

## 大韓民国の伝統文化「医食同源」に触れる（2010年12月）

column7

北陸大学未来創造学部教授  
長谷川孝徳

大韓民国の南西部（朝鮮半島南西部）に位置する全羅北道の道庁所在地全州市は、三国時代の後百済の都として栄えた古都である。「食は全州にあり」という言葉があるように、韓国の食文化を研究するためには何度も足を運ばなければならない地である。

その全州には韓国の伝統文化を保存する地区が設けられている。日本の重要伝統的建造物群保存地区のようなものであるが、「全州韓屋村（マウル）」がそれである。ここには800棟を越す伝統韓国式家屋（韓屋）をはじめ、全州伝統文化センター全州韓屋生活体験館、全州伝統酒博物館、全州伝統韓紙院、全州工芸品展示館などのほか、周辺には慶基殿、豊南門、悟木台郷校などの文化史跡があるなど、歴史と文化に包まれた国内最大の韓屋密集地域である。

かつて国立全州博物館に勤務していた時の下宿のご主人は、全州基督教病院の漢方医師であった。風邪をひき、熱が出た時に作っていただいたものは、人参、蜂蜜、にんにく、レモン、ナツメなどが入った薬茶であった。その晩、大量の汗をかき、着替えを何度かして、朝には熱も下がりすっかり良くなっていた。また、奥さんは結婚式料理の先生ということで、伝統的な料理を作っていた。ナツメ、クコの実などが入った漢方菓子などもあり、「医食同源」を体感したものである。

その漢方に関わる全州漢方文化センターが全州韓屋村にある。センターには漢方文化館と東医四象館があり、前者は韓国唯一の漢方医学博物館である。漢方薬学とそれに関する内容を韓国伝統の生活文化とともに展示している。また、韓医学原理などを学び、漢方薬製造を体験するプログラムや健康年齢測定など、漢方医学的診断体験を通して、自分の健康を確認することもできるなど、楽しく学び体験することができる施設である。一方、後者は哀しみ、怒り、喜び、楽しさの感情の変化が肺・脾・肝・腎など臓器に影響する個々の体質を明らかにした四象体質に基づく体質別処方体験施設である。

韓国でよく耳にした言葉は「体に良いとされる食べ物が、全ての人の体質に合うか」というものであった。自分の体質を正確に見分け、それにあった食事を心がける事で健康な毎日を過ごすことができるというのである。しかし、下宿のご主人は、「最も重要なことは、適度な運動とストレスをためない人間関係、よく笑ってすごせる環境にいる事が大切ですよ」とにこやかに語ってくれた。



韓国の伝統的結婚式料理（筆者撮影）