

# 古代ローマ人の入浴と香油

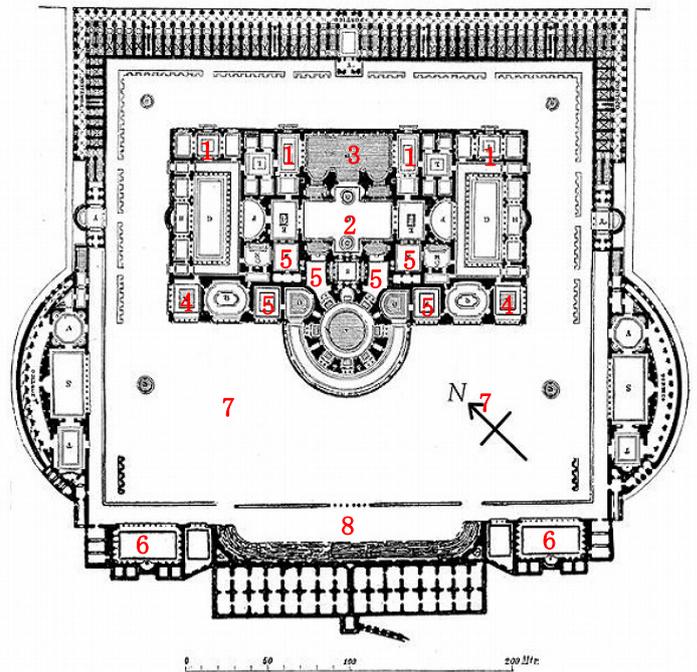
右京裕子 会員

## 古代ローマの公衆浴場

四大文明の発祥の地は大河の近くで生まれ、その恵みの多くは水や泉から得てきた。世界を構成する基本の四大元素、火、空気、水、土の中でも水は古代から不思議な特別なものとして扱われ、ギリシアの哲学者ミレトス学派のタレスは、万物の根源は水であるとみなした。古代から人々は澄んだ水は身体や魂のけがれを清め、癒すものとして、飲料や沐浴に利用して、その治癒効果を実感し伝えてきた。

古代ギリシアにおいて、治療の神アスクレピオスを祀る神殿は医療の場でもあり、精神療法、物理的医学療法、食餌療法、そして水療法を行う施設が備えられていた。古代ギリシアにおいては二つのタイプの風呂が見られる。まずバラネイオンとよばれるものは、浴槽のある個人用風呂で、椅子のように腰かけて温かい湯を掛けてもらう女性用のものだ。男性用の施設としてギュムナシオンがあった。18歳以上の男性が肉体を鍛える訓練の場所で、体育や道德教育の施設でもあった。競技場や水泳用プールを備え、その周りには着替え部屋、上部から水を浴びる水浴の部屋、香油を塗る部屋などがあり、当時は非常に高価だった香油を塗ることで理想的な肉体美を鑑賞していたとされる。さらに討論のための部屋、講義室、図書室などからなっていた。これらの習慣は次の時代へと受け継がれていく。

紀元前753年に建国されたローマは、その後、王政、共和制を経て、紀元前27年にローマ軍による帝政が始まった。ローマ帝国は強大な軍事力、



【ローマのカラカラ大浴場の図面】

1. 玄関ホール 2. 談話室 3. プール付き冷水浴場
  4. 室内ドーム温湯室 5. 蒸し風呂 6. 体育館 7. 遊戯場
  8. 水道のある貯水槽、上部周辺には個室浴場
- (シュライヤーのデインケルによる、1909年)

広大な領土をたくさんの属州に分割して支配する統治体制の確立、各地に植民市を建設することで都市文明の繁栄、道路、港湾施設や上下水道の整備によって史上最強の帝国を確立した。もっとも繁栄したのは1世紀後半から2世紀にかけての5賢帝の時代で総合娯楽施設としての公衆浴場はローマの都市にとって欠かせない存在となっていた。

古代ローマの浴場はギリシアの影響を受けて発達しバルネアとテルマエの2種類があった。バルネアは紀元前5世紀から前1世紀の間にギリシアのバネライオンの形やギュムナシオンの競技場や水浴場の痕跡が消えて、油や飲食品を売る店が増え、床暖房や壁暖房が始まり、個人用の浴槽から共用の浴槽が生まれ、ローマ風のバルネアとして

完成されていった。それが紀元前1世紀末には大型化した浴場テルマエとして発展する。最盛期には帝国中に約1000もの公衆浴場ができた。そのためには都市の水道管の完備が必要で、各地に水を供給するための水道橋が建設され、今でも多くのものが使われている。また浴場の建設など当時の建築の技術的水準の高さは驚嘆すべきものがある。有名なローマのカラカラ大浴場には1600の席があり、一度に2300人が入浴できたという。

古代ローマの人々にとって入浴は大切な日課で、美容の重要な部分でもあった。裕福な人は複数人の奴隷を伴い、一日の数時間をそこで過ごした。料金を払った後は裸になり熱い床から足を守るために木製のサンダルだけをはいた。最初に塗油室に入り大きな壺から油をとって全身に塗る。それから別の部屋で体に砂や粉をつけランニング、レスリング、などの運動をした。その後で、カルダリウム（高温浴室）、テピダリウム（微温浴室）、フリギダリウム（冷温浴室）の3種の浴室をつかった。基本的には冷温—微温—高温—微温—冷温の順に入り、徐々に温め徐々に冷していった。香油の容器や洗うための垢すり器（ストリジル）を



#### 【古代ローマの入浴道具】

道具をつるして持ち歩くためのリングに、香油入れと2本の垢すり器（肌をこすって、汗、垢、油をぬぐい取る道具）が、ひとまとめになっている。

もって冷温浴室に入り、次に微温浴室に入って体を洗ったり油をつけたりする。そして約50度の高温浴室に入る。そこには40度の浴槽も備えてあり、湿度は80%ほどもあった。大理石のベンチに腰を掛け、銀や青銅や象牙でできた肌かきを使って自分で体を擦るか、奴隷に擦らせた。その後、微温浴室に戻り、また油をつけその後、冷温浴室で体をさました。入浴を終えると全身に軽く油を塗り、希望によりムダ毛を抜いてもらうこともできた。体に香りをつけてもらいたい者はもう一度、塗油室へ行って香油を塗ってもらった。入浴後に油をつける習慣は日本人にはなじみがないが、乾燥地では必須のことであった。高価な石けんの代わりに油を塗って垢を落とし、仕上げの油で乾燥や太陽光、寒さからも肌を守った。裕福な人々は高価な香油を使うことができた。油は一般的にはこの地方特産のオリーブ油が主であったが、未成熟のもの、野生のものなどオリーブ油にも様々な種類があった。その他に考えられる油には、ヒマシ油、ゴマ油、アーモンド油、クルミ油、ギンバイカ油、ゲッケイジュ油、乳香樹油などがあり、香油の基剤としても利用された。

公衆浴場は社会生活の重要な一部で公共の施設として誰もが利用でき、入浴の他、飲食、運動、読書、哲学的議論などができる場所でもあった。歴代の皇帝らは自らの名声を高めるために公衆浴場を築き、裕福な市民は名誉を得るために丸1日貸し切りにして一般に公開することも行われた。

西ローマ帝国滅亡後は設備や維持費、人手のかかる公共浴場は徐々に消え去っていった。またキリスト教の普及により、男女が集い裸になる公衆浴場は不道德なものとして禁止され、洗礼のための儀式や清潔を保つものとして教会や修道院に入浴施設が備えられていった。

## 『ディオスコリデスの薬物誌』に見る香油・香膏類

ペダニウス・ディオスコリデス（AD40-90）によって著されたこの書物は西洋医学・薬学の書『マテリア・メディカ』として、ヨーロッパ世界において近世まで君臨してきた。彼の生涯についての詳細は明らかではないが、紀元1世紀頃の皇帝ネロとウェスパシアヌスの時代と重なり、ローマ軍の軍医として地中海東部を中心に活躍していた。そこには、その地方で使われていた植物薬600、鉱物薬90、動物薬35ほどの情報が集められている。分類記載の方法は人体への影響や効能によるもので、その第1巻が、芳香類、油類、香油・香膏類などだ。

香油・香膏類には25の項目の記載がある。現在の香油・香水の製法は、蒸留によって花や葉、樹脂などの精油を作ることが基本であるが、この方法は後の時代に発達したものだ。古代エジプトから引き継がれた古代ギリシア・ローマにおいての香油の製法は3種類だったとされる。第1の方法は、花や種子などを直接搾汁する方法で、初期の段階ではよく用いられた方法だ。第2の方法は、獣脂の上に香の良い花をのせて、花を何度も新しいものと取り換えて徐々に香りをしみ込ませていくアンフルラージュ法とよばれるものだ。第3の方法は、花や葉などを65℃くらいに熱した油の中に入れて香りを吸収させる方法でマセラシオン（浸出法）とよばれる。この書物の中で解説される香油調製法のほとんどが第3の方法によるものだ。

バラ香油の調製法を見てみると、匂い茅を煮詰めて濾したところへ油を入れ、乾燥したバラの花弁を加え、ハチミツを塗った手でかき混ぜて軽く搾ることを繰り返す。一晩おいて圧搾し、ハチミツを塗った容器に入れる。これが1番油で、濾し

とったバラを小桶に入れて、濃化油を加えて再び濾すと2番油ができる。これを繰り返して4番油まで得られる。別の方法はアンフルラージュ法で、バラの花びらの白い部分を切り落とし乾燥させる。そこに油を注ぎ、8日ごとにバラを新しいものと取り換えて40日間、日に干す。出来上がった香油を保存するというものだ。

他にはマルメロ香油、コロハ（フェヌグリーク）香油、マヨナラ香油、メボウキ香油、ニガヨモギ香油、イノンド香油、ユリ香油、スイセン香油、シコウカ（ヘンナ）香油、イリス香油などの記載がある。

ディオスコリデスの処方を読み解いていくと、古代ローマの人々が植物をどのように利用し、関わりあってきたかが垣間見えてくる。

## 参考文献

- 1) ウラディミール・クリチュク『世界温泉文化史』国文社 1994
- 2) R. コーソン『メイクアップの歴史 西洋化粧品文化の流れ』ポーラ文化研究所 1999
- 3) 塚田孝雄『シザーの晩餐』時事通信社 1991
- 4) 大槻真一郎・大塚恭男編集責任『ディオスコリデスの薬物誌』エンタプライズ 1983
- 5) 大槻真一郎編集責任『プリニウス博物誌 植物薬剤篇』八坂書房 1994

右京裕子 プロフィール：

ハーブ研究家

NHK 学園専任講師

英国園芸療法協会指導員

国際香りと文化の会会員