3部である。

体育研究所の機構も確立し、開所直後、夏季、冬季の講習会を盛会に終え、昭和6年4月に日比谷公会堂において第1回研究発表会を開催、念願であったニルス・ブック一行を9月に迎えている。

ニルス・ブック招聘について中心となったのは三橋と成城、玉川学園の小原国芳である。

彼を招聘するに至った経緯は大要次のとおりである。

三橋喜久雄の体操観と、わが国の学校体操に及ぼした影響（その1）

小原は「かねて主張している全人教育という立場から体育を重んじ、これに共鳴して賛成し、実行に移らんと決心したものだ。」と述べている。²⁸

これらのことから小原の要請もあり、三橋は早速ニルス・ブックに招聘状を送り、それに対する返書として昭和3年の9月か10月に一行11名で訪問するとの快諾を得ているが、残念ながら文部省当局はこれを阻止し、3年後の昭和6年9月阻止しきれなくなってようやく一行の訪日が実現したのであるが、これについて阻止した原因を推察すれば、次のようなことが考えられる。

この当時、改正要目制定直後でもあり、文部省は改正要目の普及定着を全国的に推進していた矢先に、要目体操から外れる革新的ニルス・ブックの体操を阻止し、できるだけ延期する策に出たのではなかろうか。

「学校体育」9月号特輯号（1931）に大谷武一は、ニルス・ブック来朝について、次の一文を載せている。

「我が国でも、ブックさんの体育法に興味をもち、ブックさん礼讃者の多いことは決して他国に比して遜色ないと信ずるものであります。同時に又それに対する熱心さは別として理解の程度に随分差のあることを看取なされることと思います。よその国々ではブックさんの体操の精神を理解した上で、その実際に接せんとするのでありますが、我が国のそれはその根本精神を全くはき違えた過った認識の上に立った興味か、然らずんば新しいもの見たさの好奇心に起因するものであることを看取されることと思います」²⁹

（筆者注。ブック体操の根本精神とは、青年体操、国民体操、或いは農民体操として、デンマーク青年の身体に基礎的改善を与える目的をもって創案されたものであり、学校体操に取入れることが果して意味があるのか、という考え方と矛盾するので、訪日阻止の根拠にしたとしか考えられない。）

そこで文部省は、ニルス・ブック一行の招聘にあたって、社会体操の推進ということを条件として後援している。

ニルス・ブック一行の訪日後直ちに、日比谷公会堂、玉川、成城学園で実演会を開催し、成城においては、ブック体操と三橋体育研究所員とが同一時、同一場所において交互に実演を通じてそれぞれの体操を公開している。

〔ブック体操実演後の評〕

「即ち、ブックの流れるような美しい体操は、明治以来の形式体操にならされてきた日本人の体操に対する考えかたを一変させた。」³⁰

又、山西は次のように述べている。

「欧州における新体操の代表的体操である丁抹ニルス・ブックの体操と、生命体操が基本的理念においても、運動構成並に形式の面からも極めて近い関係にあったことと、両者それぞれが他に優位す

三橋喜久雄の体操観と、わが国の学校体操に及ぼした影響（その1）

る特質を内具していたことを意味する。両国の代表的、指導的な立場にある新しい体操が、寸時の相互披瀝にもかかわらず、これが両国において一層充実し夫々の国家的背景に立って益々支配的な実効を培養する契機となることは特記してよい」
(31)

この後、ブック一行は日本各地の実演会と講演を終えているが、彼等の来朝によって多くの参考資料を提供したことは、当時のわが国学校体操界は勿論のこと、社会体育における体操の位置づけを明確に把握できたとおもわれるし、体育関係雑誌、翻訳書の出版、関連記事からうかがい知ることができる。
(32) (33)

ここで、ニルス・ブック体操と、三橋の主唱する生命体操が、基本的理念においても、運動構成並びに形式的面においても極めて近い関係にあるといわれているが、以下両者の特徴を挙げ比較検討を加えたい。

（1）体操構成について

ニルス・ブックの基本体操⁽³⁴⁾

- ① 柔軟性の養成
- ② 筋力の増強
- ③ 巧緻力の訓練
- ④ 律動的連続と合理的な連続

三橋の主唱する生命体操⁽³⁵⁾

- ① 柔軟可撓性を増す運動
- ② 強靱性、耐久性を増す運動
- ③ 軽快、敏捷、巧緻性を増す運動

体操構成については、両者ともほとんど変りはないとみてよいが、生命体操においては敏捷性的要素と耐久性を増す点で若干の相違があると思われる。

（2）運動方法としての分類及び種類

ニルス・ブックの基本体操⁽³⁶⁾

- | | |
|------------|------|
| ① 秩序運動 | |
| ② 下肢の運動 | 48種類 |
| ③ 上肢の運動 | 27種類 |
| ④ 頸の運動 | 8種類 |
| ⑤ 体側の運動 | 14種類 |
| ⑥ 腰部の運動 | 6種類 |
| ⑦ 腹部の運動 | 13種類 |
| ⑧ 背部の運動 | 21種類 |
| ⑨ 行進及び走 | 11種類 |
| ⑩ 跳躍及び巧緻運動 | 30種類 |

三橋の主唱する生命体操⁽³⁷⁾

- | | |
|-----------|-------|
| ① 下肢の運動 | 36種類 |
| ② 上肢の運動 | 51種類 |
| ③ 頸の運動 | 11種類 |
| ④ 胸の運動 | 21種類 |
| ⑤ 腹の運動 | 20種類 |
| ⑥ 背の運動 | 26種類 |
| ⑦ 軀幹側方運動 | 29種類 |
| ⑧ 四肢の運動 | 65種類 |
| ⑨ 四肢軀幹の運動 | 34種類 |
| ⑩ 懸垂・倒立運動 | 49種類 |
| ⑪ 平均運動 | 33種類 |
| ⑫ 行進・駢歩運動 | 8～7種類 |
| ⑬ 跳躍・転回運動 | 70種類 |
| ⑭ 呼吸運動 | 9種類 |

以上が、両者の体操分類及び種類である。

三橋喜久雄の体操観と、わが国の学校体操に及ぼした影響（その１）

これを比較すれば、ニルス・ブックの体操には、胸の運動、懸垂運動、平均運動が項目としてあげられていないが、これらは他の運動と併合されている。

即ち人間の身体を総合的、有機的統一体として運動を認識している関係から、胸の運動は背部と上肢の運動に、懸垂運動は上肢の運動に、平均運動は各運動の巧緻的な部分の中に認めようとしている。

それに対して、生命体操は、運動部位を細分化して運動種類も豊富であり、特に四肢の運動、四肢軀幹の運動のごとく、他にない分野まで動きの追求をし、それが結合し、複合している点が特徴と思われる。これは三橋をはじめとして研究実践による運用、変化、適用自在であることから、根底はスウェーデン、デンマーク体操から発展した三橋及び体育研究所員の研究成果であるといえよう。

これを具体的に示せば下表のごとくである。これは、これまで取上げてきた旧要目、改正要目及びニルス・ブック基本体操、生命体操、おのおのの胸の運動（ブック体操は上肢と背の運動に含めている）について教材を比較したものである。

旧 要 目	改正要目	ブ ッ ク 体 操	生 命 体 操
① 上体後屈 ② 肋木支持上体 ③ 後屈拳踵	① 胸後屈 ② 掌外反胸後屈 ③ 体支持胸後屈 ④ 体支持胸後屈拳踵 ⑤ 臂支持胸後屈 ⑥ 臂支持胸後屈拳踵	◎ 胸の運動は上肢及び背の運動に含まれる。 ① 開脚体反転直立腕支持上下振（二人組） ② 長坐両臂回旋（二人組） ③ 臂支持屈膝仰臥胸拳上 ④ 臂肋木支持膝立背部伸展 ⑤ 足支持伸膝坐背部伸展 ⑥ 背面懸垂肩支持背部伸展 ⑦ 背面懸垂足支持背部伸展 ⑧ 臂支持肋木屈膝坐背部伸展 ⑨ 伏臥足支持胸後屈 ⑩ 懸垂体支持振動胸後屈（横木） ⑪ 掌外反胸後屈 ⑫ 伏臥胸後屈 ⑬ 仰臥拳股脚支持胸後拳 ⑭ 臂肋木支持仰臥胸後屈 ⑮ 背面屈曲懸垂胸後屈	① 直立胸後屈 ② 掌外反胸後屈 ③ 臂支持胸後屈 ④ 臂支持胸後屈拳踵 ⑤ 安坐胸後屈 ⑥ 腰掛胸後屈 ⑦ 開脚胸後屈 ⑧ 坐状体前下屈より胸後屈 ⑨ 膝立肋木面接胸後屈 ⑩ 臂側斜上振胸後屈 ⑪ 片膝立胸後屈 ⑫ 伏臥胸後屈 ⑬ 片膝掛胸後屈 ⑭ 臂支持幫助胸後屈 ⑮ 臂側斜上拳合胸後屈 ⑯ 臂助胸後屈 ⑰ 体前倒胸後屈 ⑱ 体捻転胸後屈 ⑲ 二人組連手捻転胸後屈 ⑳ 懸垂幫助胸後屈 ㉑ 伸膝臂立胸張振動
(注) ○番号は、肋木もしくは横木使用 □番号は、徒手もしくは二人組			

以上、胸の運動の具体的種類について比較して明らかなように、旧要目及び改正要目はすべて肋木もしくは横木使用が多くみられるのに対し、ブック体操では、15教材のうち肋木（横木も含む）使用8教材、徒手及び二人組教材が8種類、それに対して、生命体操では、21教材の

三橋喜久雄の体操観と、わが国の学校体操に及ぼした影響（その1）

うち肋木（横木も含む）使用6教材、徒手及び二人組教材が15種類と独自の教材が桁はずれに多く、三橋を中心とした研究所員の研究実践による成果の跡がみられる。

参考までに、旧要目、改正要目、ブック体操、生命体操それぞれの教材種類を比較すれば次のごとくである。

旧要目……94種類（ただし懸垂運動数未定）

改正要目……135 "

ブック体操…178 "

生命体操……436 "

これらの教材から比較しても、圧倒的に生命体操の種類は多く、三橋は、生命体操即日本体操であると豪語している点もうなずける。

ニルス・ブック来朝を契機にして、三橋の提唱する生命体操は、日本における学校体操に大きな影響を及ぼし、当時の形式的、画一的な改正要目体操も、次第に新しい体操を検討しなければならなかったのではなかろうか。

昭和5年以降、三橋及び三橋体育研究所の研究実践活動も活発になり、年1回の研究発表会、夏・冬季の講習会、全国県市の出張講習会、研究所機関誌として「真体育」を毎月発刊等、三橋の主唱している生命体操は益々脚光を浴び、研究所員の属する小・中学校或いは講習会参加者の学校で研究所の実験学校又は研究指定校として委嘱され、全国的に体育校として有名になった多くの学校がある。

一方、当時の国際状況（満洲事変勃発）から国家権力はますます拡大強化され、国内状況もやがて国家主義、軍国主義時代を迎えるにつれて、体力増強に対する認識も高まり、学校を問わず社会全体が体操実践体制に拍車をかけられた時代となったことは歴史的にも証明できる。

昭和10年を境として、我が国の政界、教育界、労働界、軍関係の枢要な立場の人々が相次いで研究所を訪問し、所員の実演を視察研究した事実が残っていることを附記しておく。

注 24 三橋義雄「進歩的なニルス・ブック氏の体操」『新体育』1931, 10月号, 21頁。

25 前掲24書, 22頁。

26 前掲25, 22頁。

27 大谷要三「三橋体育研究所訪問記」『体育日本』21巻10号, 44～47頁。

28 学校体育編集部「ニルス・ブック氏を招聘するまで」『学校体育』1931, 9月号, 212頁, 及び前掲4517頁。

29 前掲28書, 9月号特輯号。

30 前掲49書, 216頁。

31 前掲6書, 4頁。

32 『学校体育』, 『新体育』, その他。

33 『ニルス・ブック基本体操』, 『ニルス・ブック基本体操の真相』, 『ニルス・ブック基本体操の

三橋喜久雄の体操観と、わが国の学校体操に及ぼした影響（その1）

批判』、『デンマーク体操』。

(34) 新体育社著『ニールス・ブック基本体操の真相』昭和6年、伊藤書房。

(35) 前掲(17)書。

(36) 前掲(34)書。

(37) 前掲(17)書。

4. む す び

大正2年学校体操教授要目が制定公布され、大正15年には改正学校体操教授要目として公布されている。

その間における三橋喜久雄が及ぼした影響と彼の体操観について考察したが、それは一貫して理論の探究と実践、実践から理論体系を構築したといっていよい。

即ち、三橋は、スウェーデン体操の徹底研究によってその実績を永井に認められたことが発端であり、東京高等師範学校助教授として永井のよき助力者でもあり、体操の理論と実践研究に没頭できたこと、この期に彼の体操観樹立の道が拓かれたと考えられる。

それは、要目体操（スウェーデン体操を骨子とした）は人間の身体の解剖・生理学的立場に立って構成されているにもかかわらず、部位的、局部的な面が強調されすぎて、全体の調和に欠けていることを指摘し、九州大学医学部桜井博士の「合理的体操学」の研究と相俟って、三橋の求めようと考えた体操体系を確立することができたと思われる。

彼の主唱する「生命体操」も、解剖・生理学を常に根幹として、「統一体としての人間、その生きた人間の健康、活動を絶えず問いながら、身体の凡ゆる部分を一全体として調和統一させることが真の体操でなければならない。」ことを強調していることである。

このことは、彼の留学中の研究活動の根幹でもあり、一段と重厚さを加え、自信に満ちあふれて帰国したが、帰国後の日本体操界は留学前の様相と一変していたことである。

改正要目制定後雖伏2年、その間に念願であった体育研究所の設立、更にニールス・ブック招聘が三橋の最大事業であり、彼はその実現に打ちこんだのであった。

やがてこれが実現に成功し、それを契機として、わが国の学校体操は勿論のこと、社会体育面においても新生面が拓かれ、その後体操界は幾多の変遷過程を経ているが、三橋の体操（生命体操）は、わが国の体操発展の基礎を形づくったものとして高く評価できる。

(59.6.30.)