

哲学する本棚「健康？」ブックリスト

病気と健康を哲学する

頭だけでものを考えているように見える哲学者にだって体があるし、病気にもなる。昔も、今も哲学者たちは健康や病気について考えてきた。

- | | | |
|---|---|--|
| 1 | 急に具合が悪くなる
宮野真生子、磯野真穂
晶文社 | 急に重い病気になった哲学研究者・宮野真生子が病の中で考え抜く。彼女が研究していた哲学者、九鬼周造のキーワードは「偶然」である。健康でもあり得た「にもかかわらず」たまたまがんになった。リスクと効果、様々な確率が飛び交う現代医療の現場で彼女はなにを考えたのか。 |
| 2 | 悲鳴をあげる身体
鷺田清一
PHP研究所 | ひとはく食>やく性>など「自然」の欲求を持つが、その「自然」を傷つけることなしには、自分の存在を確認しにくくなっている。身体はいま、健康とか清潔、衛生、強壮、快感といった観念に憑かれ、いろんなところで悲鳴をあげている。 |
| 3 | 哲学のおやつ 生きる と死ぬ
著/ブリジット・ラベ
ミシェル・ピュエシュ
訳/高橋 啓
NHK出版 | 生きているってどういうことだろうか。本当はどんな命にもそれなりに価値はある。けれども、蚊を叩き潰すと褒められ、犬を蹴り殺すと非難される。 |
| 4 | 人体ジェットコースター
作/中垣ゆたか
監修/奈良信雄
ポプラ社 | 読みながら内臓を意識する、不思議な絵本。猛スピードでかけめぐる体内ジェットコースター！ |
| 5 | 死にいたる病
著/セーレン・キルケゴール
訳/榎田啓三郎
筑摩書房 | 「死にいたる病」と呼ばれているのは「絶望」のことである。西田も影響を受けた実存主義の思想家キルケゴールが書いた哲学書。 |
| 6 | 生きにくい…… 私には哲学病。
中島義道
角川書店 | 「哲学病」とは、普通の人々が疑問を持たないようなどうでもよいことに「なぜなげ」と気になってしまう病気のこと。この病気が進行すると、世の中の人のようにいい加減な言葉のやり取りができなくなってしまう。まことに、生きにくい。 |
| 7 | 病む、生きる、身体の歴史 近代病理学の哲学
田中祐理子
青土社 | 顕微鏡の発明や、ハーヴィによる血液循環説の提唱など。今日私たちが当たり前だと思っている近代医学のありようは歴史的に形成されてきた。その中で、人々は身体や病をどのように考えてきたのだろうか。 |
| 8 | 哲学と医療
講座 人間と医療を考える 1
編著/中川米造
弘文堂 | 医療には哲学は不要と思われるかも知れない。けれども医療をめぐっては哲学的に考えなければならない多くの問題がある。医学に関する考え方が歴史的に変わってきていること。ケアや医療、健康とは何か。人間をどのようにイメージするか。痛みとは何か。 |

頭の中はコロナでいっぱい

この3年間、新型コロナウイルス感染症をめぐって人々は考え続けた。感染拡大が始まった時、最初の波の中、あるいは、多くの波を潜り抜ける中で何を考えたのか？

- | | | |
|----|---|---|
| 9 | くる日もくる日もコロナのマンガ
しりあがり寿
KADOKAWA | 2020年の新聞掲載四コマ漫画はコロナの話ばかり。マスク、テレワーク、自粛警察、専門家、Go To なんちゃら、密……。当時は物珍しかったニュースも、いまでは忘れられ、あるいはすっかり日常になっている。コロナのことばかり考えた一年を振り返る。 |
| 10 | 人体vsウイルス
NHKスペシャル「人体」取材班、
坂元志歩
医学書院 | 新型コロナウイルスが変異し新たな流行の波を引き起こすたびに、厄介なウイルスであることを思い知らされている。でも我々人類もやられっぱなしだったわけではない。科学者たちが協力し、急速に進んだ研究。ウイルスと人類の戦いの軌跡。 |
| 11 | COVID-19の倫理学
パンデミック以後の公衆衛生
児玉 聡
ナカニシヤ出版 | 人の移動の自由を侵害する隔離はどのようにして許されるのか。数少ない人工呼吸器をだれに配分すべきなのか。新型コロナが引き起こした倫理的な問題を考える。 |
| 12 | 緊急特集＝感染/パンデミック
—新型コロナウイルスから考える—
現代思想2020年5月号
ジョルジョ・アガンベン他
青土社 | 3月12日にWHOがパンデミックを宣言する。その前後から欧州で、さらにアメリカで犠牲者が急増し、日本でも感染が広がっていく。そんななかで組まれた2020年5月号の特集。イタリア、フランスの哲学者の論考も収録する。 |

13 私たちはどこにいるのか？ 政治としてのエピソード	著／ジョルジョ・アガンベン 訳／高桑和巳	青土社	「健康の名において／愛が廃止された／次いで健康が廃止されるだろう……」イタリアの哲学者アガンベンは、コロナについて最も早いタイミングに発言した哲学者である。彼は政治や公権力のありように対する違和感を語ったのだが、彼が発言を始めた2月末の直後、イタリアは感染爆発に見舞われる。
14 あまりに人間的なウイルス COVID-19の哲学	著／ジャン＝リュック・ナンシー 訳／伊藤潤一郎	勁草書房	アガンベンの議論に対して反論を行ったフランスの哲学者ナンシーがコロナに関して書いた論考をまとめた本。パンデミックが続く、2021年8月23日に亡くなる。
15 文学・哲学・感染症 私たちがコロナ禍で考えたこと	編／東京大学東アジア藝文書院	論創社	2020年の4月、8月、12月に東京大学を中心とした哲学・文学の研究者が行った、オンラインシンポジウムの記録。参加者の一人である張政遠氏自身、4月の時点では香港にいて、水際対策のためになかなか日本へ入れなかった。
16 たちどまって考える	ヤマザキマリ	中央公論新社	漫画家・文筆家のヤマザキマリはイタリアと日本を往復する生活を送っていた。イタリアに夫と家族が住んでいるからである。ところが、新型コロナウイルスのために家族のもとに行くことができず、日本で隔離生活を送ることになる。
17 コロナの時代の僕ら	著／パオロ・ジョルダノ 訳／飯田亮介	早川書房	大学で素粒子物理学を専攻した理系出身のイタリア人作家が2020年の2月末から3月頭に書き下ろしたエッセイを集めたもの。それはイタリアでの感染が爆発的に増加する直前の状況を伝えている。
18 みつ	timatima	金の星社	「密」をさけましょう」 三年前だったら(ひょっとして、10年もたてば再び)意味不明な標語だけれど、今なら、絵本しか読めない幼児だって、知っている。

それは感染しますか？

ペスト、結核……。新型コロナ以前から、人類は感染症に悩まされてきた。それは目に見えず、知らないうちに、人から人へうつって、流行する。

19 ペスト	著／カミュ 訳／三野博司	岩波書店	194 * 年、アルジェリアのオランという町にペストが発生し、町が封鎖される。この小説は疫病と隔離という不条理のなかで人間はどう行動すべきなのかを問うたが、新型コロナウイルスによって、そこで描かれたことが世界中で現実となり、日常になった。
20 病魔という悪の物語 チフスのメアリー	金森 修	筑摩書房	瞎い婦として働いていたメアリーは、腸チフスの健康保菌者であったために無自覚のうちに雇い主の家族など身近な人々を感染させてしまっていた。世間から「チフスのメアリー」と呼ばれ非難され、生涯を閉じるまで隔離施設で過ごすことを余儀なくされたある女性の物語。
21 ウイルスの意味論 生命の定義を超えた存在	山内一也	みすず書房	ウイルスは独力では増殖できず、無生物と同様の存在だが、ひとたび生物の細胞の中に侵入すると増殖する。ウイルスとは生きているのかいないのか？そもそも生きるとはどういうことなのか？
22 火定	澤田瞳子	PHP研究所	疫病の恐怖に混乱する人々、混乱に乗じて詐欺を働く者、民が苦しんでいるのに何もしない政治家、そして患者の治療と疫病収束のために奔走する医師たち。のちに「天平の疫病大流行」と呼ばれた、奈良時代の天然痘の大流行を描いた歴史小説。
23 文豪たちのスペイン風邪	解説／紅野謙介、金 貴粉	皓星社	今からおよそ100年前の日本では、スペイン風邪が流行。当時を生きた文豪たちはこの感染症とどう向き合っていたのか。読めば読むほど、なんだか今の私たちと似ているような……。文豪たちが書き残したスペイン風邪。
24 ペスト時代を生きたシェイクスピア その作品が現代に問うもの	川上重人	本の泉社	生涯の中で6度のペスト流行を経験したシェイクスピア。同時代の作家たちが疫病を題材した作品を残す一方で、彼は作品の中でペストを直接的に表現することはなかった。ありのままの人間を題材にした彼の作品が人々に問いかけるものとは。
25 世界史を変えた13の病	著／ジェニファー・ライト 訳／鈴木涼子	原書房	おそらく、新型コロナウイルス感染症の流行は、社会を変えた大きな出来事として歴史に残ることだろう。これまで、歴史に残る病はいくつもあった。治療法が見つからないこともあったし、ときには人間が誤った治療を施すこともあった。
26 伝染(うつ)るんです。1	吉田戦車	小学館	これは、感染症のマンガではない。 ただ、この笑い、伝染(うつ)るんです。

不健康でなにが悪い！

不健康であることに後ろめたさを感じるほどまでに、私たちは健康を追い求めている。私たちをかき立てる「健康」とはなんだろうか？

- | | |
|--|---|
| 27 健康という病
五木寛之 幻冬舎 | 「私の場合、目を覚ますとまず頭をよぎるのは、はたして昨夜、十分な睡眠がとれただろうか、という不安だ」自分は健康な睡眠がとれているのだろうか。健康情報の氾濫の中で、そんなふうに思い悩むことこそ、この国の人々がかかっている病なのではないだろうか。 |
| 28 他者と生きる リスク・病い・死をめぐる人類学
磯野真穂 集英社 | 予防医学は、まだ病気になっていない人に将来のリスクを想像させ、治療へと導く。健康を守ること、病気を予防することは大切だ。けれども、人の想像力に介入してリスクを管理する社会のありようはどこか不気味だ。 |
| 29 健康の本質
著／レナート・ノルデンフェルト 時空出版
監訳／石渡隆司、森下直貴 | 身体が生物学的に正常な機能を持つことを「健康」と呼ぶなら、感染症にかかって高熱に苦しむ人は健康だということになるかもしれない。発熱は生物学的に正常な機能なのだから。「健康」とはなんだろうか？ |
| 30 あんぱんまんとばいきんまん
やなせたかし フレーベル館 | 目玉がランラン、ばいきんま～ん♪
それゆけ ぼくらの～♪ ばいきんまん？

日本一有名な「ばい菌」が初登場した絵本。悪魔のようなしっぽは今も変わらないが、昔は、ハエのような羽がついていた。 |
| 31 タバコ吸ってもいいですか
編著／児玉 聡 信山社 | WHOの基準からすれば十分ではないかもしれないが、日本でも喫煙規制が行われ、多くの施設が全面的に禁煙となっている。こうした喫煙規制はく喫煙する自由を侵害していないのだろうか？倫理学者、法学者が喫煙規制について考える。 |
| 32 不健康は悪なのか—健康をモラル化する世界
編／ジョナサン・M・メツル みすず書房
アンナ・カークランド
訳／細澤 仁 他 | 「体に悪いよ」と言われると、「あなたは悪いことをしている」と言われているような気になる。「健康」そのものを批判したいわけじゃない。でも、どうして「健康」でいなければいけないんだろう。 |
| 33 健康的で清潔で、道徳的な秩序ある社会の
不自由さについて
熊代 亨 イースト・プレス | 「かつてないほど清潔で、健康で、不道徳の少ない秩序が実現したなかで、その清潔や健康や道徳に私たちは囚われるようになった。」ある精神科医が語る、この社会の違和感。 |
| 34 健康の神秘
人間存在の根源現象としての解釈学的考察
著／ハンス＝ゲオルク・ガダマー 法政大学出版局
訳／三浦國泰 | 健康な時、人は健康を意識することはない。この秘匿された健康の謎こそ、人間の根源現象だと解釈学者ガダマーが論じる。彼によれば、人間の健康は自然科学の対象とは違って、人間が技術的に作成できる人工物ではない。 |
| 35 医学の歴史
梶田 昭 講談社 | 古代から現代までの医学史。後に医聖とまで呼ばれる古代ギリシャの医師ヒポクラテスから、哲学者プラトン、アリストテレスやイエス、さらには、インドや中国、イスラム医学にも触れて、興味深い話題を豊富に含んでいる。 |

健康的なからだ？

健康なからだを求めて食事を控え、ダイエットをする人がある。理想的な肉体を求めてドーピングに手を出すアスリートもいる。「理想的なからだ」は健康なからだなのだろうか？

- | | |
|---|--|
| 36 ぜんぶ体型のせいにするのをやめてみた。
竹井夢子 大和書房 | 友達関係が上手くいかないのも、成績が伸びないのも、ショッピングに行っても似合う服がないのも、ぜんぶぜんぶ体型のせい。フォロワー12万人を超えるダイエット系インフルエンサーがダイエットに取り憑かれて、そこから抜け出すまでの記録。 |
| 37 ダイエット幻想 やせること、愛されること
磯野真穂 筑摩書房 | 「人は社会的にきちんとした「何か」として認められるためなら進んで健康を犠牲にします」
「やせ」が体に悪影響を及ぼすことがあるとわかっていても、「やせたい」と思う気持ちをなくすのは難しい。私たちはどうして「やせたい」と思うのだろう。何が私たちに「やせたい」と思わせるのだろう。 |
| 38 なぜふつうに食べられないのか
拒食と過食の文化人類学
磯野真穂 磯野真穂 | やせたら幸せになれるというのは、この社会ではある程度本当の話らしい。けれども、その幸せを願ったために、ふつうに食べられなくなることがある。文化人類学の視点から、拒食や過食を通して、食べて生きることについて考える。 |
| 39 食べることと出すこと
頭木弘樹 医学書院 | 人間の活動から必須ではないものを削ぎ落としたり、残るのは「食べること」と「出すこと」だろう。難病・潰瘍性大腸炎を患い、そんな人間の活動の根本でさえも当たり前ではなくなる経験をした著者が語る、自身に起こった日常や気持ちの変化。 |

- 40 みんなうんち
五味太郎 福音館書店
「いきものはたべるから みんなうんちをするんだね」
そんなあたりまえのうんちが、いかに有難いことか。
『食えることと出すこと』のあとに開くと…沁みる。
- 41 過剰診断 健康診断があなたを病気にする
著／H・ギルバート・ウェルチ 筑摩書房
リサ・M・シュワルツ
ステイーヴン・ウォロシン
訳／北澤京子
アメリカでは社会通念上「医者診断をすればするほど、特に早期診断をすればするほど、よりよい医療を提供していることになっている」と、自身も医者である著者は言う。でも、その診断、本当に必要なのだろうか？早すぎる診断がもたらす害について問う。
- 42 養生訓
貝原益軒 岩波書店
貝原は、人の命は我にあり、天にあらず、という。つまり、長生きしそうな健康な体で生まれ付いた人も、養生の術がなければ早死にする。ちょうど、ミカンをほっておけば年内に腐ってしまうが、涼しいところに隠しておけば夏まで持つように…。江戸時代の儒者の養生の術。
- 43 マンガで学ぶ生命倫理
著／児玉 聡 化学同人
マンガ／なつたか
「薬を用いて能力を高めることは許されるのか(エンハンスメント)」「生殖補助医療はどこまで使ってよいのか？」
高校生の日常から学ぶ生命倫理学のマンガ。
- 44 いのちを”つくって”もいいですか？
生命科学のジレンマを考える哲学講義
島 蘭 進 NHK出版
「身体を“改造”すれば幸せに？」
病気でもないのに整形をする。バスケット選手になるためにホルモン剤を投与して身長を伸ばす。治療を超えて、このような形で身体を強化することをエンハンスメントという。

幾多郎と病

幾多郎は75歳まで生きた。当時としては長生きだったけれども、常に健康だったわけではない。
スポーツのし過ぎで肋膜炎になり、読書のし過ぎで眼鏡をかけるようになる。健康のために禁煙を試みてもいる。

- 45 寸心日記
西田幾多郎 燈影舎
「午後学校にゆきテニスをなす帰宅後歯痛はげし」四高教授時代の幾多郎は、歯痛に悩まされていた…。幾多郎の日常を垣間見ることができる日記。それにしても幾多郎さん、「ナップ(昼寝)」が多くないですか！？」
- 46 むしばミュータンスのぼうけん
かこ さとし 童心社
そんなにしょっちゅう歯が痛いなんて、幾多郎は歯磨きをしていたんだろうか。
虫歯菌ミュータンスが子どもに優しく語りかける。作者かこさとしが大人に対する怒りをこめて、容赦なく描く虫歯絵本。
- 47 歯痛の文化史 古代エジプトからハリウッドまで
著／ジェイムズ・ウィンブラント 朝日新聞出版
訳／忠平美幸
歯痛に苦しんでいたのは幾多郎だけではありません。人類はずっと、痛い思いや理不尽な治療と戦ってきた。恐怖と嫌悪で語られる「歯治療の世界」を、患者の視点からエピソードたっぶりに綴った“笑える歯痛の世界史”。
「読むぶんには、ちっとも痛くないよ。」
- 48 指、痛くないですか？
それ、リウマチかもしれません！
専門医が教える正しい治し方
佐藤理仁 自由国民社
71歳のときにリウマチを罹った幾多郎。手が動かせなくなり、執筆ができずつらい思いをしたが、約10カ月の療養・リハビリを経て、再び書くことが出来るようになった。
- 49 西田幾多郎の就活
石川県西田幾多郎記念哲学館 石川県西田幾多郎記念哲学館
風邪を悪化させ乾性肋膜炎と診断された四高教授時代の幾多郎。欠勤を続けていたにも関わらず、病をおして就活のために上京。それが四高校長にバテて嫌味を言われ…。病と校長と戦いながら、就活に奮闘する幾多郎の姿を紹介。
- 50 枕辺の野花—西田幾多郎の妻・寿美—
石川県西田幾多郎記念哲学館 石川県西田幾多郎記念哲学館
幾多郎は家族の病にも苦しめられた。妻は脳溢血で倒れ寝たきりに、長男は腹膜炎にかかり急逝、三女は肺を患い、四女と五女は洗っていない苺を食べたことでチフスにかかり入院…。次々と病魔に襲われた西田家。
- 51 西田幾多郎の憂鬱
小林敏明 岩波書店
愛弟子・三木清は幾多郎を「喜怒哀憎の念が人一倍烈しい方」と評した。「強く」そして「弱い」幾多郎が抱えた憂鬱とは。苦悩の対象となった人生、学問、政治を順に取り上げながら、精神分析的症例としての批判も加わった評伝的批評。読後、人間・西田幾多郎に強く惹かれている。
- 52 胃弱・痲癩・夏目漱石
持病で読み解く文士の生涯
山崎光夫 講談社
胃病をはじめ、痲癩、痔疾、糖尿病、神経衰弱、眼病…多病であった漱石。胃病はいつごろからなのか、どんな治療を受けたのか、胃がんでなかったのか。幾多郎と同時代を生きた文豪の人生を「病」をキーワードに解き明かす。