



Title	唐・五代歳時記資料の研究
Author(s)	守屋, 美都雄
Citation	大阪大学文学部紀要. 1962, 9, p. 1-223
Version Type	VoR
URL	<a href="https://hdl.handle.net/11094/9019">https://hdl.handle.net/11094/9019</a>
rights	
Note	

*The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA*

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

The University of Osaka

資  
料  
篇



# 一 千金月令輯本 第一部

- (1) 第一部では、朝鮮の醫方類聚所引の條文を除外し、その他の諸書に見える條文をあつめる。
- (2) 條文の配列順序は筆者自身の判斷によつて決定する。
- (3) 同一事項の條文が二つ以上の書に見えるときは、相互の異同を注記するが、その異同の指摘は重要な點のみに止め、必しも一字一字の比較は行わない。
- (4) 養生月覽よりの引用は、原則として舊紅葉山文庫本による。養生月覽諸本相互の校合は、後段、養生月覽輯本の條を参照せられたい。

正月、宜進桑枝湯及造煎以備用、其桑枝湯方、取桑枝如箭籐大者、細剉、以酥熬作湯、又桑枝煎方、取桑枝大如箭籐、籐者細剉、三升熬令微黃、以水六升煎、三升去滓、以重湯煎、取二升、下白密三合黃明膠一兩、炙作末、煎成、以不津器封貯之(養生月覽。月令輯要卷五 正月令 民用・月令粹編卷二三 正月令雜識、稍々簡略)

正月不可釋脛襦、宜食粥、凡粥有三等、一曰地黄、以補虛、取地黄四兩、搗取汁、候粥半熟、即下之、以縣裹椒一百粒生薑一斤、投粥中、候熟出之、下羊腎一具、去脂膜、細切如韭葉大、加少塩食、二曰防風、以去四脚風、取防風二

大分、煮取汁作粥、三曰紫蘇、以去擁氣、取紫蘇子、熬令(7)黃香、以水研瀝、取汁作粥(養生月覽。養生類纂卷一三食饌部 粥の條に、地黄粥・防風粥・紫蘇粥として同様の記事あり。遵生八牋卷三 四時調攝 正月事宜・月令輯要卷五 正月令 民用、相似の文あり)

- 1 下之。八牋・輯要、「下汁」に作る。
- 2 椒二百粒。八牋・輯要、「花椒五十粒」に作る。
- 3 下。八牋・輯要、「再下熟」に作る。
- 4 去脂膜。八牋・輯要、この三字を缺く。
- 5 細切。八牋・輯要、「碎切成條」に作る。
- 6 二天分。八牋・輯要、「一大分」に作る。
- 7 熬令黃香。八牋・輯要、「炒微黃香」に作る。



8 以水研濾。八牋、この四字を缺き、輯要、「煎汁濃淨、作粥甚良」に作る。

正月、韭始青、可以食、凡韭不可以作羹、食損人、作齏佳、凡作齏、以先削一所地去上一寸土、取韭不洗、便投沸湯中、漉出、舖所削新土上良久、然後入水淘擇（養生月覽）

正月之節、宜加縣襪、以暖足（養生月覽）

上元夜、登樓、貴戚例有黃柑相遺、謂之傳柑（說郭局六九）

立春日、貼宜春字于門（說郭局六九）

唐制、立春、賜三省官綵勝、各有差（說郭局六九・月令輯要卷五 正月令 節序）

立春日、食生菜不可過多、取迎新之意、及進漿粥、以導和氣（養生月覽）

驚蟄日、取石灰、糝門外限、可絕蟲蟻（養生月令卷三 二月上 經作）<sup>(1)</sup>

1 門外限。月令輯要 二月令、「門限外」に作る。

二月二日、取枸杞、煎湯晚沐、令人光澤不病不老（遵生八牋卷三 四時調節 二月事宜、養余月令卷四 二月下 調節）

二月二日、不欲眠（養生月覽）

二月三日、不可晝眠（遵生八牋卷三 四時調節 二月事忌・編日新書卷三）

是月（二月）五日、修太上慶生齋（養生月令卷三 二月上 程作）

二月中、不可弔喪問疾、可衣夾衣（養生月覽）

二月之節、不可食生冷（養生月覽）

二月、宜食韭、大益人心（月令輯要卷六 二月令 民用）

春分後、宜服神明散、其方用蒼朮桔梗各二兩、附子一兩、炮烏頭四兩、炮細辛一兩、右搗篩爲散、絳囊盛帶之、方寸

七、一人帶、一家無病、有染時氣者、新汲水、調方寸匕服之、取汗便差（養生月覽）

二月以後、當服祛痰之藥、風勞之疾、每起痰、人能先令痰疏導、則病可庶幾（この文、古今圖書集成卷二九 歲功典仲春彙考に、前文神明散の記事に續けて錄せられる。圖書集成は、前文の出典を「月令」としているが、これを千金月令の略稱と解すれば、それに續く文も一應、千金月令の一部と解せられる。いまこれを千金月令として扱つておく。下の二條も同じく扱う。）

是月上丙日、宜洗頭髮、愈疾效、上卯、沐浴、去百病（承前）

是月二十五、天倉開日、宜坐園入山脩道（承前）

三月三日、取艾爲人、挂戸以備一歲之灸用、凡灸、避人神之所在（養生月覽）

三月三日、採艾挂戸、風乾、以備醫藥（廣群芳譜卷三 天時譜 三月）

三月三日、上踏青鞋履（說郛局六九）

南燭葉煎、益髭髮及容顏兼補暖、方、三月三日、採葉并葉子、入大淨瓶中乾、盛以童子小便、浸滿瓶、固濟其口、置閑處、經一周年取開、每日一兩次、溫酒服之、每酒一盞、調煎一匙、極有效驗（歲時廣記卷一九 上巳 浸南燭。政和證類大觀本草卷一四 南燭の條の引用文は誤脱が多い）

上巳、桃花水上、招魂續魄、秉蘭草、袪除不祥（說郛局六九）

三月之節、宜飲松花酒、其法、取糯米、淘百遍、以神麴和、凡米一斗、用神麴五兩、春月取松花精長五六寸者、至一尺余鼠尾者各三兩、枝細剉、一升蒸之、絹袋盛以酒一升浸、取五日堪服、一服三合、日三服、久服神仙（養生月覽。養生類纂卷一四 食饌部 酒の條、ほゞ同じ）

四月之節、宜服新衣、宜進溫食、宜服煖藥、宜食羊腎<sup>(1)</sup>、造羊腎法、先以兔絲子一兩、研煮取汁、濾之、<sup>(2)</sup>、<sup>(3)</sup>、<sup>(4)</sup>、<sup>(5)</sup>、<sup>(6)</sup>、<sup>(7)</sup>、<sup>(8)</sup>、<sup>(9)</sup>、<sup>(10)</sup>、<sup>(11)</sup>、<sup>(12)</sup>、<sup>(13)</sup>、<sup>(14)</sup>、<sup>(15)</sup>、<sup>(16)</sup>、<sup>(17)</sup>、<sup>(18)</sup>、<sup>(19)</sup>、<sup>(20)</sup>、<sup>(21)</sup>、<sup>(22)</sup>、<sup>(23)</sup>、<sup>(24)</sup>、<sup>(25)</sup>、<sup>(26)</sup>、<sup>(27)</sup>、<sup>(28)</sup>、<sup>(29)</sup>、<sup>(30)</sup>、<sup>(31)</sup>、<sup>(32)</sup>、<sup>(33)</sup>、<sup>(34)</sup>、<sup>(35)</sup>、<sup>(36)</sup>、<sup>(37)</sup>、<sup>(38)</sup>、<sup>(39)</sup>、<sup>(40)</sup>、<sup>(41)</sup>、<sup>(42)</sup>、<sup>(43)</sup>、<sup>(44)</sup>、<sup>(45)</sup>、<sup>(46)</sup>、<sup>(47)</sup>、<sup>(48)</sup>、<sup>(49)</sup>、<sup>(50)</sup>、<sup>(51)</sup>、<sup>(52)</sup>、<sup>(53)</sup>、<sup>(54)</sup>、<sup>(55)</sup>、<sup>(56)</sup>、<sup>(57)</sup>、<sup>(58)</sup>、<sup>(59)</sup>、<sup>(60)</sup>、<sup>(61)</sup>、<sup>(62)</sup>、<sup>(63)</sup>、<sup>(64)</sup>、<sup>(65)</sup>、<sup>(66)</sup>、<sup>(67)</sup>、<sup>(68)</sup>、<sup>(69)</sup>、<sup>(70)</sup>、<sup>(71)</sup>、<sup>(72)</sup>、<sup>(73)</sup>、<sup>(74)</sup>、<sup>(75)</sup>、<sup>(76)</sup>、<sup>(77)</sup>、<sup>(78)</sup>、<sup>(79)</sup>、<sup>(80)</sup>、<sup>(81)</sup>、<sup>(82)</sup>、<sup>(83)</sup>、<sup>(84)</sup>、<sup>(85)</sup>、<sup>(86)</sup>、<sup>(87)</sup>、<sup>(88)</sup>、<sup>(89)</sup>、<sup>(90)</sup>、<sup>(91)</sup>、<sup>(92)</sup>、<sup>(93)</sup>、<sup>(94)</sup>、<sup>(95)</sup>、<sup>(96)</sup>、<sup>(97)</sup>、<sup>(98)</sup>、<sup>(99)</sup>、<sup>(100)</sup>、<sup>(101)</sup>、<sup>(102)</sup>、<sup>(103)</sup>、<sup>(104)</sup>、<sup>(105)</sup>、<sup>(106)</sup>、<sup>(107)</sup>、<sup>(108)</sup>、<sup>(109)</sup>、<sup>(110)</sup>、<sup>(111)</sup>、<sup>(112)</sup>、<sup>(113)</sup>、<sup>(114)</sup>、<sup>(115)</sup>、<sup>(116)</sup>、<sup>(117)</sup>、<sup>(118)</sup>、<sup>(119)</sup>、<sup>(120)</sup>、<sup>(121)</sup>、<sup>(122)</sup>、<sup>(123)</sup>、<sup>(124)</sup>、<sup>(125)</sup>、<sup>(126)</sup>、<sup>(127)</sup>、<sup>(128)</sup>、<sup>(129)</sup>、<sup>(130)</sup>、<sup>(131)</sup>、<sup>(132)</sup>、<sup>(133)</sup>、<sup>(134)</sup>、<sup>(135)</sup>、<sup>(136)</sup>、<sup>(137)</sup>、<sup>(138)</sup>、<sup>(139)</sup>、<sup>(140)</sup>、<sup>(141)</sup>、<sup>(142)</sup>、<sup>(143)</sup>、<sup>(144)</sup>、<sup>(145)</sup>、<sup>(146)</sup>、<sup>(147)</sup>、<sup>(148)</sup>、<sup>(149)</sup>、<sup>(150)</sup>、<sup>(151)</sup>、<sup>(152)</sup>、<sup>(153)</sup>、<sup>(154)</sup>、<sup>(155)</sup>、<sup>(156)</sup>、<sup>(157)</sup>、<sup>(158)</sup>、<sup>(159)</sup>、<sup>(160)</sup>、<sup>(161)</sup>、<sup>(162)</sup>、<sup>(163)</sup>、<sup>(164)</sup>、<sup>(165)</sup>、<sup>(166)</sup>、<sup>(167)</sup>、<sup>(168)</sup>、<sup>(169)</sup>、<sup>(170)</sup>、<sup>(171)</sup>、<sup>(172)</sup>、<sup>(173)</sup>、<sup>(174)</sup>、<sup>(175)</sup>、<sup>(176)</sup>、<sup>(177)</sup>、<sup>(178)</sup>、<sup>(179)</sup>、<sup>(180)</sup>、<sup>(181)</sup>、<sup>(182)</sup>、<sup>(183)</sup>、<sup>(184)</sup>、<sup>(185)</sup>、<sup>(186)</sup>、<sup>(187)</sup>、<sup>(188)</sup>、<sup>(189)</sup>、<sup>(190)</sup>、<sup>(191)</sup>、<sup>(192)</sup>、<sup>(193)</sup>、<sup>(194)</sup>、<sup>(195)</sup>、<sup>(196)</sup>、<sup>(197)</sup>、<sup>(198)</sup>、<sup>(199)</sup>、<sup>(200)</sup>、<sup>(201)</sup>、<sup>(202)</sup>、<sup>(203)</sup>、<sup>(204)</sup>、<sup>(205)</sup>、<sup>(206)</sup>、<sup>(207)</sup>、<sup>(208)</sup>、<sup>(209)</sup>、<sup>(210)</sup>、<sup>(211)</sup>、<sup>(212)</sup>、<sup>(213)</sup>、<sup>(214)</sup>、<sup>(215)</sup>、<sup>(216)</sup>、<sup>(217)</sup>、<sup>(218)</sup>、<sup>(219)</sup>、<sup>(220)</sup>、<sup>(221)</sup>、<sup>(222)</sup>、<sup>(223)</sup>、<sup>(224)</sup>、<sup>(225)</sup>、<sup>(226)</sup>、<sup>(227)</sup>、<sup>(228)</sup>、<sup>(229)</sup>、<sup>(230)</sup>、<sup>(231)</sup>、<sup>(232)</sup>、<sup>(233)</sup>、<sup>(234)</sup>、<sup>(235)</sup>、<sup>(236)</sup>、<sup>(237)</sup>、<sup>(238)</sup>、<sup>(239)</sup>、<sup>(240)</sup>、<sup>(241)</sup>、<sup>(242)</sup>、<sup>(243)</sup>、<sup>(244)</sup>、<sup>(245)</sup>、<sup>(246)</sup>、<sup>(247)</sup>、<sup>(248)</sup>、<sup>(249)</sup>、<sup>(250)</sup>、<sup>(251)</sup>、<sup>(252)</sup>、<sup>(253)</sup>、<sup>(254)</sup>、<sup>(255)</sup>、<sup>(256)</sup>、<sup>(257)</sup>、<sup>(258)</sup>、<sup>(259)</sup>、<sup>(260)</sup>、<sup>(261)</sup>、<sup>(262)</sup>、<sup>(263)</sup>、<sup>(264)</sup>、<sup>(265)</sup>、<sup>(266)</sup>、<sup>(267)</sup>、<sup>(268)</sup>、<sup>(269)</sup>、<sup>(270)</sup>、<sup>(271)</sup>、<sup>(272)</sup>、<sup>(273)</sup>、<sup>(274)</sup>、<sup>(275)</sup>、<sup>(276)</sup>、<sup>(277)</sup>、<sup>(278)</sup>、<sup>(279)</sup>、<sup>(280)</sup>、<sup>(281)</sup>、<sup>(282)</sup>、<sup>(283)</sup>、<sup>(284)</sup>、<sup>(285)</sup>、<sup>(286)</sup>、<sup>(287)</sup>、<sup>(288)</sup>、<sup>(289)</sup>、<sup>(290)</sup>、<sup>(291)</sup>、<sup>(292)</sup>、<sup>(293)</sup>、<sup>(294)</sup>、<sup>(295)</sup>、<sup>(296)</sup>、<sup>(297)</sup>、<sup>(298)</sup>、<sup>(299)</sup>、<sup>(300)</sup>、<sup>(301)</sup>、<sup>(302)</sup>、<sup>(303)</sup>、<sup>(304)</sup>、<sup>(305)</sup>、<sup>(306)</sup>、<sup>(307)</sup>、<sup>(308)</sup>、<sup>(309)</sup>、<sup>(310)</sup>、<sup>(311)</sup>、<sup>(312)</sup>、<sup>(313)</sup>、<sup>(314)</sup>、<sup>(315)</sup>、<sup>(316)</sup>、<sup>(317)</sup>、<sup>(318)</sup>、<sup>(319)</sup>、<sup>(320)</sup>、<sup>(321)</sup>、<sup>(322)</sup>、<sup>(323)</sup>、<sup>(324)</sup>、<sup>(325)</sup>、<sup>(326)</sup>、<sup>(327)</sup>、<sup>(328)</sup>、<sup>(329)</sup>、<sup>(330)</sup>、<sup>(331)</sup>、<sup>(332)</sup>、<sup>(333)</sup>、<sup>(334)</sup>、<sup>(335)</sup>、<sup>(336)</sup>、<sup>(337)</sup>、<sup>(338)</sup>、<sup>(339)</sup>、<sup>(340)</sup>、<sup>(341)</sup>、<sup>(342)</sup>、<sup>(343)</sup>、<sup>(344)</sup>、<sup>(345)</sup>、<sup>(346)</sup>、<sup>(347)</sup>、<sup>(348)</sup>、<sup>(349)</sup>、<sup>(350)</sup>、<sup>(351)</sup>、<sup>(352)</sup>、<sup>(353)</sup>、<sup>(354)</sup>、<sup>(355)</sup>、<sup>(356)</sup>、<sup>(357)</sup>、<sup>(358)</sup>、<sup>(359)</sup>、<sup>(360)</sup>、<sup>(361)</sup>、<sup>(362)</sup>、<sup>(363)</sup>、<sup>(364)</sup>、<sup>(365)</sup>、<sup>(366)</sup>、<sup>(367)</sup>、<sup>(368)</sup>、<sup>(369)</sup>、<sup>(370)</sup>、<sup>(371)</sup>、<sup>(372)</sup>、<sup>(373)</sup>、<sup>(374)</sup>、<sup>(375)</sup>、<sup>(376)</sup>、<sup>(377)</sup>、<sup>(378)</sup>、<sup>(379)</sup>、<sup>(380)</sup>、<sup>(381)</sup>、<sup>(382)</sup>、<sup>(383)</sup>、<sup>(384)</sup>、<sup>(385)</sup>、<sup>(386)</sup>、<sup>(387)</sup>、<sup>(388)</sup>、<sup>(389)</sup>、<sup>(390)</sup>、<sup>(391)</sup>、<sup>(392)</sup>、<sup>(393)</sup>、<sup>(394)</sup>、<sup>(395)</sup>、<sup>(396)</sup>、<sup>(397)</sup>、<sup>(398)</sup>、<sup>(399)</sup>、<sup>(400)</sup>、<sup>(401)</sup>、<sup>(402)</sup>、<sup>(403)</sup>、<sup>(404)</sup>、<sup>(405)</sup>、<sup>(406)</sup>、<sup>(407)</sup>、<sup>(408)</sup>、<sup>(409)</sup>、<sup>(410)</sup>、<sup>(411)</sup>、<sup>(412)</sup>、<sup>(413)</sup>、<sup>(414)</sup>、<sup>(415)</sup>、<sup>(416)</sup>、<sup>(417)</sup>、<sup>(418)</sup>、<sup>(419)</sup>、<sup>(420)</sup>、<sup>(421)</sup>、<sup>(422)</sup>、<sup>(423)</sup>、<sup>(424)</sup>、<sup>(425)</sup>、<sup>(426)</sup>、<sup>(427)</sup>、<sup>(428)</sup>、<sup>(429)</sup>、<sup>(430)</sup>、<sup>(431)</sup>、<sup>(432)</sup>、<sup>(433)</sup>、<sup>(434)</sup>、<sup>(435)</sup>、<sup>(436)</sup>、<sup>(437)</sup>、<sup>(438)</sup>、<sup>(439)</sup>、<sup>(440)</sup>、<sup>(441)</sup>、<sup>(442)</sup>、<sup>(443)</sup>、<sup>(444)</sup>、<sup>(445)</sup>、<sup>(446)</sup>、<sup>(447)</sup>、<sup>(448)</sup>、<sup>(449)</sup>、<sup>(450)</sup>、<sup>(451)</sup>、<sup>(452)</sup>、<sup>(453)</sup>、<sup>(454)</sup>、<sup>(455)</sup>、<sup>(456)</sup>、<sup>(457)</sup>、<sup>(458)</sup>、<sup>(459)</sup>、<sup>(460)</sup>、<sup>(461)</sup>、<sup>(462)</sup>、<sup>(463)</sup>、<sup>(464)</sup>、<sup>(465)</sup>、<sup>(466)</sup>、<sup>(467)</sup>、<sup>(468)</sup>、<sup>(469)</sup>、<sup>(470)</sup>、<sup>(471)</sup>、<sup>(472)</sup>、<sup>(473)</sup>、<sup>(474)</sup>、<sup>(475)</sup>、<sup>(476)</sup>、<sup>(477)</sup>、<sup>(478)</sup>、<sup>(479)</sup>、<sup>(480)</sup>、<sup>(481)</sup>、<sup>(482)</sup>、<sup>(483)</sup>、<sup>(484)</sup>、<sup>(485)</sup>、<sup>(486)</sup>、<sup>(487)</sup>、<sup>(488)</sup>、<sup>(489)</sup>、<sup>(490)</sup>、<sup>(491)</sup>、<sup>(492)</sup>、<sup>(493)</sup>、<sup>(494)</sup>、<sup>(495)</sup>、<sup>(496)</sup>、<sup>(497)</sup>、<sup>(498)</sup>、<sup>(499)</sup>、<sup>(500)</sup>、<sup>(501)</sup>、<sup>(502)</sup>、<sup>(503)</sup>、<sup>(504)</sup>、<sup>(505)</sup>、<sup>(506)</sup>、<sup>(507)</sup>、<sup>(508)</sup>、<sup>(509)</sup>、<sup>(510)</sup>、<sup>(511)</sup>、<sup>(512)</sup>、<sup>(513)</sup>、<sup>(514)</sup>、<sup>(515)</sup>、<sup>(516)</sup>、<sup>(517)</sup>、<sup>(518)</sup>、<sup>(519)</sup>、<sup>(520)</sup>、<sup>(521)</sup>、<sup>(522)</sup>、<sup>(523)</sup>、<sup>(524)</sup>、<sup>(525)</sup>、<sup>(526)</sup>、<sup>(527)</sup>、<sup>(528)</sup>、<sup>(529)</sup>、<sup>(530)</sup>、<sup>(531)</sup>、<sup>(532)</sup>、<sup>(533)</sup>、<sup>(534)</sup>、<sup>(535)</sup>、<sup>(536)</sup>、<sup>(537)</sup>、<sup>(538)</sup>、<sup>(539)</sup>、<sup>(540)</sup>、<sup>(541)</sup>、<sup>(542)</sup>、<sup>(543)</sup>、<sup>(544)</sup>、<sup>(545)</sup>、<sup>(546)</sup>、<sup>(547)</sup>、<sup>(548)</sup>、<sup>(549)</sup>、<sup>(550)</sup>、<sup>(551)</sup>、<sup>(552)</sup>、<sup>(553)</sup>、<sup>(554)</sup>、<sup>(555)</sup>、<sup>(556)</sup>、<sup>(557)</sup>、<sup>(558)</sup>、<sup>(559)</sup>、<sup>(560)</sup>、<sup>(561)</sup>、<sup>(562)</sup>、<sup>(563)</sup>、<sup>(564)</sup>、<sup>(565)</sup>、<sup>(566)</sup>、<sup>(567)</sup>、<sup>(568)</sup>、<sup>(569)</sup>、<sup>(570)</sup>、<sup>(571)</sup>、<sup>(572)</sup>、<sup>(573)</sup>、<sup>(574)</sup>、<sup>(575)</sup>、<sup>(576)</sup>、<sup>(577)</sup>、<sup>(578)</sup>、<sup>(579)</sup>、<sup>(580)</sup>、<sup>(581)</sup>、<sup>(582)</sup>、<sup>(583)</sup>、<sup>(584)</sup>、<sup>(585)</sup>、<sup>(586)</sup>、<sup>(587)</sup>、<sup>(588)</sup>、<sup>(589)</sup>、<sup>(590)</sup>、<sup>(591)</sup>、<sup>(592)</sup>、<sup>(593)</sup>、<sup>(594)</sup>、<sup>(595)</sup>、<sup>(596)</sup>、<sup>(597)</sup>、<sup>(598)</sup>、<sup>(599)</sup>、<sup>(600)</sup>、<sup>(601)</sup>、<sup>(602)</sup>、<sup>(603)</sup>、<sup>(604)</sup>、<sup>(605)</sup>、<sup>(606)</sup>、<sup>(607)</sup>、<sup>(608)</sup>、<sup>(609)</sup>、<sup>(610)</sup>、<sup>(611)</sup>、<sup>(612)</sup>、<sup>(613)</sup>、<sup>(614)</sup>、<sup>(615)</sup>、<sup>(616)</sup>、<sup>(617)</sup>、<sup>(618)</sup>、<sup>(619)</sup>、<sup>(620)</sup>、<sup>(621)</sup>、<sup>(622)</sup>、<sup>(623)</sup>、<sup>(624)</sup>、<sup>(625)</sup>、<sup>(626)</sup>、<sup>(627)</sup>、<sup>(628)</sup>、<sup>(629)</sup>、<sup>(630)</sup>、<sup>(631)</sup>、<sup>(632)</sup>、<sup>(633)</sup>、<sup>(634)</sup>、<sup>(635)</sup>、<sup>(636)</sup>、<sup>(637)</sup>、<sup>(638)</sup>、<sup>(639)</sup>、<sup>(640)</sup>、<sup>(641)</sup>、<sup>(642)</sup>、<sup>(643)</sup>、<sup>(644)</sup>、<sup>(645)</sup>、<sup>(646)</sup>、<sup>(647)</sup>、<sup>(648)</sup>、<sup>(649)</sup>、<sup>(650)</sup>、<sup>(651)</sup>、<sup>(652)</sup>、<sup>(653)</sup>、<sup>(654)</sup>、<sup>(655)</sup>、<sup>(656)</sup>、<sup>(657)</sup>、<sup>(658)</sup>、<sup>(659)</sup>、<sup>(660)</sup>、<sup>(661)</sup>、<sup>(662)</sup>、<sup>(663)</sup>、<sup>(664)</sup>、<sup>(665)</sup>、<sup>(666)</sup>、<sup>(667)</sup>、<sup>(668)</sup>、<sup>(669)</sup>、<sup>(670)</sup>、<sup>(671)</sup>、<sup>(672)</sup>、<sup>(673)</sup>、<sup>(674)</sup>、<sup>(675)</sup>、<sup>(676)</sup>、<sup>(677)</sup>、<sup>(678)</sup>、<sup>(679)</sup>、<sup>(680)</sup>、<sup>(681)</sup>、<sup>(682)</sup>、<sup>(683)</sup>、<sup>(684)</sup>、<sup>(685)</sup>、<sup>(686)</sup>、<sup>(687)</sup>、<sup>(688)</sup>、<sup>(689)</sup>、<sup>(690)</sup>、<sup>(691)</sup>、<sup>(692)</sup>、<sup>(693)</sup>、<sup>(694)</sup>、<sup>(695)</sup>、<sup>(696)</sup>、<sup>(697)</sup>、<sup>(698)</sup>、<sup>(699)</sup>、<sup>(700)</sup>、<sup>(701)</sup>、<sup>(702)</sup>、<sup>(703)</sup>、<sup>(704)</sup>、<sup>(705)</sup>、<sup>(706)</sup>、<sup>(707)</sup>、<sup>(708)</sup>、<sup>(709)</sup>、<sup>(710)</sup>、<sup>(711)</sup>、<sup>(712)</sup>、<sup>(713)</sup>、<sup>(714)</sup>、<sup>(715)</sup>、<sup>(716)</sup>、<sup>(717)</sup>、<sup>(718)</sup>、<sup>(719)</sup>、<sup>(720)</sup>、<sup>(721)</sup>、<sup>(722)</sup>、<sup>(723)</sup>、<sup>(724)</sup>、<sup>(725)</sup>、<sup>(726)</sup>、<sup>(727)</sup>、<sup>(728)</sup>、<sup>(729)</sup>、<sup>(730)</sup>、<sup>(731)</sup>、<sup>(732)</sup>、<sup>(733)</sup>、<sup>(734)</sup>、<sup>(735)</sup>、<sup>(736)</sup>、<sup>(737)</sup>、<sup>(738)</sup>、<sup>(739)</sup>、<sup>(740)</sup>、<sup>(741)</sup>、<sup>(742)</sup>、<sup>(743)</sup>、<sup>(744)</sup>、<sup>(745)</sup>、<sup>(746)</sup>、<sup>(747)</sup>、<sup>(748)</sup>、<sup>(749)</sup>、<sup>(750)</sup>、<sup>(751)</sup>、<sup>(752)</sup>、<sup>(753)</sup>、<sup>(754)</sup>、<sup>(755)</sup>、<sup>(756)</sup>、<sup>(757)</sup>、<sup>(758)</sup>、<sup>(759)</sup>、<sup>(760)</sup>、<sup>(761)</sup>、<sup>(762)</sup>、<sup>(763)</sup>、<sup>(764)</sup>、<sup>(765)</sup>、<sup>(766)</sup>、<sup>(767)</sup>、<sup>(768)</sup>、<sup>(769)</sup>、<sup>(770)</sup>、<sup>(771)</sup>、<sup>(772)</sup>、<sup>(773)</sup>、<sup>(774)</sup>、<sup>(775)</sup>、<sup>(776)</sup>、<sup>(777)</sup>、<sup>(778)</sup>、<sup>(779)</sup>、<sup>(780)</sup>、<sup>(781)</sup>、<sup>(782)</sup>、<sup>(783)</sup>、<sup>(784)</sup>、<sup>(785)</sup>、<sup>(786)</sup>、<sup>(787)</sup>、<sup>(788)</sup>、<sup>(789)</sup>、<sup>(790)</sup>、<sup>(791)</sup>、<sup>(792)</sup>、<sup>(793)</sup>、<sup>(794)</sup>、<sup>(795)</sup>、<sup>(796)</sup>、<sup>(797)</sup>、<sup>(798)</sup>、<sup>(799)</sup>、<sup>(800)</sup>、<sup>(801)</sup>、<sup>(802)</sup>、<sup>(803)</sup>、<sup>(804)</sup>、<sup>(805)</sup>、<sup>(806)</sup>、<sup>(807)</sup>、<sup>(808)</sup>、<sup>(809)</sup>、<sup>(810)</sup>、<sup>(811)</sup>、<sup>(812)</sup>、<sup>(813)</sup>、<sup>(814)</sup>、<sup>(815)</sup>、<sup>(816)</sup>、<sup>(817)</sup>、<sup>(818)</sup>、<sup>(819)</sup>、<sup>(820)</sup>、<sup>(821)</sup>、<sup>(822)</sup>、<sup>(823)</sup>、<sup>(824)</sup>、<sup>(825)</sup>、<sup>(826)</sup>、<sup>(827)</sup>、<sup>(828)</sup>、<sup>(829)</sup>、<sup>(830)</sup>、<sup>(831)</sup>、<sup>(832)</sup>、<sup>(833)</sup>、<sup>(834)</sup>、<sup>(835)</sup>、<sup>(836)</sup>、<sup>(837)</sup>、<sup>(838)</sup>、<sup>(839)</sup>、<sup>(840)</sup>、<sup>(841)</sup>、<sup>(842)</sup>、<sup>(843)</sup>、<sup>(844)</sup>、<sup>(845)</sup>、<sup>(846)</sup>、<sup>(847)</sup>、<sup>(848)</sup>、<sup>(849)</sup>、<sup>(850)</sup>、<sup>(851)</sup>、<sup>(852)</sup>、<sup>(853)</sup>、<sup>(854)</sup>、<sup>(855)</sup>、<sup>(856)</sup>、<sup>(857)</sup>、<sup>(858)</sup>、<sup>(859)</sup>、<sup>(860)</sup>、<sup>(861)</sup>、<sup>(862)</sup>、<sup>(863)</sup>、<sup>(864)</sup>、<sup>(865)</sup>、<sup>(866)</sup>、<sup>(867)</sup>、<sup>(868)</sup>、<sup>(869)</sup>、<sup>(870)</sup>、<sup>(871)</sup>、<sup>(872)</sup>、<sup>(873)</sup>、<sup>(874)</sup>、<sup>(875)</sup>、<sup>(876)</sup>、<sup>(877)</sup>、<sup>(878)</sup>、<sup>(879)</sup>、<sup>(880)</sup>、<sup>(881)</sup>、<sup>(882)</sup>、<sup>(883)</sup>、<sup>(884)</sup>、<sup>(885)</sup>、<sup>(886)</sup>、<sup>(887)</sup>、<sup>(888)</sup>、<sup>(889)</sup>、<sup>(890)</sup>、<sup>(891)</sup>、<sup>(892)</sup>、<sup>(893)</sup>、<sup>(894)</sup>、<sup>(895)</sup>、<sup>(896)</sup>、<sup>(897)</sup>、<sup>(898)</sup>、<sup>(899)</sup>、<sup>(900)</sup>、<sup>(901)</sup>、<sup>(902)</sup>、<sup>(903)</sup>、<sup>(904)</sup>、<sup>(905)</sup>、<sup>(906)</sup>、<sup>(907)</sup>、<sup>(908)</sup>、<sup>(909)</sup>、<sup>(910)</sup>、<sup>(911)</sup>、<sup>(912)</sup>、<sup>(913)</sup>、<sup>(914)</sup>、<sup>(915)</sup>、<sup>(916)</sup>、<sup>(917)</sup>、<sup>(918)</sup>、<sup>(919)</sup>、<sup>(920)</sup>、<sup>(921)</sup>、<sup>(922)</sup>、<sup>(923)</sup>、<sup>(924)</sup>、<sup>(925)</sup>、<sup>(926)</sup>、<sup>(927)</sup>、<sup>(928)</sup>、<sup>(929)</sup>、<sup>(930)</sup>、<sup>(931)</sup>、<sup>(932)</sup>、<sup>(933)</sup>、<sup>(934)</sup>、<sup>(935)</sup>、<sup>(936)</sup>、<sup>(937)</sup>、<sup>(938)</sup>、<sup>(939)</sup>、<sup>(940)</sup>、<sup>(941)</sup>、<sup>(942)</sup>、<sup>(943)</sup>、<sup>(944)</sup>、<sup>(945)</sup>、<sup>(946)</sup>、<sup>(947)</sup>、<sup>(948)</sup>、<sup>(949)</sup>、<sup>(950)</sup>、<sup>(951)</sup>、<sup>(952)</sup>、<sup>(953)</sup>、<sup>(954)</sup>、<sup>(955)</sup>、<sup>(956)</sup>、<sup>(957)</sup>、<sup>(958)</sup>、<sup>(959)</sup>、<sup>(960)</sup>、<sup>(961)</sup>、<sup>(962)</sup>、<sup>(963)</sup>、<sup>(964)</sup>、<sup>(965)</sup>、<sup>(966)</sup>、<sup>(967)</sup>、<sup>(968)</sup>、<sup>(969)</sup>、<sup>(970)</sup>、<sup>(971)</sup>、<sup>(972)</sup>、<sup>(973)</sup>、<sup>(974)</sup>、<sup>(975)</sup>、<sup>(976)</sup>、<sup>(977)</sup>、<sup>(978)</sup>、<sup>(979)</sup>、<sup>(980)</sup>、<sup>(981)</sup>、<sup>(982)</sup>、<sup>(983)</sup>、<sup>(984)</sup>、<sup>(985)</sup>、<sup>(986)</sup>、<sup>(987)</sup>、<sup>(988)</sup>、<sup>(989)</sup>、<sup>(990)</sup>、<sup>(991)</sup>、<sup>(992)</sup>、<sup>(993)</sup>、<sup>(994)</sup>、<sup>(995)</sup>、<sup>(996)</sup>、<sup>(997)</sup>、<sup>(998)</sup>、<sup>(999)</sup>、<sup>(1000)</sup>、<sup>(1001)</sup>、<sup>(1002)</sup>、<sup>(1003)</sup>、<sup>(1004)</sup>、<sup>(1005)</sup>、<sup>(1006)</sup>、<sup>(1007)</sup>、<sup>(1008)</sup>、<sup>(1009)</sup>、<sup>(1010)</sup>、<sup>(1011)</sup>、<sup>(1012)</sup>、<sup>(1013)</sup>、<sup>(1014)</sup>、<sup>(1015)</sup>、<sup>(1016)</sup>、<sup>(1017)</sup>、<sup>(1018)</sup>、<sup>(1019)</sup>、<sup>(1020)</sup>、<sup>(1021)</sup>、<sup>(1022)</sup>、<sup>(1023)</sup>、<sup>(1024)</sup>、<sup>(1025)</sup>、<sup>(1026)</sup>、<sup>(1027)</sup>、<sup>(1028)</sup>、<sup>(1029)</sup>、<sup>(1030)</sup>、<sup>(1031)</sup>、<sup>(1032)</sup>、<sup>(1033)</sup>、<sup>(1034)</sup>、<sup>(1035)</sup>、<sup>(1036)</sup>、<sup>(1037)</sup>、<sup>(1038)</sup>、<sup>(1039)</sup>、<sup>(1040)</sup>、<sup>(1041)</sup>、<sup>(1042)</sup>、<sup>(1043)</sup>、<sup>(1044)</sup>、<sup>(1045)</sup>、<sup>(1046)</sup>、<sup>(1047)</sup>、<sup>(1048)</sup>、<sup>(1049)</sup>、<sup>(1050)</sup>、<sup>(1051)</sup>、<sup>(1052)</sup>、<sup>(1053)</sup>、<sup>(1054)</sup>、<sup>(1055)</sup>、<sup>(1056)</sup>、<sup>(1057)</sup>、<sup>(1058)</sup>、<sup>(1059)</sup>、<sup>(1060)</sup>、<sup>(1061)</sup>、<sup>(1062)</sup>、<sup>(1063)</sup>、<sup>(1064)</sup>、<sup>(1065)</sup>、<sup>(1066)</sup>、<sup>(1067)</sup>、<sup>(1068)</sup>、<sup>(1069)</sup>、<sup>(1070)</sup>、<sup>(1071)</sup>、<sup>(1072)</sup>、<sup>(1073)</sup>、<sup>(1074)</sup>、<sup>(1075)</sup>、<sup>(1076)</sup>、<sup>(1077)</sup>、<sup>(1078)</sup>、<sup>(1079)</sup>、<sup>(1080)</sup>、<sup>(1081)</sup>、<sup>(1082)</sup>、<sup>(1083)</sup>、<sup>(1084)</sup>、<sup>(1085)</sup>、<sup>(1086)</sup>、<sup>(1087)</sup>、<sup>(1088)</sup>、<sup>(1089)</sup>、<sup>(1090)</sup>、<sup>(1091)</sup>、<sup>(1092)</sup>、<sup>(1093)</sup>、<sup>(1094)</sup>、<sup>(1095)</sup>、<sup>(1096)</sup>、<sup>(1097)</sup>、<sup>(1098)</sup>、<sup>(1099)</sup>、<sup>(1100)</sup>、<sup>(1101)</sup>、<sup>(1102)</sup>、<sup>(1103)</sup>、<sup>(1104)</sup>、<sup>(1105)</sup>、<sup>(1106)</sup>、<sup>(1107)</sup>、<sup>(1108)</sup>、<sup>(1109)</sup>、<sup>(1110)</sup>、<sup>(1111)</sup>、<sup>(1112)</sup>、<sup>(1113)</sup>、<sup>(1114)</sup>、<sup>(1115)</sup>、<sup>(1116)</sup>、<sup>(1117)</sup>、<sup>(1118)</sup>、<sup>(1119)</sup>、<sup>(1120)</sup>、<sup>(1121)</sup>、<sup>(1122)</sup>、<sup>(1123)</sup>、<sup>(1124)</sup>、<sup>(1125)</sup>、<sup>(1126)</sup>、<sup>(1127)</sup>、<sup>(1128)</sup>、<sup>(1129)</sup>、<sup>(1130)</sup>、<sup>(1131)</sup>、<sup>(1132)</sup>、<sup>(1133)</sup>、<sup>(1134)</sup>、<sup>(1135)</sup>、<sup>(1136)</sup>、<sup>(1137)</sup>、<sup>(1138)</sup>、<sup>(1139)</sup>、<sup>(1140)</sup>、

月覽)

- 1 羊腎臚。遵生八牋卷四 四時調節 四月事宜、養余月令卷八 四月上藥餌、共に「羊腎粥」に作る。
- 2 先。養生月覽、「右」に作るも、養余月令によつて改む。
- 3 取汁。遵生八牋・養余月令、「取汁一兩」に作る。
- 4 瀝之、復麵。同じく「瀝淨、和麵」に作る。
- 5 切條葱。養生月覽、「以」の一字あるのみ。いま遵生八牋に従い、「切條葱」の三字を代入す。
- 6 赤痛。遵生八牋・古今圖書集成卷四五歲功典孟夏部、「赤腫」に作る。

此月、宜晚臥蚤起、感受天地之精氣、令人<sup>マツ</sup>熏長（古今圖書集成卷四五 歲功典 孟夏部）

四月之節、宜服附子湯、其方用附子一枚、炮勿令焦、爲末、分作三服、以生薑一片、用水一升、煎取五合、明早空腹服（養生月覽）

四月之節、宜食笋、以寬湯湧沸、先旋湯轉、然後投笋於中、令其自轉、不得攪、攪即破、候熟出之、如此則色青而軟、軟而不爛、可以食、和皮擘開、內粳米飯細炒羊肉、并土蘇椒鹹豉汁塩花等、却以麵封之、<sup>又?</sup>文火燒、聞香即熟、去皮厚一寸截之以進、笋味此最佳（養生月覽）

四月之節、可以飲榼酒、尤治風熱之疾、可以造榼煎、其造榼煎法、用榼汁三斗白密兩合酥一兩生薑汁一合、以重湯煮榼汁取三升、入塩蘇子、煮令得所、於不津器中貯之、每服一合、和酒調服、理百種風疾（養生月覽）

五月五日、作赤靈符、着心前、辟兵（說郛局六九）

此月、<sup>(1)</sup>取浮萍陰乾、和雄黃些少、燒煙去蚊、火燒棗子、安床下、辟狗蚤（遵生八牋卷四 四時調節 五月事宜。養餘月令卷九 五月 經作、「和雄黃」の「和」の字を缺くのみ）

1 是月。養生月覽は「五月五日、取漂萍……」に作る。

五月五日、午時、採百藥心相和搗、鑿桑樹心作孔、內藥於其中、以泥封之、滿百日、開取暴乾、搗作末、以傳金瘡（養生月覽）

五月五日、饅子等勿多食、食訖、以菖蒲酒投之、取菖蒲根節促者七莖各長一寸、漬酒中、服之、治傷損（養生月覽）

五日、取瓦上青苔或百草霜、入塩嗽口效、或水煮羊蹄根、

或錯煮川椒、俱能治齒百疾（養餘月令卷一〇 五月 藥餌）

治瘡疾神效方、五月五日、午時、用黑豆四十九粒、水泡去皮入人言一錢、同搗如泥、丸如桐子大、雄黃爲衣、陰乾、臨發日早東面無根、水送下一丸、忌發熱之物、渴飲溫熱水、又忌魚腥生冷茶豆湯、三日必效（月令通考卷六）

端午、以菖蒲、或縷或屑、以泛酒（說郛局六九）

取蟪酥法、五月捉大癩蝦蟆、先洗淨、用繩縛、任以小杖、鞭眉上兩道高處、須叟有白膏自出、便刮在淨器內收貯、乃真蟪酥也（月令通考卷六 五月）

五月、宜服五味子湯、其方取五味子一大合、以木杵臼搗之、置小甕瓶中、以百沸湯點、入少蜜、卽密封頭、置火邊、良久乃堪服（養生月覽）

六月、可以飲木瓜漿、其造木瓜漿法、用木瓜削去皮、細切、以湯淋之、加少薑汁、沈之井中、冷以進之（養生月覽）

是月、可食烏梅醬、止渴方、用烏梅、搗爛加蜜、適中調湯、微煮飲之、水瀉渴者、以梅加砂糖薑米、飲之不渴（遵生八牋卷四 四時調攝 六月事宜）

1 搗爛。養生月覽、この二字を缺き、「用烏梅」の下に、「并取核中人（仁）碎之」と記す。

伏日、進湯餅、名爲辟惡（說郛局六九）

七月中、暑氣將伏、宜以稍冷爲理、宜食竹葉粥、其竹葉粥法、取淡竹葉一握梔子兩枚切熬、以水煎、澄取清、卽細漸粳米、研取泔、下米於竹葉梔子汁中、旋點泔煮之、候熟下塩花進之（養生月覽）

- 1 切熬。遵生八牋卷五 四時調攝 七月事宜「切碎」に作る。
- 2 取清。遵生八牋及び養余月令卷一三 七月調攝、この下に「去渣」の二字あり。
- 3 細漸粳米。右二書、「用淘粳米」に作る。
- 4 進之。養生類纂卷一三 食饌部 粥の條、この下に、「或失理則痢疾、宜以防之」とあり。

七月之部、宜出衣服圖書、以暴之（養生月覽）

七月十五日、營盆供、寺爲孟蘭會（說郛局六九）

立秋後五日、瓜不可食（養生月覽）

八月八日、不宜眠（養生月覽）

八月、可食韭、并可食露葵（養生月覽）

1 「韭」以下。遵生八牋卷五 四時調攝 秋八月事宜、月令輯要卷一五八月令 民用の條、「韭菜露葵」に作る。

八月、陰事始盛、冷疾者宜以防之（養生月覽）

秋分之日、不可殺生、不可以行刑罰、不可以處房帷、不可弔喪問疾、不可以大醉、君子必齋戒、靜專以自檢（養生月覽）。遵生八牋卷五 四時調攝 八月事忌、養餘月令 八月避忌、細日新書 八月の條等、ほと同じ）

重陽之日、必以肴酒登高眺遠、爲時讌之遊賞、以暢秋志、酒必採菜萸甘菊以泛之、既醉而還（說郛局六九）

九月之節、始服夾衣、陰氣既衰、陽氣未伏、可以餌補修之藥（養生月覽）

九月中、宜進地黄湯、其法取地黄淨洗、以竹刀子薄切、暴乾、每作湯時、先微火熬、碾爲末、煎如茶法（養生月覽）。遵生八牋卷四 四時調攝 九月事宜、養餘月令卷一六 九月調攝の條、ほと同じ）

是月、勿食脾、季月土旺在脾也（遵生八牋卷五 四時調攝 九月事忌、養餘月令卷一六 九月避忌）

十月朔、都城士庶、皆出城饗墳、禁中車馬朝陵、如寒食節（說郛局六九）

十月之節、始服寒服（養生月覽）

十月、宜進棗湯、其棗湯法、取大棗、除去皮、核中破之、於文武火上翻覆炙令香、然後煮作湯（養生月覽）。なお、「棗湯法」以下は養生類纂卷一四 食饌部 湯水の條、同文）

十一月十一日、不可沐浴、仙家大忌（養生月覽）

至日、於北壁下、厚鋪草面臥、以受元氣（遵生八牋卷六

四時調攝 十一月事宜

冬至日、取葫蘆、盛葱根莖汁、埋于庭中、夏至發開、盡爲水、以漬金玉銀石青各三分、自銷、暴乾如飴、可代糧、久服神仙、名曰金液漿（農政全書卷二十七 樹藝。月令通考卷一三 十一月的條、ほと同文）

1 神仙。この二字、農政全書に缺く。

十一月之節、可以餌補藥、不可以餌、大熱之藥、宜早食、宜進宿熟之肉（養生月覽、邊生八牋卷六 四時調攝 十一月事宜。養餘月令卷一九 十一月 藥餌、ほと同じ）

臘月、取青魚膽陰乾、如患喉閉及骨鯁、即以膽小許口中含、咽津即愈（養生月覽）

臘日以後、叟嫗各隨其僭爲藏強、分爲二曹、以較勝負（說郛局六九）

附錄（日月不詳の佚文）

蒜、多食、髮早白（爾雅翼卷五 釋草 葫）

益髭髮變白爲黑、金陵草煎方、金陵草一秤、六月以後收採、棟擇無泥土者、不用洗、須青嫩不雜黃葉、乃堪爛搗研、新布絞取汁、又以紗絹瀝令滓、盡內通油、器鉢盛之、日中煎五日、又取生薑一斤、絞叶白密一斤合和、日中煎、以柳木篋攪勿停手、令勻調、又置日中、煎之令如稀餚、爲藥成矣、每旦日及午後、各服一匙、以溫酒一盞、化下如欲作、九日中再煎、令可丸大如梧子、依前法、酒服三十丸、及時多合製爲佳、其效甚速（政和證類大觀本草卷九 鱧腸）

療忽生癭疾一二年者、以萬州黃藥子半斤、須緊重者爲上、如輕虛、即是佗州者、力慢、須用一倍、取無灰酒一斗、投藥其中、固濟瓶口、以糠火燒、一復時停騰、待酒冷即開、患者時時飲一盞、不令絕酒氣、經三五日後、常須把鏡自照、覺銷即停飲、不爾便令人須細也（政和證類大觀本草卷一四 黃藥）

癩者、不可食醴魚（養生類纂卷一〇 人事部 病忌）

魚）

凡衣服巾櫛枕鏡、不宜與人同之（養生類纂卷一二 服章部 衣服）

衣服、不宜買而衣之（養生類纂卷一二 服章部 衣服）

鼓粥、不可於霍亂後食（養生類纂卷一三 食饌部 粥）

桃朱術、生園中、細如芹花、紫子作角、以鏡向旁敲之則子自發、令婦人帶之、與夫相和、五月收也（古今類傳卷二 歲時 夏令）

地黃酒、用地黃一大升細切、糯米五斗、右相和、爛炊作飯、攤如人體、以牛膝汗三升拌之、麴末五升、並於盆中熟、稔以湯一升、內不津器中泥封、春夏三七日、秋冬五七日熟（養生類纂卷一四 食饌部 酒）

右の外、政和證類大觀本草卷五 薑石の條及び本草綱目卷一〇 麥飯石の條に、「孫思邈の千金月令にも同じような記事があるが、この部分（大觀本草・本草綱目の當該箇所）の詳密には及ばない」ということが書かれている。

青魚、不可同葵蒜食、害人（養生類纂卷一七 鱗介部 青

## 千金月令輯本 第二部

- (1) 第二部では醫方類聚採輯本千金月令の寫眞版を掲げる。このテキストは、明治二十四年、山田業精が、青山道純所藏本を借りて筆寫したもの、のち富士川游博士に藏せられ、現在は京都大學圖書館の所藏に歸している。本書の掲載を御承認下さった京大圖書館に深く感謝する。
- (2) 醫方類聚採輯本の記事は、殆んどすべて時月に關する記載を失っているので、すぐには歲時記史料として利用しがたい憾みがあるが、これをもとの歲時記の姿に復元することを將來の課題として、一應、掲げることとした。もちろん、このまゝでも、養生延命に關する中國人の生活感情を知るのに役立つものが少くない。
- (3) 欄外に、私の調べ得た限りで各條の卷數と部門とを頭注した。「不詳」と書いたのは未だ檢索できなかったものである。また原書との異同等についても、若干の頭注を加えた。



一二二〇一五一頁に掲載されていた「千金月令」の影印は省略しています。

同資料は京都大学電子図書館のサイトで写真公開されていますので、そちらをご参照ください。

二 齊人月令輯本

地黃粥、以補虛、右取地黃四兩、搗取汁、候粥半熟、卽下之、以縣褰椒一百粒生薑一斤、投粥中、候熟出之、下羊腎一具、去脂膜、細切如韭葉大、加少塩食（養生類纂卷一三 食饌部 粥の條、この文を「齊人千金月令」として掲ぐ。養生月覽には正月に地黃・防風・紫蘇三種の粥を食することが見えるから、この文を正月の位置に配することとした）

防風粥、以去四肢風、右取防風二分、煮取汁作粥（養生類纂卷一五 食饌部 粥 齊人千金月令）

紫蘇粥、以去擁氣、右取紫蘇子、熬令黃香、以水研濾、取汁作粥（養生類纂卷一三 食饌部 粥 齊人千金月令）

凡立春日、食生菜、不可過多、取迎新之意而已、及進漿粥、以導和氣（太平御覽卷二〇 時序部 春。歲時廣記卷八 食春菜及進漿粥の條）

1 漿粥。古今類傳 立春の条、「醬粥」に作る。

春分、不殺生、不弔疾、君子齋戒、衣夾衣導引、不食生冷（太平御覽卷二〇 時序部 春分）

是月（＝三月）上辰日、採枸杞、四月上巳日、服之（遵生八牋卷三 四時調攝 三月時宜）

松花酒、取糯米、淘百遍、以神麴和、凡米一斗、用神麴五兩、春月取松花精長五六寸者至一尺餘鼠毛者各三兩枝、細剉、一升蒸之、絹袋盛以酒一升、浸取五日堪服、一服三合、三服、九服神仙（養生類纂卷一四 食饌部 酒 齊人千金月令）

採何首烏赤白各半、米泔水浸一宿、同黑豆飯、鍋上蒸熟晒干、去豈爲末、或加茯苓三分之一、煉蜜爲丸、酒下一二錢、百日後、百疾皆除、長年益壽多子、忌猪食肉魚蟹蘿

薑、何首烏、內有生如鳥獸、并山石形象極大者、乃珍品也、服之成仙（遵生八牋卷三 四時調攝 三月事宜）

三月四月中、採山谷內新長柏葉松針或花薺長三四寸枝陰乾、細搗爲末、煉蜜爲丸、如小豆大、常用月之朔望、清晨燒香、東向持藥八十一丸、咒曰、神仙真藥、體全自然、服藥入腹、益壽延年、塩湯或酒下、服訖、忌食五辛、若要長肌肉、加大麻巨勝、要心力壯健、加人參茯苓、用七月七日露水和丸、尤佳（古今圖書集成卷三三 歲功典 季春部彙考）

四月八日、不宜殺草木、始服生衣、宜進溫酒、服溫藥、是月也、無壞廡外、無伐大樹、是月也、宜以夙興如（太平御覽卷二二 時序部 夏）

是日、謂之竹醉、又謂竹迷、栽竹多盛（編日新書 五月十三日）

竹葉粥、右取淡竹葉一把梔子兩枚切熬、以水煎、澄取清、卽細漸粳米、研取泔、下米竹葉梔子汁中、旋點泔煮之、候

熟下塩花進之、時或失理則痢疾、宜以防之（養生類纂卷一 三 食饌部 粥 齊人千金月令。養生月覽は七月に竹葉粥を食うべきことを記している）

重陽之日、必以醪酒登高、眺迥爲時讌之遊賞、以暢秋志、酒必采茱萸甘菊以泛之、旣醉而還（太平御覽卷三二 九月九日・歲時廣記卷三五 爲時讌・事類賦卷五 歲時部 秋）  
棗湯法、右取大棗、除去皮、核中破之、於文武火上釀覆炙令香、然後煮作湯（養生類纂卷一四 食饌部 湯水 齊人千金月令。養生月覽、これを十月に懸く）

### 附錄（月日不詳の佚文）

癩者、不可食醴魚（養生類纂卷一〇 人事部病忌 齊人千金月令）

凡衣服巾櫛枕鏡、不宜與人同之（養生類纂卷一二 服章部 衣服 齊人千金月令）

衣服、不宜買而衣之（養生類纂卷一二 服章部 衣服 齊人千金月令）

熟、稌以湯一升、內不津器中、泥封、春夏三七日、秋冬五  
七日熟（養生類纂卷一四 食饌部 酒 齊人千金月令）

鼓粥、不可於霍亂後食（養生類纂卷一三 食饌部 粥 齊人千金月令）

青魚、不可同葵蒜食、害人（養生月覽卷一七 鱗介部 青魚 齊人千金月令）

地黃酒、用地黃一大升細切、糯米五斗、右相和、爛炊作飯、欒如人體、以牛膝汗三升拌之、麴末五升、並於盆中

蒜、多食、髮早白（爾雅翼卷五 葫 齊人千金月令）

### 三 金谷園記輯本

屠蘇、藥酒名、正朝以桃皮及諸藥、於酒中屠蘇和而飲之、先從小起、一人飲、一家無病、一家飲、一里無病（年中行事抄）

〔參考〕

金谷云、一人飲、一人無病、一家飲、一里無病（年中行事秘抄）

正月 屠蘇白散事

金谷園記云、屠蘇白散、一人飲、一家無病、一家飲、一里無病

（一條兼良 江次第鈔 第一 正月甲）

正月七日、以七種菜作羹、食之、令人無萬病（年中行事秘抄・師光年中行事）

正月者、立春之氣節也、本爲政月、秦始皇以此月生、仍名政、遂改爲正月（年中行事秘抄）

武帝、嘗以正月殺梟爲羹、以賜群臣食之、云、使天下之人、知殺絕其惡類者也（歲華紀麗卷一）

漢書志曰、三月巳、禊飲於東流上、自怡樂也、宋書云、自魏以後、皆用三月三日、至今不用上巳、三月三日、四人並出水渚沙洲之間、或於國宅池沼之內、爲流杯曲水之飲、取參麵菜汁、和蜜爲料、以厭時氣（年中行事秘抄 曲水宴事）

清明之氣節也、萬物皆出於土、清潔而明淨、明蹴鞠毬也、起於戰國、今人相承、清明之日爲之（年中行事秘抄 三月）

釋迦如來、以四月八日降生、前生爲摩訶仙人、將金錢、於婦人邊買花、供養燃燈、佛約爲夫婦、仙人者佛也、婦人者羅喉也、今人、每至四月八日、買花供養、并浴佛者、四月八日、諸寺各設供養會、湯浴佛忌、以香花禮拜、出錢以灌佛、案灌佛經云、日一灌至七灌、滅無間罪（年中行事秘抄 四月八日灌佛事）

西方舍衛國淨飯王之子悉達多、以四月八日降生也、<sup>(1)</sup>前生時、曾爲摩訶仙人、將金錢、於婦人邊買花、供養燃燈佛、

約爲夫婦、并擔不忘佛道、復生共爲夫婦、其摩訶仙人者佛也、婦人卽羅睺羅母耶輸陀羅是也、太子年十九、踰城入雪山、六年苦行、修無上道、成等正覺、號釋迦牟尼佛、今人每至四月八日、買花供養、并浴佛像者、其往者之事也（明文鈔 帝道部下。師光年中行事 四月八日 灌佛事の條、右より簡略）

- 1 降生。原文、「降生」とあるは誤。師光年中行事によつて正す。
- 2 復生。原文、「浚生」とあるは誤。師光年中行事による。
- 3 佛也。師光年中行事によつて補う。

隋文帝開皇十八月五月、禁畜貓鬼蠱毒厭昧野道者、獨孤后之弟延州刺史陟有婢、事貓鬼、能使之殺人、曾后與楊素妻俱有疾、醫皆曰、貓鬼疾也、上意陟使婢所爲、令高穎等雜治之、具得其實、詔夫婦皆賜死（月令通考卷一三 五月）

- 1 上意陟使婢所爲。古今類傳卷一 仲夏、「上意施取爲」に作る。

競渡、金谷園記云、今之競渡布奈久良倍楚國風也（和名類聚抄 卷四 雜藝之類第四十四）

乞巧奠事、金云、七月七日、二星歡會之夜也、俗人候之、或有天漢中奕々白氣、光輝五色、以爲徵應、便拜而願、乞

富壽、乞子孫、若有所乞巧、唯得求一、不得兼求、三年乃得、自古有其驗（年中行事秘抄 七月。師光年中行事、ほと同じ）

十五日、盂蘭盆事、金云、乃有去世功德、蓋因大目連葱並青提夫人在世時、廣造衆惡誑惑、目連死墮地獄受飢、唯到七月十五日、衆僧參拜（二字分空白）大齋一切六道、罪人得食喫、故此寄餉（年中行事秘抄 七月）

書司供菊事、金谷云、桓景隨費長房、謂桓景曰、君家九月九日、當有大災、登高作絳囊、盛茱萸、繫臂、及採茱萸、以挿頭、折菊花、泛酒、祭享飲之、攘此災、果如言（年中行事秘抄 九月。師光年中行事、ほと同じ）

九月九日、月與日俱應陽數、故曰重陽、陽九陰六也（師光年中行事 九月節會事）

十一月十日、拔髮白髮永生（月日紀古 十一月初十日）

冬至事、金谷云、朝賀之禮、如元日之儀、又云、魏晉文曰、

百寮稱賀、其儀亞於歲朝（年中行事秘抄 十一月、師光年中行事 冬至事）

追儺事、金谷云、陰氣將絕、陽氣始來、陰陽相激、化爲疾病之鬼、爲人家作病、黃帝使方相氏黃金四目、身著朱衣、手把梓楯、口作儺々之聲、以驅疫厲之鬼

昔、高辛氏子、十二月晦夜死、其靈成鬼、致病疾、奪食人祖祭物、驚祖靈、因之以桃弓葦矢、逐疫鬼、靜國家、又河邊并道路、散供之、解除、無除咎矣（年中行事秘抄 十二月。師光年中行事、ほゞ同文）

歲終大儺之時、振疫之子有萬箇、皆執丹斧彫戈、以驅除癘

之氣（年中行事抄）

禮云、季冬之月、礫出土牛、以示農耕之早晚也、若立春在十二月望、則策牛人近前、示其農早也、立春在十二月晦及正月初、則策牛人當中、示其農平也、若立春在正月望、則策牛人近後、示其農晚也（年中行事抄）

昔、顓頊帝時、宮中生一子、性好著洗衣、人作新衣與之、即裂破以火燒穿屠、宮人共號窮子、其後以正月晦日死、人葬之曰、今日送窮子也、因此相承、號送窮也（歲華紀麗卷一 晦日送窮）

四 保生月錄輯本

洗葛衣、用梅葉、揉碎洗之、經夏不脆、忌用木盆則黑、以磁器洗之（遵生八牋卷四 四時調攝 四月事宜）

二十日、宜拔白（月令通考卷六 五月一日）

五月初一日、取枸杞菜、煎湯沐浴、令人光澤不病不老、午時亦可（月令通考卷六 五月）

茉莉花、勿置床頭、引蜈蚣當忌、李子不可與蜜雀肉同食、損五臟（遵生八牋卷四 四時調攝 五月事忌）

1 蜜雀肉。月令通考卷六 五月、「蜜及雀肉」に作る。

其日、取螢火虫二七枚、<sup>燃？</sup>熬白髮、能黑（月令通考卷六 五月）

楊梅、多食、令人傷熱、亦能損齒及筋骨（月令通考卷六 五月）

五月五日、取青松、搗石灰、至午時、丸作餅子、牧畜、凡金刃所傷者、醋末上在痛處、一二日亦可（月令通考卷六 五月）

七月七日、曬曝革裘、無蟲蛀（歲時廣記卷二六 七夕、曝革裘。御覽卷三一 時序 七月七日、養生月覽には、末尾の「蛀」の字を缺く）

是月十一日、天倉開日、宜入山修道（月令通考卷六 五月。遵生八牋卷四 四時調攝 五月事宜、養餘月令卷九 五月經作、編日新書五月十一日、「天倉開日」の「日」の一字を缺く）

龍魚河圖云、七月七日、取赤小豆、男吞一七、女吞二七、令人畢歲無病（太平御覽卷三一 時序部 七月七日。歲時廣記卷二七 七夕 吞小豆の條は「河圖記」と記す。）



合烏藥、是七月七日、取烏鷄血、和三月三日桃花末、塗面  
及遍身三二日、肌白如玉、此是太平公主法、曾試有効（太  
平御覽卷三一 時序 七月七日。歲時廣記卷二七 七夕  
和桃花、ほど同じ）

冬至日、一陽方生、省言語、宜養元氣、勿勞其體、其月、  
腎氣正王、心肺衰、宜助肺安神、補理脾胃、無乖其時、勿  
暴溫煖、切慎東南賊邪之風、犯者、令人多汗面腫腰脊強痛  
四支不通（月令通考卷一三 十一月）

五 金門歲節記輯本

洛陽人家、正旦、造雞絲蠟燕粉荔枝、更相餽送<sup>(1)</sup>（歲時廣記卷五 元旦 粉荔枝）

1 雞絲。萬華合後集卷四 元日 造粉荔枝の條、「絲雞」に作り、編日新書正月一日、「絲鷄」に作る。

王武子好馬、非馬不行、元日則柳葉金障泥、上元則滿月轉、清明則剪水鞭、重午則籠嬌鞍、中秋則玉權総絡頭、重九則蟬兒韁、春秋社則塗金韁、冬至則嘶風韁、除日則藥王鞍、每節日則喂馬以明紗豆薔薇草（古今類傳 正月初一）

祠太乙史造大蛾（萬花谷卷四 上元 金門事節とあり）

正月十五日、爲火蛾兒合鬧、蛾雪柳是也<sup>(1)</sup>（錦字箋卷三 時令 一月 金門事節）

1 合鬧以下。古今事類全書前集卷七 天時部、月令通考卷一 正月、これを缺く。

寒食、裝萬花輿、煮楊花粥（歲時廣記卷一五 寒食 裝花輿。群書通要卷六 節序門）

洛陽人家、端午、作朮羹艾酒、以花綵樓閣、插髻<sup>(2)</sup>、賜辟瘟

扇梳<sup>(3)</sup>（歲時廣記卷二一 端五 艾葉酒）又於是日、採木<sup>朮？</sup>

（錦字箋卷三 時令）

1 髻。四時事宜 五月、古今合璧事類備要卷一六端午、「髻」に作る。

2 賜。古今合璧事類備要、「贈遺」に作る。

3 梳。合璧事類、月日紀古卷五、分類事錦卷三、この字を缺く。

重午日、午時、有雨則急斫一竿竹、竹節中必有神水、瀝取獺肝爲丸、治心腹積聚病（萬花谷後集卷四 端午。本草綱目卷五 神水の條。雲仙雜記卷七は、「丸」を「圓」に、「積」を「塊」に作る）

刻菖蒲爲人或葫蘆形、帶之辟邪（編日新書 五月五日）

以艾爲虎形、至有如黑豆大者、或剪綵爲小虎、粘艾葉戴之  
(編日新書 五月五日)

七月乞巧、使蛛絲結萬字 (歲時廣記卷二六 七夕 結萬字)

洛陽人家乞巧<sup>(1)</sup>、造明星酒 (格致鏡原卷二二 飲食類酒名)

1 人家。紀纂淵海卷二 七夕、「人間」に作る。

七夕、裝同心鱗 (歲時廣記二六 七夕 同心鱗)

唐人、九月九日、造菊花糕相餉 (群書通要卷六 節序門重陽類)

洛陽人家、重陽、造迎涼脯羊肝餅、及佩瘦水符 (歲時廣記卷三四 重九 迎涼脯、萬花谷後集卷四 重九)

洛陽人家、冬至、戴一陽巾 (月令輯要卷一九 十一月令節序、月令粹編卷一五 冬至)

斐度、除夜、歎老迨曉不寢、爐中商陸火、凡數添也 (焦氏

類林卷七上 節序、雲仙雜記卷五)

洛陽人家、臘日、造脂火餠 (歲時廣記卷三九 臘日 造火餠)

洛陽人家、除夜、則以銅刀刻門、埋小兒硯、點水盆燈 (歲時廣記卷四〇 歲除 照水燈)

賈島常以歲除取一年所得詩、祭以酒食、曰勞吾精神、以是補之 (歲時廣記卷四〇 歲除、祭詩章、紀纂淵海卷二 歲除 雲仙雜記卷四)

(補遺)洛陽人家、正旦、造絲雞葛、燕粉荔枝、正月十五日、造火蛾兒、食玉梁饌、寒食裝萬花興、煮楊花粥、端午朮羹艾酒、以花絲樓閣插髻、贈遺辟瘟扇、乞巧、使蜘蛛結萬字、造明星酒、裝同心膾、重九迎涼脯羊肝餅、佩瘦水符、冬至、煎餠、綵珠、戴一陽巾、除夜、銅刀刻門、埋小兒硯點水盆燈、臘日、造脂火餠 (雲仙雜記卷一)

註。マルをつけた部分は、前掲各條と相違するところ。

六 四時寶鏡輯本

正月一日、貼畫雞戶上、懸葦索於其上、挿符於旁、百鬼畏之（說郭局六九）

東晉李鄂、立春日、命以蘆葦芽爲菜盤、相饋贖（群書通要卷六 節序門 立春、說郭局六九）

立春日、食蘆葦春餅生菜、號春盤（歲時廣記卷八 立春<sup>(1)</sup>作春餅、書言故事卷八）

1 蘆葦。月令通考卷二 正月、編日新書正月立春、說郭局六九、この二字を缺く。

北方□□至寒食、爲鞦韆戲、以習輕趨、後中國女子學之（說郭局六九）

四月八日、佛生日、京師各有浴佛齋會（說郭局六九）

五月五日、集五綵繒、謂之辟兵（說郭局六九）

五日、採艾懸於戶上、以穰毒氣（說郭局六九）

永元六年、初令伏閉盡日、注曰、伏日萬氣行、故盡日不干他事（說郭局六九）

草木方曰、九月九日、採菊花、與茯苓松脂、久服之、令人不老（說郭局六九）

十月朔、有司進煖爐炭（說郭局六九）

漢儀、季冬之月、星廻歲終、陰陽已交、勞農夫、享臘以送故（說郭局六九）

高陽氏子、好衣弊衣食糜、正月晦日巷死、世作糜棄破衣、是日祝於巷、曰除貧也（歲時廣記卷一三 月晦 除貧鬼、古今事類全書前集卷六 天時部、五雜俎卷二 天部）

## 七 秦中歲時記輯本

金吾仗爆禦前引、有司皆避、爾雅云卽幫牛也、此獸善抵觸、故雕其首于竿、加龍虎節、以油囊盛之而行（類說。紺珠集、やゝ異なる）

- 1 有司皆避。紺珠集、「百司皆由」に作る。  
2 卽、紺珠集、この字を缺く。

〔参考〕 南宋の趙升の朝野類要卷一 擊門の條に  
宰相動止、謂陰有爆禦神衛之、所以秦中歲時記言、宰相儀仗、有類牛頭形者卽是也、今之宰執出入、其金吾、先以物敲擊門臺、謂報警爆禦神也（學津討源本）とある。

正月一日、曉漏以前、宰相三司金吾、以樺燭數百炬擁馬、如城、謂之火城<sup>(2)</sup>

- 1 三司金吾。北宋の錢易の南部新書 丁 に、別に出典は示さぬが、相似の文がある。それに從えば、「三司使、大金吾」とある。  
2 如城。南部新書 丁 によれば、「方布象城」に作る。

唐長安風俗、從正月二日起飲酒相邀、號爲傳坐（古今類傳正月初一、月日紀古卷一 正月初二日）

〔参考〕 南部新書 己 には  
長安市里、風俗每至元日已後、遞餘食相邀、號爲傳座とある。

探花宴、進士杏花園初會<sup>(1)</sup>、謂之探花宴、以少後二人爲探花使、徧遊名園、若他人先折得名花、則二使皆被罰（類說、歲時廣記卷一 春 探花使。紺珠集ほど同じ）

- 1 初會。紺珠集、初宴に作る。

中和節、二月一日、中和節、百官農書進盡內出中和力尺、賜群臣（類說）

- 1 農。類說、「進」に作るも、新唐書李泌傳を參照して「農」に改む。

拾菜、二月二日、曲江拾菜、遊觀甚盛（類說。紺珠集ほど同じ）

寒食節、城市各鬪鷄走狗、寶典云、鬪鷄走狗、清明前後（白眉故事卷九 歲時 清明類）

寒食内宴、宰執以醑醕酒<sup>(1)</sup>（歲時廣記卷一五 寒食 供良醕、類説ほど同じ）

1 宰執。類説、「宰相」に作る。

寒食節、内僕司車、與諸軍使爲繩檟之戲、合車轍道、兩頭打大檟、張繩檟上、高二尺許、須緊榜定、駕車盤、轉碾輪于繩上、過不失者勝、落輪繩下者輸、裝飾車牛、賄物以千計（歲時廣記卷一六 寒食 繩檟戲）

紫筍茶、清明、湖州進紫筍茶（類説、山堂肆考卷一〇 宮集）

上巳、錫宴曲江、都人於江頭禊飲、踐踏青草、曰踏青（三體詩箋注 鄭谷 曲江春草詩、陝西通志 風俗、時令）

四月一日、内園進櫻桃、薦寢廟訖、頒賜各有差（古今圖書集成 歲功典 孟夏部紀事。月日記古卷四上ほど同じ）

櫻桃厨、四月十五日、自堂厨至百官厨、通謂之櫻筍厨<sup>(1)</sup>（類説、萬花谷、能改齋漫錄卷一五）、公餞之盛、常日不同（説郭局六九）

1 四月十五日。説郭局六九、「四月己後」に作る。南部新書 乙、同様。櫻筍厨。南部新書、櫻筍厨に作る。

慈恩寺、有裴旻白牡丹詩曰、長安遊子惜春殘、爭賞新開紫牡丹、別有玉杯承露冷、何人起就月中看<sup>(3)</sup>（紺珠集。類説ほど同じ）

1 遊子。類説、「豪家」に作る。  
2 賞。紺珠集、「賞」に作るは誤まり。  
3 何。類説、「無」に作る。

進士多貧士、太和八年、放進士榜、多貧士、無名子作詩曰<sup>(1)</sup>、乞兒還有大通年、二十三人槐杖全、薛庶准前騎瘦馬、范鄴依舊蓋鋪毡<sup>(3)</sup>（類説。紺珠集、ほど同じ）

1 曰。類説、この一字を缺く。  
2 通。説郭卷七四、「適」に作る。  
3 鋪。紺珠集、「番」に、説郭「藩」に作る。

端午前二日、東市謂之扇市、車馬於時特盛（紺珠集。類説、「於時」の二字を缺くのみ。）

進士下第、當年七月、復獻新文求拔解、故語曰、槐花黃、舉子忙（説郭卷七四。説郭局六九。紺珠集は若干誤脱があ

る)

〔参考〕「槐花黃、舉子忙」の話の理解を便にするために、南部新書 乙の關係記事を掲げておく。

長安舉子、自六月已後、落第者不出京、謂之過夏、多借靜坊廟院及閑宅居住、作新文章、謂之夏課、亦有十人五人醵率酒饌、請題目于知己朝達、謂之私試、七月後、投獻新課并于諸州府解、人爲語曰、槐花黃、舉子忙

王維、重陽日、應制詩云、四海方無事、三秋大有年、無窮菊花節、長奉柏梁篇（紺珠集、類説）

吏部四擿、初冬、納文書、却謂之選門閉、四月、事畢、却

謂之選門開、選人各在令史前、謂之某家百姓、狀在判後、又却須粘在判前、因名四擿（紺珠集、類説）

〔参考〕南部新書 乙に

吏部有四擿、冬納文書之始、却謂之選門閉、四月秋省事畢、反謂之選門開、選人各在令史門前、謂之某家百姓、南場判後、狀却黏在判前

冬至、賜百官辛盤、謂之借春（類腋卷七 天部）

歲除日逐儺、皆作鬼神之狀、內二老人爲儺翁儺母（類説。紺珠集、やゝ脱字あり）

八 輦下歲時記輯本

元日、御樓御殿、發號施令、慶賜遂行（月令輯要卷一 正月令。古今圖書集成歲功典 元旦）

此月、戸部奏、大閱天下貢物於都堂、其日放朝、宰相相與百官、皆赴戸部、宴饌一時特盛、開元中、曾以大閱一日貢物、賜李林甫、九州任上、盡歸人臣之家、國史書其事也

（太平御覽卷二七 時序部 冬。天中記卷五 歲時）

〔參考〕この條、何月に懸くべきかを詳かにせぬが、說郭局六九に従い、一應、正月に配した。

先天初、上御安福門觀燈、<sup>(1)</sup>令朝士能文者爲踏歌、聲調入雲（群書通要卷六 節序門 上元類。事文類聚卷六 脫字あり）

1 觀燈。說郭局六九は、この下に、「大常作歌樂、出宮歌舞」の十字あり。

二月一日、爲中和、德宗方置此節（天中記卷四）

寒食、鈔火後、鑽火、賜幸臣以下酴醿酒<sup>(1)</sup>（通雅卷三九 飲食）

1 酴醿酒。南部新書 乙に「卽重釀酒也」と注せられている。

寒食、內人諸陵薦春色衣（歲時廣記卷一六 寒食 奉春衣）

長安每歲、諸陵、當以寒食薦餽粥鷄毬等、又薦雷子車（說郭局六九。陝西通志卷四五 風俗 時令）

唐朝、清明、取榆柳之火、以賜近臣、順陽氣也（古今事類全書 前集卷八 天時部。群書通要卷六 節序門。三體詩箋注増注 崔魯 春日長安卽事）

長安、每歲清明、內園官小兒、<sup>(1)</sup>於殿前鑽火、先得上進者、賜絹三疋金梳一口<sup>(2)</sup>（歲時廣記卷一七 清明 進新火。事林廣記卷三 節令門）

1 官。南部新書 乙は「宮」に作る。また群書通要卷六 節序門 清明類は「令小兒」に作る。

2 金梳一口。群書通要「金錢」に作る。



清明、都人並在延興門、看人出城灑掃、車馬喧闐<sup>(1)</sup>（歲時廣記卷一七 清明 看車馬）

1 說郭局六九、「内人」に作る。

清明、新進士開宴、集於曲江亭、既撤饌、則移樂泛舟、又有月燈閣打毬之會（歲時廣記卷一七 清明 宴進士）

三月上巳、有錫宴群臣、即在曲江、傾都人物、于江頭禊飲踏青、豪家縛棚相接、至于杏園、進士局在亭子上、宏詞拔萃、宴在池南岸、內學士駙馬等張建封宴、元巳曲江、特命宰相、同榻入食（歲時廣記卷一八 上巳 禊曲江）

開元中、都人遊賞於曲江、莫盛於中和上巳節、按西京雜記、朱雀街東第五街、皇城之東第三街、昇道坊龍華尼寺南、有流水屈曲、謂之曲江、此地秦爲宜春苑、在漢爲樂遊原（歲時廣記卷一三 中和節 遊曲江）

長安子女、遊春野步步遇名花則設席藉草、以紅裙遞相挿掛、以爲宴幄、其奢侈如此（歲時廣記卷一 春 掛裙幄）

1 遞相。この二字、天中記卷四 歲時の条によつて補う。

四月十五日、自堂厨至百司厨、通謂之櫻筍厨（歲時廣記卷二 夏 櫻筍厨）

伏日、賜宰相學士醢汁、京尹公主駙馬蜜麪及漿水（歲時廣記卷二五 三伏節 賜醢汁）

七夕、俗以蠟作嬰兒形、浮水中、以爲戲、婦人宜子之祥、謂之化生（三體唐詩箋注 薛能 吳起的詩注）

〔參考〕この文は三體詩箋注には、「唐歲時記事」として引用され、秦中歲時記・輦下歲時記のいづれかを詳かにしないが、小林太市郎氏は、陝西通志 風俗 歲時の條に「唐輦下歲時記事」よりとして、この文を引いていることを指摘し、輦下歲時記事は輦下歲時記のことであろうとしている（小林氏「七夕と摩睺羅」支那佛教史學四ノ三）

（九月）九日、宮掖間、爭挿菊花、民俗尤甚（歲時廣記卷三四 重九 簪菊花）

都城重九後一日、宴賞、號小重陽（古今圖書集成 歲功典 重陽部紀事）

〔參考〕月令粹編卷一四 九月初十日の條はやゝ詳しく、次の如く記している。

京師士庶、多于重九後一日再會、謂之小重陽

都人至年夜、請僧道看經、備酒果送神、帖竈馬於竈上、以酒糟抹於竈門之上、謂之醉司命、夜於竈裏點燈、謂之照虛耗（說郛局六九）

俗說、務本坊西門是鬼市、或風雨曠晦、皆聞其喧聚之聲、秋冬夜、聞賣乾柴云、是枯柴之精也、又或中秋望夜聞鬼

吟、六街鼓絕、行人歇、九衢茫茫、空有月、有和者云、九衢生人何勞勞、長安土盡槐根高（說郛局六九）

明皇晝寢、忽夢虛耗二鬼奴、呼武士、俄有太人、頂帽衣袍、捉鬼擊而啖之、問其姓氏、乃終南山進士鐘馗也、今人掛鐘馗、乃食虛耗也（事林廣記卷三 節令門。萬花谷卷四 除夜の條、ほど同じ）

## 九 諸書所見四時纂要引用文

- (1) ここでは諸書に引用された四時纂要の文が、山本氏本の何葉何行にあるかを明かにする。a・bは夫々表・裏を示す。  
 (2) また、諸書引用の文と、山本氏本との間の相違の著しいものは、その点を注記する。山本氏本(『至道二年施元吉本』)と、他のテキスト(たとえば天禧四年官版)との相違を明かにするためである。  
 (3) △印をつけたのは一部山本氏本と不一致の点のあるもの。

元旦値甲、米賤人民疫、値乙、米麥貴人病死、値丙、四十日旱人安、一云、四月旱、値丁、縣綿六十日貴、値戊、粟魚塩貴、又旱四十五日、値己、稻貴蠶凶、多風雨、値庚、金銅貴、禾熟、民多病、値辛、麻麥貴、禾大收、値壬、米麥賤、絹布大豆貴、値癸、禾災、人疫、多雨(歲時廣記卷七 元旦 占日干)……(2b・6行、正月、月内雜占)

- 1 一云、四月旱。山本氏本、「一云」に作る。
- 2 粟魚塩。事林廣記壬集卷之五 元日雜占 及び山本氏本、「粟麥魚塩」に作る。
- 3 金銅。事林廣記、「鐵」に作る。
- 4 5・6 禾。山本氏本、「穀」に作る。

以冬至日、數至正月上旬日、滿五十日、人食(足)長一日、  
 益一升?  
 即餘一月食、少一日、即少一月食也、此最有據(歲時廣記)

卷三八 冬至 占人食)……(3a・1行)  
 冬至來歲正月朔日五十日者、民食足不滿五十日日  
 數至  
 補記。太平御覽卷二九時序部元日に「淮南子曰、以日減一升有餘日日益一斗四時纂要曰此とある。占最有據也」

歲旦、服赤小豆二七粒、向東以灌汁下、可終歲無疾、家人悉令飲之(歲時廣記卷五 元旦 服灌豆。養生月覽、ほゞ同じ)……(6a・3行)

- 1 向東。山本氏本、「面東」に作る。
- 2 家人悉令飲之。山本氏本、「闔家悉令服之」とある。

歲旦、投麻子二七粒小豆二七粒於井中辟瘟(醫方類聚卷二 傷寒門)……(6a・4行)

正月朔旦、宜受符禁<sup>(1)</sup>(歲時廣記卷七 元旦 受符禁)……  
〔6 a・5 行〕

1 符禁。山本氏本、「符錄」に作る。

七日、上會日、可齋戒早起、男吞小豆七枚女二七粒、一年  
不病(醫方類聚卷五二 傷寒門)……〔6 a・9 行〕

△初七日、爲上會日、可設齋醮大吉<sup>(1)</sup>(遵生八牋卷三 四時  
調攝 正月事宜。養餘月令卷一 正月)……〔6 a・9 行〕

1 醮大吉。山本氏本、この三字を缺く。

上元日、可齋戒、誦黃庭度人經、令人資福壽(養生月覽)  
……〔6 b・2 行〕

元旦、取鵲巢、燒之著廁、辟兵極效(歲時廣記卷五 元旦

燒鵲巢。養生月覽、ほゞ同じ)……〔8 b・8 行〕

廁前草、正月初上寅日、燒中庭、令人一家不著天行(醫方  
類聚卷五二 傷寒門。養生月覽)……〔8 b・9 行〕

正月三日、買竹筒四枚、置家中四壁上、令田蠶萬倍、錢財

自來(養生月覽)……〔8 b・10 行〕

正月望日、殘餼麋、熬焦和穀種之、能辟蟲(古今圖書集成  
歲功典 上元部雜錄。月令萃編卷四、月令輯要卷五、ほ  
ゞ同文)……〔8・11 行〕

△是月四日、寅日、宜拔白(遵生八牋卷三 四時調攝 正  
月事宜。養餘月令卷一 正月。歲時廣記卷一三 正月晦 拔  
白髮。養生月覽、ほゞ同文)……〔9 a・3 行。たゞし、山  
本氏本には「寅日」の二字は無い〕

甲子日、拔白、三十日、服井花水、令鬚髮不白(遵生八牋  
卷三 正月事宜。養餘月令卷一 正月。歲時廣記卷一三  
拔白髮。養生月覽、ほゞ同文)……〔9 a・1 行〕

正月四日、拔白、永生不、凌晨拔、神仙拔白日、他月倣  
此、拔白髭髮(養生月覽)……〔9・3 行〕<sup>(1)</sup>

1 拔白髭髮。山本氏本、割注に作る。

正月八日、沐浴、去災、神仙沐浴日(養生月覽)……〔9  
a・4 行〕

正月旦、雞鳴時、把火遍照五果及桑樹上下、則無蟲、時年有桑果災生蟲者、元日照者、必免災（養生月覽）……〔9 b・3行〕

元旦、日未出時、以斧斑駁錐斫棗李等樹、則子繁而不落、謂之嫁樹、晦日同、嫁李則以石安樹間（歲時廣記卷五 元旦 嫁棗李）……〔9 b・4行〕

立春日、貯水、謂之神水、釀酒不壞（歲華紀麗正月注、太平御覽卷二〇 立春 時序部）……〔9 b・9行〕

正月、雜木門、俗云、一日之計、在一晨、一年之計、在一春（箋注簡齋詩集卷一四 早起注）……〔12 a・4行〕

△桃花花、二月丁亥日收、陰乾爲末、戊子日、和井花水服、方寸匕日三服、療婦人無子、大驗（養生月覽、養餘月令卷四 二月、やゝ異り「七日」を「七日」に作り、「大驗」を「兼美容顔」に作る）……〔19 a・11行〕

二月乙酉日、日中北首臥、合陰陽、有子即貴子也（養生月

覽）……〔19 b・2行〕

二月上丑日、取土泥蠶室、宜蠶（養生月覽）……〔19 b・3行〕

二月上旬辰日、取道中土、泥門戶、辟官事（養生月覽）……〔19 b・3行〕

二月八日、拔白、神仙良日（養生月覽）……〔19 b・4行〕

△是月初八日、十四日、二十八日、拔白、鬚髮良（遵生八牋卷三 四時調攝 二月事宜、養餘月令卷三 二月）……〔山本氏本、「八日拔白」とあるのみ。他は對應記事が見當らぬ〕

二月上卯日、沐髮愈疾、南陽太守目盲、太原王景有沉痾、用之皆愈（養生月覽）……〔19 b・4行〕

二三月内、天晴日、取薯蕷、洗去土、小刀子刮去里皮、後又削去第二重皮約厚一分已來、於淨紙上著篩中曬、至夜收放紙籠内著微火養之、至來日又曬、以乾爲度、如未乾、天

色陰、即火焙、便爲乾薯藥入丸散用其第二重白皮、依前別  
 嗽、焙取爲麵、絕補益（養生月覽）……（22 a・3 行）<sup>(4)</sup>

- 1 薯藥中嗽。山本氏本、「薯安竹箔上」に作る。
- 2 收放紙籠内。山本氏本、「收於焙籠内」に作る。
- 3 以乾爲度、如未乾。天色陰即火焙。山本氏本、「如陰即以微火養、以乾爲度、如久陰即如火焙乾」に作る。
- 4 焙取爲麵。山本氏本、「焙乾取爲麵」に作る。

二月、取百合根、曝乾、搗作麵、細篩、絕益人（養生月覽）  
 （23 b・6 行）

續命湯、主半身不遂、口喎・心昏・昏角弓反張不能言方<sup>(1)</sup>  
 麻黃<sup>六分</sup> 獨活<sup>六升</sup> 升麻<sup>五分</sup> 乾葛<sup>五分</sup> 零羊角屑<sup>四分</sup> 桂心<sup>四分</sup>  
 防風<sup>六分</sup> 甘草<sup>四分</sup>  
 右件藥、各切碎用水二大升、先煎麻黃六七、沸掠去沫、次  
 下諸藥、浸一宿、明日五更、煎取八大合、去滓分爲兩服、  
 溫溫服畢、以衣被蓋臥、如人行十里、更一服、準前蓋臥、  
 晚起辟風、每年春分後、隔日服一劑、服三劑即不染天行傷  
 寒及諸風邪等疾、忌生葱・菘菜・生冷等物（醫方類聚卷一  
 九 諸風門）……（24 b・11 行）

1 昏。山本氏本、この一字なし。

三月、採桃花未開者、陰乾百日、與赤樫等分、搗和臘月猪  
 脂、塗禿瘡神效（養生月覽）……（27 b・4 行）

三月三日、取桃花末收之（養生月覽、養余月令卷六 三月）  
 ……（27 b・6 行）至七月七日、取烏鷄血和、塗面及身、三  
 二日後、光白如素、太平公主秘法<sup>(1)</sup>（養生月覽。養餘月令卷  
 六 三月）……（57 a・4 行）

1 太平公主秘法。山本氏本、割注に作る。

三月三日、收桃葉、嗽篩乾搗篩并花水服一錢、治心痛（養  
 生月覽）……（27 b・6 行）

△是月十一日、十三日、拔白、永生、又初一、初十（月  
 令通考卷四 三月）……（山本氏本 27 b・9 行に、「十三日、  
 拔白」とだけ見え、他に對應の文が無い）

寒食日、取黍穰於月德上取土脫塹一百二十口安宅福德上、  
 令人致福（養生月覽）……（27 b・7 行）

常繫獼猴於馬坊内、辟惡消百病、令馬不着疥<sup>(1)</sup>（北宋哲宗頃

陳師道撰 后山詩註卷二 猴馬 任淵注)……〔31 a・5行〕

1 不着疥。山本氏本、「不患疥」に作る。

清明前二日、夜鷄鳴時、取炊湯澆井口飯甕、四時、辟馬蚊百蟲(歲時廣記卷一七 清明 辟蚊虫)……〔32 b・10行〕

取大甲者如崑崙耳者、酒煮蜜入諸香中用(紀纂淵海卷九一

香藥部 香)……〔33 a・6行〕

1 酒煮以下。山本氏本は、これ以下が、より詳密である。

(1) 四時辰雨、皆爲蝗蟲、大雨大蟲、小雨小蟲、二日雨、百草旱、五穀不成、三日雨、小旱、風從西來、麻吉、四日雨、五穀貴、五日六日雨、有旱處、四日至七日風者、大豆吉、八日微雨、熟、俗云、八日雨、斑蘭、高低田可憐、此月、自一日至十四日惡風者、皆不可種豆(歲時廣記 卷二 夏

占蝗旱)……〔35 a・10行〕

1 四時辰雨。山本氏本、「此月凡辰雨」に作る。

2 田。山本氏本、「盡」に作る。

(1) 四月七日沐、令人大富(養生月覽)……〔37 b・8行〕

1 沐。山本氏本、「沐髮」に作る。

四月九日、日沒時浴、令人長壽(養生月覽)……〔37 b・9行〕

(1) 四月十六日、拔白、則黑髮(養生月覽)……〔37 b・9行〕

1 則。山本氏本、「生」に作る。

四月也、是謂乏月、冬穀既盡、宿麥未登、宜賑乏絕救飢窮、九族不能自活者救之、無固蘊蓄而忍人之貧、貧貨殖之宜、忌種福之利、君子弗取也(太平御覽卷二二 時序部 夏中)……〔39 b・1行〕

1 忌。山本氏本、「忘」に作る。

痢藥阿膠散子

當歸 剉碎 黃連 去毛 訶子 煨取 阿膠 慢火炙令 藥水浸 酒熬 清淨 肉 甘草 炙之

右件五味各等分、細搗羅爲末

黃丹 兩三 白礬 兩二 二味相和細研、入瓶子內、以炭火斷之、

通炙、良久放令、即出細併之、此藥與前草藥等和合爲散、

每服三錢七米飲調下、若要作丸子、以麪糊和、和爲丸、丸

如豌豆大、一服十丸、此散兼治一切瘡及小兒瘡、以人乳調

塗餘瘡乾用（醫方類聚卷一三八 諸痢門）……〔42 b・11行〕

1 令。山本氏本、「冷」に作る。

2 併。山本氏本、「研」に作る。

五月五日、午時採艾、治百病（養覽月覽）……〔42 a・4行〕

端午日、以艾蒜爲人、安門上、辟瘟（醫方類聚卷五二 傷

寒門）……〔42 a・6行〕

端五日、收蜀葵赤白者、各收陰乾、治婦人赤白帶下、爲末  
酒服、赤者治赤、白者治白、大妙（歲時廣記卷二二 端午

收蜀葵。養生月覽、ほゞ同じ）……〔42 a・7行〕

金蒼藥、五月午日、日未出時、採百草頭、唯藥苗多即尤

佳、不限多少、搗取濃汁、又取石灰三五升、以草汁相和、

搗脫作餅子、曝乾、治壹切金刀傷瘡、血立止、兼治小兒惡

瘡（醫方類聚卷一八四 金瘡門）……〔42 a・10行〕

五月午日、取葵子、燒作灰收之、有患砂石淋者、水調方寸

匕、服之立愈（醫方類聚卷一三二 諸淋門。歲時廣記卷二

二 端午 燒葵子 ほゞ同じ）……〔42 b・2行〕

心痛藥、取獨頭蒜五顆・黃丹二兩、午日午時、搗蒜如泥、  
相和黃丹爲丸、丸如鷄頭子大、曝乾、患心痛醋磨、壹丸服  
之（醫方類聚卷九二 心腹痛門）……〔42 b・3行〕

五月二十日、宜拔白（養生月覽）……〔43 b・3行〕

五月、君子齋戒、節嗜慾、薄滋味、是月五日・六日・十六  
日、別寢、犯之三年致卒（養生月覽）……〔43 b・4行〕

種麻熟耕地、從橫七遍已上、生則無葉（爾雅翼卷八 桑）

……〔44 a・2行〕

六月一日、沐、令人去疾穰災（養生月覽）……〔48 b・2行〕<sup>(1)</sup>

1 本條、山本氏本、「穰鎮一日沐吉」とあり、令人以下なし。

是月、初一日・初七・初八・二十一日、沐浴、去疾穰災<sup>(1)</sup>  
<sup>(2)</sup>

（遵生八牋卷四 四時調攝。養餘月令卷一二 六月）……

〔48 b・2行〕

1 沐浴。山本氏本「沐」の字なし。

2 去疾穰災。山本氏本「令人去病除災」に作る。

六月十九日、拔白、永不生（養生月覽）……〔48 b・3行〕



夏季月、食露葵者、大噉、終身不瘰（養生月覽）……〔48 b・4行〕

六月、勿食<sup>(1)</sup>澤水、令人病<sup>(2)</sup>驚癥（養生月覽）……〔48 b・5行〕

1 食。山本氏本、「飲」に作る。

2 驚。山本氏本、「驚」に作る。

是月、勿飲山澗水、令人患瘰（遵生八牋卷四 四時調攝。

養餘月令卷一二 六月）……〔山本氏本には、このまゝの文は無い。おそらくは、前條の文を遵生八牋が變改引用したのであろう。〕

△收大小麥、於是<sup>(1)</sup>月<sup>(2)</sup>掃庭除、候地毒熱、衆手出麥薄攤、取<sup>(3)</sup>

蒼耳碎剉拌晒之、至日<sup>(4)</sup>西及熱收、可以二年不蛀、若再收、<sup>(5)</sup>

又復再晒、遲至秋後則有蟲（養餘月令卷一二 六月）……

〔50 b・9行〕

1 收大小麥。山本氏本「煞大小麥」に作る。

2 「於」の上。山本氏本「今年收者」とある。

3 「是月」の下。山本氏本「取至清淨日」とある。

4 至日西。山本氏本「至未時」とある。

5 「再收」以下。山本氏本「有陳麥亦須依此法更曬須在立秋前後則已有蟲生」とある。

三伏日、宜服腎瀝湯、治丈夫虛羸・五勞・七傷・風濕・腎藏・虛渴・耳聾・目暗、其方、用乾地黄六分・黃芪六分・白茯苓六分・五味子四兩・羚羊角屑四兩・桑螵蛸四兩・微炙地骨皮四兩・桂心四兩・麥門冬去心五分・防風五分・磁石<sup>(2)</sup>十二分・碎如<sup>(3)</sup>碁子、洗至十數回、令黑汁盡、白羊腎一具、猪亦得去脂、如柳葉均、右以四大升、先煮腎、耗水升半許、即去水上肥沫等、去腎滓、取腎汁、煎諸藥、取八大合、絞去滓澄清、分爲三服、三伏日、各服一劑、極補虛、復治丈夫百病、藥亦可以隨人加減、忌大蒜・生葱・冷陳・滑物、平旦空心服之（養生月覽）……〔48 b・6行〕

1 葦。山本氏本、「蓄」に作る。

2 十二分。山本氏本、「三兩」に依る。

3 碎。山本氏本、「打破」に作る。

4 猪亦得去脂、如柳葉均。山本氏本、「猪腎亦得去脂膜、切柳葉片子」に作る。

5 右以四大升。山本氏本、「右水以四大升」に作る。

伏日、切不可迎婦、婦死、已不還家（養生月覽）……〔49 a・3行〕

1 迎。山本氏本、「近」に作る。

△種蘿蔔、諺云、頭伏蘿蔔末伏芥、宜肥地、沙土尤佳、

瘦地用糞作壠、先於五月内、耕耨五六次、至是月六日、種之、鋤不厭頻尤宜、<sup>(2)</sup>稀則根大而實子陳尤佳（養餘月令卷

一一 六月）……〔51 a・4 行〕

1 「種蘿蔔」以下。山本氏本「種蘿蔔、宜沙糞地、五月犁五六遍、六月六日種鋤不厭多、稠即小間拔令稀」に作る。

2 「尤宜稀」以下。山本氏本、對應記事を缺く。

七月七日、取蜘蛛網一枚、著衣領中、令人不忘（養生月覽）

……〔55 b・1 行〕

七月七日、取麻勃一升・人參半升、合蒸、氣盡令遍、服一刀圭、令人知未然之事（養生月覽）……〔55 b・2 行〕

七月十五日、取佛座下土、著臍中、能令人多智、厭火災（歲時廣記卷三〇 中元 取佛土。養生月覽、「厭火災」の三字無し）……〔55 b・3 行〕

七月二十三日、沐、令髮不白（養生月覽）……〔55 b・4 行〕

七月二十五日、浴、令人長壽（養生月覽）……〔55 b・5 行〕

七月二十八日、拔白、終身不白（養生月覽）……〔55 b・6 行〕

立秋後、宜服張仲景八味地黄丸、治男子虛羸百疾衆所不療者、久服輕身不老、加以攝養則成地仙、其方用乾地黄<sup>半斤</sup>乾薯藥<sup>四兩</sup>白茯苓<sup>二兩</sup>牡丹皮<sup>二兩</sup>澤瀉<sup>二兩</sup>附子<sup>炮二兩</sup>肉桂<sup>二兩</sup>山茱萸<sup>四兩</sup>右搗篩蜜爲丸、如梧桐子大、每日空腹、酒下二十丸、如稍覺熱、即大黃圓一服、通輕尤妙（養生月覽）……〔59 a・1 行〕

1 右搗篩蜜爲丸。山本氏本、「右件一處搗羅羅爲末、煉蜜爲丸」に作る。

2 酒。山本氏本、「暖酒」に作る。

△是月初二、初四、十五、十九、二十五日、拔白永不生（養余月令卷一四 八月）……〔本條、十九日の條のみ 62 b・3 行に對應するが他は對應しない。〕

八月七日、沐、令人聰明（養生月覽）……〔62 b・2 行〕

八月三日、宜浴（養生月覽）……〔62 b・2 行〕

八月二十五日、宜浴（養生月覽）……〔62 b・2 行〕

八月十九日、拔白、永不生（養生月覽）……〔62 b・3 行〕

八月四日、勿市附足物、仙家大忌（養生月覽）……〔62 b・3行〕

八月、勿食鷄子、傷神（養生月覽）……〔62 b・4行〕

八月、宜合三勒漿、非此月則不佳矣、其法、用訶梨勒、毗梨勒、菴摩勒、以上並和核、用各三兩、搗如麻豆大、用細白蜜一斗、以新汲水二斗熟調、投乾淨五斗瓷甕中、卽下三勒末、熟攪、數重紙密封三四日、開更攪、以乾淨綿拭去汗、候發定卽止、但密封、此月一日、合滿三十日、卽成味至甘美、飲之醉人、消氣下氣（養生月覽）……〔63 b・9行〕

1 三兩。山本氏本、「三大兩」に作る。

2 用。山本氏本、「不用」に作る。

九月九日、收枸杞浸酒、飲不老、亦不髮白、兼去一切風（養生月覽。歲時廣記卷三六 七夕 收枸杞、ほと同じ。養餘月令卷一六 九月は「是月、取枸杞子、浸酒飲、令人耐老」とある。）……〔68 b・2行〕

九月二十八日、宜浴（養生月覽）……〔68 a・3行〕

十月朔日、風雨者、旱、夏水、麻子貴十倍、二日、雨、貴五倍、一云、來年麥善、晦日同占（歲時廣記卷三七 小春占麻麥）……〔70 a・4行〕

1 旱。山本氏本、「春旱」に作る。

十月朔日、風從東來、糴賤、從西來、春貴、朔日、風寒、正月米貴、大雨、大貴、小雨、小貴（歲時廣記卷三七 小春 卜米穀）……〔70 a・6行〕

1 糴賤。山本氏本、「春糴賤」に作る。

2 春貴。山本氏本、「春糴貴」に作る。

十月一日、宜沐浴（養生月覽）……〔72 b・4行〕

十月四日、勿責罰人、仙家大忌（養生月覽）……〔72 b・3行〕

十月十日、宜拔白（養生月覽）……〔72 b・4行〕

鹿骨酒、久服、長骨留年（后山詩註卷五 贈寇國寶三首任淵注）……〔72 b・5行〕

冬月、宜服鐘乳酒、主補骨髓益氣力逐濕、其方、用乾地黄

八分、菖蒲一升、熬別爛搗、牛膝<sup>(1)</sup>、五加皮<sup>(2)</sup>、地骨皮<sup>(3)</sup>、

桂心<sup>(4)</sup>、防風<sup>(5)</sup>、仙靈脾三兩、鐘乳五兩、甘草、湯浸三日、

以半升牛乳、瓷瓶中沒炊之、於炊飯上蒸之、牛乳盡出、暖

水淨淘洗、碎如麻豆、右諸藥並細剉、布袋子貯、浸於三斗

酒中、五日後、可取飲、一升清酒、量其藥味、即出藥、起

十月一日、至立春止、忌生葱陳臭物(養生月覽。養生類纂

卷一四 食饌部ほゞ同じ)……(72 b・11行)

1 五加皮。山本氏本、「五茄皮」に作る。

2 半升。山本氏本、「半片」に作る。

3 一升：即出藥。山本氏本、「出一升、即入一升清酒、量其藥味、減則止、即出去藥」に作る。

4 一日。山本氏本、この下に「服」の字あり。

共工氏、有不才子、以冬至日死、爲疫鬼、畏赤小豆、故冬

至日、以小赤豆粥厭之(養生月覽)……(77 b・9行)

△冬<sup>(1)</sup>至日、數至元旦、五十日者、民食足、有餘日、一日增

一升、不滿五十日者、遞減歲荒(養餘月令卷一九十一月)

……(3 a・1行)

1 本條、山本氏本と著しく異なる。山本氏本は「又常以冬至數至正月上旬日、滿五十日、人食長一日、餘一月食、少一日、即少一月食、此有據」

とある。

十一月十六日、沐浴吉(養生月覽)……(77 b・11行)

十一月十日、十一日、拔白永不生(養生月覽)……(77 b・11行)

十一月十一日、不可沐浴、仙家大忌(養生月覽)……(78 a・1行)

十一月、勿食龜鼈、令人水病(養生月覽)……(78 a・1行)

十一月、勿食陳脯(養生月覽。養餘月令卷一九十一月)……(78・2行)

十一月、勿食鴛鴦、令人惡心(養生月覽、養餘月令卷一九十一月)……(78 a・2行)

十一月、勿食生菜、令人發宿疾(養生月覽、養餘月令一九十一月)……(78 a・2行)

十一月、陰陽爭、冬至前後各五日、別寢（養生月覽）……〔78 a・8 行〕

十二月二日、宜浴去災（養生月覽）……〔80 a・8 行〕

十二月十五日、沐浴沐災（養生月覽）……〔80 a・8 行〕

十二月二十三日、沐吉（養生月覽）……〔80 a・8 行〕

十二月七日、拔白、永不生（養生月覽）……〔80 a・9 行〕

犀骨丸、療癰腫並發脊一切毒腫、服之腫化為水、神驗、方

犀骨老十二分屑 蜀升麻 黃芩 防風 人參 當歸 黃耆 乾

薑 蓼藍 黃連去毛 甘草炙 梔子仁巴上各四兩 大黃三分 巴豆二十介醋

熬令黃去心膜

右先搗巴豆如泥、又研令極細、餘十三味並為散、入巴豆膏同、研令至勻鍊蜜同、搗令巴豆勻細為丸、如梧桐子大、患者飲服三丸通利、三兩行喫冷漿水粥止之、如不利加至四五丸、唯初服快利、後漸減丸散、取馮利為度、老小以意增減、腫消皮皺、痢黃水盡乃止、忌熱麵・魚蒜・猪肉・菰菜・生冷・粘食等（醫方類聚卷一七三 癰疽）……〔82 b・4 行〕

臘月、好合菌陳圓、療瘴氣・時疫・溫黃等、若嶺表行、此藥常須隨身、其方、用菌陳四兩大黃五兩豉心五合熬令香恒山三兩梔子仁三兩熬硃硝三兩杏仁三兩去皮尖熬甲二兩去膜去膜巴豆一兩去皮心熬右九味搗篩、蜜和為圓、初得時氣、三日旦、飲服五圓、如梧桐子大、如人行十里、或痢或汗或吐或不吐不汗不痢等、更服一圓、五里久不覺、即以熱飲促之、老小以意酌度、凡黃病・痰癖・時氣・傷寒・瘵瘧・小兒熱・欲發癰、服之無不差、療瘴神效、赤白痢亦效、春初一眼、一年不病、忌人菹、蘆笋、猪肉、收瓶中、以臘固瓶口、置高處、逐時減出、可三二年一合（養生月覽）……〔83 b・3 行〕

- 1 圓。山本氏本、「丸」に作る。以下、同じ。
- 2 瘴氣・時疫。山本氏本、「瘴疫・時氣」に作る。
- 3 表。山本氏本、「往行」に作る。
- 4 須。山本氏本、この字無し。
- 5 熬令香。山本氏本、この三字無し。
- 6・7 人。山本氏本、「仁」に作る。
- 8 二兩。山本氏本、「三兩」に作る。
- 9 入之。山本氏本、「入用」に作る。
- 10 搗篩、蜜和為圓。山本氏本、「搗羅為末、鍊蜜和為丸」に作る。
- 11 十里。山本氏本、「十里許」に作る。
- 12 不痢。養生月覽は「利」に作るも、文意通じ難い。いま山本氏本によつて改めた。
- 13 臘。山本氏本「臘紙」に作る。

澡豆、糯米二升、浸搗爲粉、曝令極乾、若微溫、<sup>(1)</sup>卽捐香黃明膠壹斤、炙令通起搗篩、餘者炒作珠子、又搗取盡須過熟、皂角壹斤、去皮後秤、白及<sup>(2)</sup>・白芷<sup>(3)</sup>・白斂<sup>(3)</sup>・白朮・蘗本・芎藭・細辛・甘松香・零陵香・白檀香十味、各壹大兩、乾槲子壹升<sup>一名楮子</sup>、右件搗篩細羅、都勻相合成、澡豆方甚衆、此方最佳、李定所傳（醫方類聚卷八〇 頭面門二 治頭赤禿諸方）……（84 a・6行）

- 1 微溫。山本氏本、「微溫」に作る。
- 2 白及。山本氏本、「白及」に作る。
- 3 白斂。山本氏本、「白斂」に作る。

臘日、掛猪耳於堂梁上、令人致富（養生月覽）……（85 b・2行）

臘日、收猪脂、勿令經水、新器盛、埋亥地百日、治癰疽、<sup>(1)</sup>此月收亦得（養生月覽）……（85 b・2行）<sup>(2)</sup>

- 1 新器。山本氏本、「新瓷器」に作る。
- 2 此月收亦得。山本氏本、割注の形にて、「此月中收者亦得」に作る。

歲除夜、積柴於庭燎火、辟災而助陽氣（養生月覽。歲時廣記卷四〇 歲除 燒骨髄の條は「歲」・「火」・「而助陽氣」の文字を缺く）……（86 b・2行）

十二月晦日前兩日、通晦三日、齋戒燒香、靜念、仙家重之（歲時廣記卷四〇 歲除 修齋戒・養生月覽）……（86 b・5行）

臘日、取皂角、燒爲末、遇時疫、早起以井花水、調一盞服<sup>(1)</sup>之、必効差（養生月覽）……（86 b・8行）<sup>(2)</sup><sup>(3)</sup>

- 1 時疫。山本氏本、「時疾」に作る。
- 2 早起。山本氏本、「晨旦」に作る。
- 3 一盞。山本氏本、「一盞匕」に作る。

臘日、好合藥餌、經久不喝<sup>(1)</sup> 養生月覽）……（86 b・9行）

- 1 「不喝」の下、山本氏本に「耳」の一字あり。

屠蘇酒、大黃・蜀椒・桔梗<sup>(1)</sup>・桂心・防風各半兩、白朮・虎杖各一分、烏頭半分、右八味、剉以絳囊貯、<sup>(2)</sup>歲除日薄晚、掛井中、令至泥、正旦出之、和囊浸於酒中、東向飲之、從小至大、逐人各飲少許、一家無病、候三日、棄囊并藥於井中、此軒轅黃帝之神方矣（醫方類聚卷四五 傷寒門一九 辟溫）……（86 a・8行）<sup>(3)</sup><sup>(4)</sup>

- 1 桔梗。山本氏本、「苦梗」に作る。
- 2 一分。山本氏本、「一兩」に作る。
- 3 貯。山本氏本、「貯藏」に作る。
- 4 從小。山本氏本、「從小起」に作る。

山本氏本未載史料

屠蘇、孫思邈庵名、一云、屠割也、蘇腐也（事文類聚卷六

古今文集 元日）

五日、取蝙蝠、倒掛曬乾、和官桂薰香燒之、可辟蚊蟲（養  
餘月令卷九 五月）

五日、取葛根爲末、療金瘡、斷血、除瘡、取豬牙燒灰、治  
小兒驚癇、并塗蛇傷（養餘月令卷十 五月）

梅熟而雨、曰梅雨（歲時廣記卷二 夏 黃梅雨）

三伏日、不可嫁娶、傷夫婦不吉（邊生八牋卷四 四時調  
攝。養餘月令卷十二 六月）

閩人以夏逢庚入梅、芒種逢壬出梅（通雅卷一二 天文）

立秋日、以秋水吞小豆七七粒、止赤白痢疾（歲時廣記卷二  
五 立秋 服小豆）

按四時纂要及諸家種藝之書、八月三卯日、種麥、十倍全收  
（南宋孝——光宗代頃 董煟撰 救荒括民書卷二 勸種二麥）

勿食生韭、多涕唾、勿食黃鼠、損神氣、勿食獐肉、動氣  
（養餘月令卷一九 十一月）

冬至日、數至元旦、五十日者、民食足、若不滿五十日、一  
日減一升有餘日益一升、最驗、至前、米價長、至後、必  
賤、落則反貴、寒不降、五月雷電、朔日、值冬至、主年荒  
歲凶、古占書、以朔日冬至、爲令辰（廣群芳譜卷六 天時  
譜十一月）

## 十 養生月覽合校本

- (1) 合校に當つては内閣文庫藏舊紅葉山文庫本を底本とし、これを上段に掲げる。諸本との對校の次第は下段に記す。
- (2) 對校した諸本は次の通りである。
- 内閣文庫藏 舊醫學館本（略稱、い本）  
武田研究所圖書館藏 舊三木榮博士本（略稱、三木本）  
曲直瀬玄朔撰 養生月覽（略稱、曲直瀬本）
- (3) 紅葉山本、醫學館本・三木本、それぞれに稚拙な筆寫の誤まりがある。あまりに明白な誤まりは一々これを指摘しない。
- (4) 紅葉山本は、「七月七日採守宮」の條の途中の「故號守宮又按万畢術曰守宮飾女臂有」の記事以下「七月十一日取枸杞菜…不病不老七雲簀  
鐵」まで二十四行を、誤まつて「立秋日、人未動時…歲時雜記」のあとに配している。ここにはその錯簡を訂正して掲げた。
- (5) 紅葉山文庫本寫真版掲載については内閣文庫の御承諾を得た。



養生月覽序

予嘗講求養生之說編次成集謂之月覽矣懼其遺事於是復為雜類收羅前書未盡之意非獨為諱蓋欲覽之得其詳也昧者審于是始見予之月覽也或患予拘泥見予之雜類也復慮予雜明不思淘金於砂然後流水之空出焉抹至於石然判山之璞見焉希始予拘烏乎連帶由手難烏乎一予言之詳也蓋指人以入道之序若夫深遠自得左右逢原則付諸悟理君子夫何疑焉嘉定十五年歲次辛逆富之日宋庵周守忠書

養生月覽目錄

上卷

正月 三十四條	二月 三十五條
三月 三十六條	四月 三十七條
五月 三十八條	六月 三十九條

下卷

七月 三十三條	八月 三十三條
九月 二十八條	十月 三十二條
十一月 二十五條	十二月 三十一條

養生月覽目錄

(1) 養生月覽序。三木本、序を缺く。

(2) 貴。い本「遺」に作る。

(3) 諄。い本「諄復」に作る。

(4) 養生月覽目錄。三木本、目錄全部を缺く。

養生月覽元上

案 卷 周 寄 忠

集 集

卿貢進士鍾浦縣知縣植陽謝頤校正重刊

正月

正月一日子時燒素掃令入倉庫不虛月令高經

元日子後是前春赤小豆七粒椒酒一合同上

正月旦鷄鳴時祀大通照五果及桑樹上下則無蟲時年有

桑米災生蟲者元日照者必先交四時集要

元日寅時飲慶癸酒自細及長雜五行書

正月旦及正月辛以麻子赤豆二七顆置井中辟瘴病甚効同上

元日辛旦吞蟻或七粒終歲不於食中誤吃蟻子呂公獻時類記

正月一日燒木及飲木湯同上

元日服桃湯桃者五行之精厭伏邪氣制百鬼荆楚歲時記

元日絳懸葦炭桃棗門戶上却瘴疫也同上

元日日出時朱書百病符懸戶上月令高經

正月一日未明小兒不長者以手攀東牆勾令人知或至於狗寶

中使人牽拽雜碎錄

元日庭前爆竹以辟山臊鬼也山臊在西方深山中長不餘性

不畏人犯之令人寒熱病畏爆竹太平御覽

元日造五辛盤正元日五重鍊形註曰五辛取以發五藏氣

正月一日取五木煮湯以浴令人至先鬚髮黑徐僭註云道家

謂青木香為五香亦云五木雜碎錄

(1) 撰者・校正者名。三木本、これを缺く。

(2) 旦。三木本「朝」に作る。

(3) 同右。

(4) 形。三木本「邪」に作る。

(5) 拽。三木本、この字を缺く。

(6) 元日造五辛盤。三木本によれば出典は「周處風土記」。

(7) 徐僭。三木本「徐僭」に作るは誤まり。

元日造椒酒杜是至衛星精服人令人身輕能長生是  
仙藥又造酒次當從小起以年少者為先（二）夫椒是

元日造桃板著戶謂之仙本像樹是山桃樹（三）是實之  
歲旦服赤小豆三七粒面來以金沐下即一年不疾病家人未令

服之（四）時禁事

元日取小便洗服氣大効

正月一日取枸杞葉葉作湯沐浴令人光澤不病不老是（五）

正月一日取鵲巢燒之著於廁能辟兵（六）時禁事

歲旦日埋敗履於庭中家出後是子抄錄

正月朝早將物去塚頭取古時一口將呪要新一年無時瘧安

大門也（七）本草

臘月單向正旦朝野居處埋之辟瘟疫梅師方

昔有齊人歐明者乘舡過青草湖忽遇風晦而逢青草湖君

邀停止家堂宇謂歐明白惟君取須富貴金至書物書當（八）湖

明未和許答傷有一人私語明白君但求如願並勝餘物明依其人

語湖君嘿然復更便許及出乃呼如願即是一少婢也湖君語

明白君願取至家如要物但就如願所願必得明至家數年

遂大富後至歲旦如願起早明報之願以頭鑽其堂中漸

沒失後明家漸（九）貧令人歲旦堂中不出恐如願在其（十）中

正月一日取鵲巢燒及撒門（十一）是子抄錄

正月三日買竹筒四枚置家中四壁上令白香萬倍（十二）財自來

正月四日投白永（十三）不生凌晨投神仙投白日他月似此投白（十四）髮

（8）崔氏。三本本「崔寔」に作る。

（9）沐。三本本「汁」に作る。

（10）元日取小便。三本本によれば出典は「碩碎錄」。

（11）旦。三本本「朝」に作る。

（12）旦。同右。

（13）同右。

（14）永。曲直瀬本「髮」に作る。

正月五日取商陸根細切以水漬之三日陳乾可治為末服三寸匕

水脹下日三服百日伏尸下出如人收臘埋之祝曰伏尸當處死

我當為天無後相召即去隨改道還賴常先服之禁一

切血肉辛菜物四時禁食要

正月七日上會可齋戒四時禁食要

正月七日男吞赤豆七顆女二十七顆竟冬一不病五箇苦

人日夜多見鳥過人家縫床布方極狗牛神祠以糴之新穀歲時

正月八日沐浴去災禍神仙沐浴日四時禁食要

正月十日人定時沐浴令人壽聖凡齋戒沐浴皆當鹽沐五香湯其

五香湯法用蘭香一斤荊花一斤零陵香一斤青木香一

斤白檀一斤凡五物切之以水二斛五斗薑取一斛二斗以自

洗浴也此湯辟惡除不祥惡降神去邪之以沐羊治頭風

五發七籤

前草月初上寅日燒中庭令人一家不孝天行四時禁食要

正月十五日持女青末三角餅食盛餐前帳中大吉辟辟瘟

病女青草也用後方

正月十五日錢健康熱令焦和穀種之能辟也四時禁食要

正月十五日作青粥以祠門戶五福家典

正月十五日作豆糜如油膏其土以祠門戶利養歲時凡

正月十五日燈臺令人有子夫婦共於富家局會取益之句令人

知安床下昔月有娠本車

正月望日以柳枝拂戶上隨柳枝所指處祭之致瑞物祭之齊諧

(15) 道還。三木本「道無還」に作る。

(16) 四時禁要。三木本「雲笈七籤」に作る。

(17) 上會。三木本「上會日」に作る。

(18) 正月「上寅日。三木本、本條を細字にて書く。

(19) 絳囊。三木本「絳囊」に作る。

(20) 用後方。三木本「肘後方」に作る。

(21) 正月十五日。三木本、本條を「作豆糜」の次に配し細字にて書く。

(22) 箕。い木、この字を缺く。

(23) 安床下。い木、三木本「安臥床下」に作る。

(24) 祭之。三木本、この二字を缺く。

記云吳縣張成夜於宅東見一婦人曰我是地神明日月半宜  
以饅饅自粥祭我令各家香案百倍後開如言今人謂之

粘錢時歲時記

上元日可齋戒誦真經度人經令人資福壽(26) 纂要

車春日食生菜不可過多取迎新之意及進饅饅以進乎和氣千金月令  
上學之士當以立春之日清朝煮白芷桃枝青本香三種車向沐

浴五苓七散

立春日報主牛應氏爭之得牛肉者其家宜富(27) 亦云治病

公成時雜記

後生於立春并社日食鹽者至納婦拜門日腰有聲如嚼鹽然

皆以為戒 同上

打春時春牛泥撒在簷下蚰蜒不上瑯碎錄

立春後有庚子日溫無青汁合家大小並服不服多少可理時

疫傷寒類要

入春宜脫脫綿衣令人傷寒雲笈七籤

正月之節宜加綿襪以煖足千金月令

正月宜煮桑枝湯及造煎以備用其桑枝湯方取桑枝如箭幹

大者細挂以酢熬作湯又桑枝煎方取桑枝大如箭幹者細

剉三升熬令微黃以水六升煎三升去滓以重湯煎取(29)

下白蜜三合黃明膠一兩炙作末煎成以不津器封貯之

同上

正月並始青可以食凡並不可以作羹授人作羹佳人作羹必先(31)

(25) 用。三木本「果」に作る。

(26) 纂要。三木本「四時纂要」に作る。

(27) 亦云治病。三木本、大字にて書く。

(28) 腰。い木、三木本「腰間」に作る。

(29) 淮。三木本「進」に作る。

(30) 二。い木、三木本「二升」に作る。

(31) 作羹。い木「作羹食」に作る。

削一所地上二寸土取壘不洗便投沸湯中滾出鋪所削  
新土上良久然後入水淘擇同上

正月不可釋緯襦宜食粥人病有三等第一曰地黃以補虛取黃  
四兩搗取汁微帶熟煎即下之以綿裹板一百粒生薑一片  
投粥中候熟出之羊腎一具去脂膜細切如韭菜大分少  
塩食二曰防風以去四肢風取防風二大分煮取汁作粥  
三曰紫蘘以去擁氣取紫蘘子熬令黃香以水研濾  
取汁作粥同上

正月勿食虎豹狸肉令人傷神損氣千金方

正月不得食生葱令人面上起遊風同上

正月勿食梨梅師方

正月食鼠錢多為鼠瘻小孔下血者是此病本草

正月之節食五辛以辟穢氣蒜葱韭薤(32) 姜也 食音心鏡

正月雨水夫妻各飲一盃還房當獲時有子神効也本草

正月初婚忌空房多招不祥不可不謹(33) 得已當以重謹置

床上樓之項碑錄

正月甲子後自晦日汲井花水服令髮髮不白四時集要

正月未日夜蘆菖父照井中百鬼走荆楚歲時記

正月寅日燒白髮吉千金方

正月二月取章陸根三十斤淨洗去麤切長二寸許勿令中風

綃囊裏藏懸屋北六十日陰燥為末以方寸匕水服(34) 食服十日見鬼六十日使鬼取金銀室物作屋舍隨言

(32) 姜。三木木、薑に作る。

(33) 可。い木。三木木、この字を缺く。

(34) 旦。三木木「朝」に作る。

欲八十日見千里百日登風復雲久服成仙生其七載

春不可食肝為肝王時以死氣入肝傷鬼也金匱要略方

春服小續命湯五劑諸補散各一劑百病不生千金方

春月飲酒茹葱以通五藏莊子

春三月每朝極頭三百下至夜欲臥酒湯去熱湯一盃從膝下

洗至足方卧以通波風毒脚氣勿令壅滯四時養生論

春七十二日省酸增甘以養脾氣千金方

春間不可食鰾魚鰾魚其中有魚也項碑錄

春三月夜卧早起此言其常素問又按靈芝七藏曰手春月宜卧

趙先生曰欲除尸氣之法春月釋甲乙夜視歲星所在朝之無拜

惡竊祝曰願東方明星君扶我免接我魄使我壽如松

栢生年一萬歲生不落額為甲除身中三尸虫盡走消滅

常擇潔淨頻行之為善此仁德樂生君本也太極尸去

妙訣秘之靈芝七藏

太極真人曰常以卷甲寅日夏兩午日秋庚申日冬壬子日瞑卧

時先持朱砂雄黃雌黃三物等分細搗以綿裹之使

如粟大臨卧時塞兩耳中此消三尸鍊七鬼之道也

明日日中時以東流水沐浴畢更整飾牀席易著衣物

浣故者更復履先除滯之都畢又持洒於殿牀下通令

卧住一空淨潔平安枕卧向上閉氣握固良久微呪曰天

道有常故易故新上壽吉沐浴為真三氣消尸生黃

安魂宝鍊七魄与我相親此道是消鍊尸穢之上法改易

(35) 梳。三木本「搔」に作る。

(36) 三百。い本、三木本「二百」に作る。

(37) 此。三木本「此」の字なし。

(38) 魄。い本「鬼」に作る。

(39) 木剋尸去。三木本「木剋土所以尸去」に作る。

(40) 時。い本「特」に作る。

(41) 搗。三木本「搗」に作る。

(42) 吉。い本、三木本「吉日」に作る。

真形之季也。四時各一日為之同上。

春日宜腦足便冷同上。又按千金月令曰正月之節宜加綿襪。足凡附春欲得頸向東有所利益同上。

二月

二月二日取枸杞葉煮作湯沐浴令人光澤不病不老。雲笈七籤

二月三日不欲眠。千金月令

舊集氏時二月二日得入子時養之家便大富。後以此日出野中

林達茨向門前以桑之云。遼宮。歲時廣

二月六日宜沐浴齋戒。天祐其福。雲笈七籤

二月八日授自神。仙良日。四時纂要

二月八日黃昏時沐浴令人輕健。雲笈七籤

二月九日忌食一切魚鱉。同上

二月九日勿食魚仙家太忌。白雲先生雜忌

二月十四日忌遠行。水陸並不可往。雲笈七籤

二月勿食菊花菜及陳蔬。發病疾動。氣勿食大蒜。令人氣壅

間隔不通。勿食薤子及韮子。滯人氣。勿食小蒜。傷人志性

勿食兔肉。令人神。氣不安。勿食狐貉肉。傷人神。同上

二月腎藏氣微。肝藏正。宜賜去疾。宜泄皮膚。令得微汗。以

散去冬溫伏之氣。同上

二月勿食鰓菜。梅師方

二月勿食菜。今傷腎。白雲先生雜忌

(1) 二月二日取枸杞葉。三木本、本條を「二月六日八日宜沐浴齋戒」の次に配す。

(2) 二日。い本「三日」に作る。

(3) 人神。曲直瀬本「人腎」に作る。

(4) 宜賜去痰。三木本・曲直瀬本「宜淨膈去痰」に作る。



二月勿食雞子令人常患心千金方

二月宜食鹽大益人心同上

二月行途之間勿飲墮地流泉令人發瘡瘡又損脚令軟

二月初復噴灸兩脚三里純骨對穴各七壯以湯洗至夏即

無脚氣衝心之疾四時養生論

二月之節不可食生冷千金月令

二月中不可吊喪問疾可衣夾衣同上

每至二月吐痰綠中至午向後病多困憊至於風骨氣冷多起月

疾涎可取牛膝子一合以是酒一兩同午暮子持馬末入

五更初投新汲水一椀折令勻晨起東向服之使卧良久

以持胃膈當吐以血盛之令起坐凡走頭滑疾涎出甚

至黃勝水最妙與漱記取燕餅切火上炙令黃便喫之仍煎(9)

甚憂渴下至走不得瘡痛瘰癧病亦不能害人臨生論

三三月內天晴日取薯蕷洗去土小刀子刮去黑皮後又削去第二

重白皮約厚一分已來於淨紙上着篩中熬至夜收於紙

籠內着微火煮之至米目乾以乾為度如米乾天色陰即

大培復為乾薯蕷藥入丸散用其第二重白皮條煎別服(10)

取馬麴純補益四時養生要

二月取百合根錫乾搗作麴細篩純益人同上

二月上至日取土泥蓋屋宜蚤同上

二月上兩日沐髮愈疾南陽太守曰晉太王景有沉疴用之

皆愈同上

(5) 行途。三木本「行道」に作る。

(6) 飲。三木本「食」に作る。

(7) 生冷。曲直瀨本「生菴」に作る。

(8) 以。三木本「以上」に作る。

(9) 記。三木本「訖」に作る。

(10) 姜。三木本「薑」に作る。

(11) 着。三木本「著」に作る。

(12) 同右。

(13) 上手。三木本「上丑」に作る。

(14) 上内。三木本「上卯」に作る。

二月上辰日取道中土泥門戶辟官事<sup>(15)</sup>同上

二月上全日取土泥屋四角大宜泰也同上

二月乙酉日中北首卧合陰陽有子即貴也四月壬子日三

桃杏花二月丁亥日收陰乾為末戊子日和并化水服方寸匕日三

服療婦人無子大驗同上

二月庚寅日勿食魚犬忌千金方

驚蟄日以石灰拌門限升免虫蟻出<sup>(16)</sup>理碎錄

春分後宜服神明散其方用蒼朮桔梗各二兩附子一兩炮烏頭

四兩炮細辛一兩石鵝脂為散終象盛帶之方寸匕二人

帶一家無病有染時氣者新汲水調方寸匕服之取汗使

差千金月令

春秋二社是日人家皆戒見女風興以舊俗相傳苟為晏安則社

翁社婆遺尿其面上其後面黃者是且驗也呂公歲時雜記

社日小學生以菰繫竹竿上於窓中托之謂之開聰明或加之以燕

欲求能計<sup>(17)</sup>等也同上

社日學生皆給假幼女輟女工云是日不廢業令人憐同上

社日飲酒治龍耳同上

三月

三月一日不得與女人同處大忌之重寶七載

三月三日勿食百草外臺秘要方

三月三日採艾為人掛戶以備一歲之疾用凡多避人神之可

在千金月令

(15) 官事。い本「官事」に作る。

(16) 一兩。三木本「二兩」に作る。

(17) 治聾。曲直瀬本「聾」とのみ記す。

三月三日取桃花米收之至七月七日取烏雞血和塗面及身三  
日後光白如素太平公主秘法四時禁食

三月三日收桃葉懸乾搗篩并花水服一錢治心痛 同上

三月三日是神日勿食諸雜物 同上

三月三日乃上巳日可以採艾及蔓菁花療黃病 月令

上巳日取黍麴和菜作羹以辟時氣制楚威時記

三月三日取薺菜花鋪杜上及床席下可辟出蠅極驗 同上

三月三日收苦綠花或菜於席下可辟 同上

三月三日勿食烏鰂五藏及一切果菜五辛辛物大吉 千金方

三月三日取桃葉一云桃根搗取汁七升以大醋一升同煎令得五

六合先食頓服之隔宿無食即尸出 俱下 本草

三月三日勿食五藏肉百草心 雲笈七籤金書仙語戒

三月三日取枸杞菜煮作湯沐浴令人光澤不病不老 雲笈七籤

三月六日申時洗頭令人利官七日平旦浴日入時浴並招財 同上

三月六日入時沐浴令人無厄 雲笈七籤

三月十一日老子拔白日真經

三月十三日拔白永不生 四時禁食要

漢末有郭廣者有三女一女以三月上辰一以上巳二日而三女

乳並亡迄今時俗以為大忌故於是月是日婦女忌諱不

復止家皆通東流水上就適遠地新故自潔濯也 同上

三月十六日忌遠行水陸俱不可往 雲笈七籤

三月二十七日宜沐浴 同上

(1) 桃花米。三本本「桃花末」に作る。

(2) 百一方。三本本「百歌」に、い本「百一歌」に作る。

(3) 杜上。曲直瀨本「杜上」に作る。

(4) 瑱碎錄。三本本、出典を缺く。

(5) 同上。同右。

(6) 雲笈七籤金書仙語戒。三本本、出典を缺く。

(7) 平旦。三本本、この二字を缺く

(8) 雲笈七籤。三本本、出典を缺く。

(9) 雲笈七籤。同右。

(10) 漢末有郭廣者、以下三行。三本本、空白。

三月宜食韭菜大益人心出千金方又按實夏七歲曰春季食韭菜  
三月勿食生薑本草

三月勿食小蒜傷人志性千金方

三月中可服單衣千金月令

三月採桃花未開者陰乾百日與赤梗等分搗和臘月猪脂

塗之九瘡神効 四時纂要

三月食雞子終身身壯白雲先生雜要

三月之節宜飲松花酒其法取糯米淘百遍以神麴和凡米一

斗用神麴五兩春月取松花精長五六寸者至一足餘尾者各三兩枚細剉一升蒸之銷袋盛之酒一升浸

取五日堪服一服三合日三服久服神仙千金月令

三月勿食脾乃是季月土旺在脾故也千金方

三月羊羹臘乾烟及存性和輕粉麻油可傳患瘡一名百

草霜項碎錄

三月勿食蛟龍肉及一切魚肉令人飲食不化發宿傷人神

氣悅悅出千金方又按實要曰三月庚寅日食魚山

三月入衡山之陰取不見日月松脂煉而餌之即不召而自來

之百日耐寒暑二百日五歲補益服之五年即見西王

母同上

三月不得食陳蓮夏熱病發惡瘡本草

三月採章陸一名商陸一名當陸如人形者神逐陰之精此

神草也殺伏尸去面黥黑益智不忘男女五壯方七傷

(11) 三月中可服單衣。三木本、出典を缺く。

(12) 四時纂要。三木本「白雲先生雜記 四時纂要」に作る。

(13) 雜要。三木本「雜記」に、い本「雜忌」に作る。

(14) 之。三木本「以」に作る。

(15) 烟。三木本「燠」に作る。

(16) 發宿。い本・三木本「發宿病」に作る。

(17) 又按。三木本「又云」に作る。

(18) 不見日月。三木本「日月不見」に作る。

(19) 不得食。三木本「不食」に作る。

婦人乳產餘病帶下結赤白帶命石用麴十斤米  
三斗加天門冬末一斗釀酒清膏陸六日便齊服  
五日食減二十日穀腸肥容氣充茂諸虫皆去耳目  
聰明管滅以月宿與鬼日加丁時取商陸脈如桑日三  
道士常種此藥草於靜室之園使人通神令人不老  
長生去三虫治百病毒不能傷矣重復七載

春季月食生葵令飲食不消化發宿疾食療本草

春季月末一十八日省耳增臍以養腎氣千金方

春季月陽城陰伏勿發池大汗以養藏氣勿食馬肉令人

神鬼不安勿食麋鹿肉等損志靈苑七載

春季月肝藏氣伏心當向王宜益肝補腎是月火相水死

勿犯西北風勿久處濕地必招邪毒勿大汗當風勿露絲

星宿下以招不祥之事同上

世傳婦人死于產者其鬼唯於一百五日得自濟灌故人聚

寒食前一日常當水是日不上井以避之呂公歲時雜記

寒食日取黍糠於月德上取土脫糝一百二十口安宅福德上

令人致福四時雜要

寒食日以細袋盛麵挂當風處中著調水服瑞珍錄

寒食日水浸糯米逐日接水至小滿濾出曬乾炒黃碾末水調

療打撲傷損及諸瘡腫同上

寒食一百五日預採大麥曝乾能治氣痢用時搗羅為末

食前粥未飲調下一錢最効同上

(20) 清 三木本「漬」に作る。

(21) 減。三木本、この字を缺く。

(22) 皆。三木本、この字を缺く。

(23) 道。三木本、この字を缺く。

(24) 損志。三木本「損氣損志」に作る。

(25) 呂公歲時記。三木本、出典を缺く。

(26) 細袋。三木本、「紙袋」に作る。

清明前二日夜雞鳴時炊黍米熟取釜湯遍洗井口瘡遺地  
則無馬蚊百虫不近并瘡尤甚神驗者民要術

則無馬蚊百虫不近并瘕甚神驗 有民要術

清明日未出時採齊菜花枝猴乾夏日做挑灯杖能祛蚊  
菜亦名護生草於清明日取花蔭乾暑月置近燭則  
能令蚊蚋不侵瓊碎錄

茅亦名護生草於清明日取花陰乾暑月置近燭則

能令蚊蠅不侵瑣碎錢

清明日，<sup>(28)</sup>斗內着大炒栗子，於帳內上下令烟氣出，令人問炒甚底。荅曰：炒狗蚤。凡七問七荅，狗蚤不生矣。同上

人問炒甚底答曰炒狗蚤凡七問七答狗蚤不生矣同上

四月

四月四日 映時沐浴令人無訟 雲笈七籤

四月七日沐令人大富四時纂要

四月八日不宜遠行宜安心靜念沐浴齋戒必得福慶

四月八日勿食百草 外臺秘要方

四月八日勾殺草伐樹 金書仙誌載

四月八日取枸杞葉煮作湯沐浴令人光澤不病不老雲笈七籤

四月九日沒時浴令人長命四時纂要

四月十六日按白則黑髮同上

四月食雉令人氣逆食鱈魚害人  
白雲先生雜忌

四月之節宜服衣宜進溫食宜服煖藥宜食羊腎膽造羊

腎膵法右以兔絲子一兩研者取汁濾之漉麴切者服

以羊腎一具切炊作膳服之尤療眼暗及赤痛千金方

四月之節宜服附子湯其方用附子一枚炮勿令焦為末分

- (1) 仙誌戒。い本「仙龍戒」に作る。

- (2) 宜服衣。三木本「宜服新衣」に作る。従うに足る。い本「宜服者衣」とあるは通じ難い。

- (3) 羊腎。い本「羊肉」に作る。

- (4) 造羊腎臃法。三木本「臃」の字を缺く。

- (27) 暑月。い本「暑日」に作る。

- (28) 甚底。三木本「甚的」に作る。

作三服以生薑一片用水一升煎取五合明早空腹服同上

四月之節宜食笋以寬湯滑滿先旋湯轉然後投笋於中令其自轉不得攪之即破假熱出之如此則色青而軟而不爛可以食和皮碎手開肉殺米飯細切羊肉并去椒鹹豉汁塩花等却以麴封之文火燒聞香即熟去皮看子一寸截之以進笋味此最佳同上

四月之節可以飲棗酒治風熱之疾可以造棗煎其造棗煎用法棗汁三斗白蜜兩合酥一兩生薑汁一合以重湯煮棗汁取三升入塩酥等煮令得所於不津器中貯之每服一合和酒調服理百種風疾同上

四月為乾生九死是月也萬物以成天地化生勿冒極熱勿

大汗後當風勿暴露星宿皆成惡疾攝生月令

四月勿食雞肉勿食生薑同上

四月宜補腎助肺調和胃氣無失其時同上

四月勿食萌傷人神損膽氣令人喘悸服助氣千金方

四月勿食暴雞肉作肉疽在背腹下出漏孔文夫少陽婦人

純孕虛勞之氣同上

四月勿食蛇肉鮮肉損神害氣同上

四月不得入房避陰陽絃用事之月也同上

四月勿食生蒜傷人神損膽氣金匱心鏡

孟夏夜卧早起思無怒勿泄大汗孟夏七載

(5) 滿。三木本「沸」に作る。

(6) 即。三木本「而」に作る。

(7) 後。三木本、この字を缺く。

(8) 助氣。い本「助氣急」に作る。

(9) 文。三木本「丈」に作る。

(10) 孟夏夜。三木本、誤つて「孟夏」に作る。

凡卧夏欲得頭向東有所利益同上

夏不用枕枕物銀石等令人眼暗同上

夏月不得大醉四時養生論

夏三月每朝空心少葱頭酒令血氣通暢同上

⑪風毒脚氣因服虛而得人生命門屬在於腎夏月腎氣衰

絕若房色過度即傷元氣而損壽亦不宜多服踈菜

云及七載

夏三月宜用五枝湯澡浴浴訖以香粉傅身能祛毒除

風氣滋血脉其五枝湯方用桑枝槐枝楮枝柳枝桃

枝各一握麻葉二斤右牛六味以水一石煎至八斗許

去滓溫浴一日一次其傅身香粉方粟米一斤作粉妙

夏七十二日省苦增辛以養肺氣千金方

夏月宜食苦蕒(14)以養心預碎錄

夏三月夜卧早起無厭於日使志無怒

夏不可食諸心金匱要略方

## 五月

五月一日中時沐浴令人身光此出雲及七載又持刺楚成

時記曰五月一日沐浴令人吉利

五月一日取枸杞葉煮作湯沐浴令人光澤不病不老雲及

七載

塚上去及碑石主溫度五月一日取之瓦器中或埋之著門外

⑪「風毒脚氣」の條より「五月五日荆楚人」の條まで二十四行、三木本  
は脱落。

⑫牛。件の誤まり。

⑬作粉妙。い本、太字に作り、「妙」を「如」に誤まる。

⑭苦蕒。い本、曹の字を缺く。

①或。い本「盛」に作る。



塔下合家不患時氣 本草

五月五日朱索五色紙<sup>(1)</sup>戶為門戶飾以止惡氣續漢書礼儀志

五月五日取蟾蜍可合惡疽瘡取東行蟻蛭治婦難產<sup>(2)</sup>

定四民月令

五月五日菖蒲採衆藥以蠲除毒氣太平御覽

五月五日荆楚人將艾以爲人懸門戶上以攘毒氣荆楚

歲時記

五月五日以五彩絲繫臂辟邪者辟兵及鬼令人不病溫風俗通

五月五日未明時採艾見似人履攬而收之用灸有驗荆楚歲

時記

五月五日午時採艾治百病四時集要

五月五日取浮萍陰乾燒烟去蚊于千金月令

五月五日午時採百藥心相和搗<sup>(3)</sup>金桑樹心作孔內藥於其

中以泥封之滿百日開取暴乾搗作末以傳金瘡同上

五月五日粽子芋勿多食<sup>(4)</sup>訖以菖蒲酒投之取菖蒲根節

促者七葉各長一寸清酒中服之治傷損同上

五月五日午時聚先所宜時藥燒之辟疫氣或止燒水

歲時雜記

五月五日正午時於<sup>(5)</sup>非時<sup>(6)</sup>面東不語取蚯蚓煮乾而收之或為

魚刺<sup>(7)</sup>鯁以許擦咽外刺即消謂之六一泥同上

五月五日生目者以紅絹或間花凡紅赤之物以拭目而卒之云得

之者代受其病同上

(2) 搗。三木本「搗」に作る。

(3) 築。三木本「藥」に作る。

(4) 非畔。三木本「非畦」に作る。

(5) 取。三木本、この字を缺く。

(6) 以許。い本・三木本「以少許」に作る。

(7) 生目。三木本「目書」に作る。

(8) 間花。三木本「榴花」に作る。

五月五日取青蒿搗石反至午時丸作餅子收置几案取傷者  
錯本傳之同上

五月五日午時宜合瘧疾鬼哭丹先以好鐵半兩細碎安放鐵鍋  
內以寒水石一兩為末固定然後以艾灰蓋蓋却濕紙封板  
縫炭火熱煙出重紙黃色即止取出以紙襯放地上出  
火氣毒良久細研為末入龍胞射香各少許研勻從  
以蒸餅水泡為丸如梧桐子大朱砂為衣每服一丸發日  
早晨於功德堂香煙上度過面北方并花水吞下忌熱  
食魚鮓生果十數日永水此藥合時忌婦人僧尼雞犬  
及孝服人見如女人有疾可令男子拈入口內服之立効藥不  
吐瀉四時養生論

五月五日用對艾斗燒一棗置床下辟狗蚤頭辟錄

五月五日作赤灵符着心前禁辟五兵抱朴子

五月五日午時以朱砂寫奈字倒貼之(17)不敢近頭辟錄

五月五日五更使人入堂中向空扇一人問之扇底底答蚊虻凡

七問乃已則無蚊虻同上

五月五日午時寫白字倒貼柱上四處則無蠅子同上

五月五日午時望太陽將水呪曰天上金雞吃蚊子脫離灯心上

吸太陽氣念呪七次過夜將燈心點照辟去蚊子同上

五月五日取鰾瓜着衣領中令人不忘同上(18)

五月五日高菰成片放厨櫃內辟虫蛇水帛等物收菰苗(19)

芒下亦得同上(20)

(9) 鈍。三木本「礎」に作る。

(10・11) 槐。三木本「碗」に作る。

(12) 熏。い本「烹」に作る。

(13) 即。い本「而」に作る。

(14) 射。三木本「麝」に作る。

(15) 水。三木本「澀」に作る。

(16) 午時。い本「午脂」に作る。

(17) 不敢近。三木本「蛇蝎不敢近」に作る。

(18) 着。三木本「著」に作る。

(19) 菰。三木本「葛」に作る。

(20) 葉。曲直瀬本「菜」に作る。

五月五日取臘水洗屋下辟蚊蠅同上

五月五日以麩子微炒搗羅為末患淋疾者每食前以溫酒

調下一錢最驗同上

五月五日取鯉魚枕骨燒服止久痢千金方

五月五日勿以鯉魚子共猪肝食必不消化成患疾同上

五月五日取魚子共鯉魚子食之作瘰癧同上

五月五日取露草一百種陸乾燒為灰和井花水重煉(29)

斜服下挾之乾即易主服氣臭當抽一身間瘡出即以

小便洗之本草

五月五日中時取葛根為屑療金瘡斷血赤瘰癧同上

五月五日取猪齒治小兒驚風癇瘡服并治蛇咬同上

五月五日取蝙蝠倒懸者(25)乾和桂葉陸香為末燒之收

子(26)同上

五月五日取東向桃枝日未出時作三寸木人著衣帶中令人

忘千金翼方

五月五日採萺蓂和馬齒莧為末茅分調与妊娠服之易產

金瘡本草

五月五日勿見血物(27)雲氣(28)

五月五日午時採人一百箇去皮尖於乳鉢中細研成膏不得犯

生水候成(29)入黃丹三錢丸如梧桐子大每服三丸當瘰癧

日面北用溫酒吞下如飲酒并花水亦得合時忌雞犬婦

人見本草

(21) 以麩子。三木本「收麩子」に作る。

(22) 鮑魚子。三木本「鮑魚子」に作る。

(23) 作瘰。い本・三木本「作瘰黃」に作る。

(24) 令為餅。い本「令」の下、二字分の空白を作り、三木本「令醃醋為餅」に作る。

(25) 嚙。い本、この字を缺く。

(26) 去。三木本「去之」に作る。

(27) 人。三木本「仁」に作る。

(28) 去。い本、この字を缺く。

(29) 北。い本「杜」に作る。

(30) 如飲酒。い本・三木本「如不飲酒」に作る。

端午日午時或歲除夜收猪心血同黃丹乳香相和研為丸  
如雞頭大以紅絹裝臍臍上如有子死腹中者令

酒磨下一丸 神清方

端午日取白蟻一塊自早十時至晚收之凡百虫所嚙以此末傳

之項碎錄

五月五日以蘭湯沐浴大戴禮

五月五日取香蠟為末津調塗刺頭上刺良久即出本方

兩頭有節者於一頭錐穿放入蠟塞之令自在乾死遇

有竹木等刺肉內不能出者取少許為末點刺上即出

唐急方

五月五日取百草頭細剉晒乾用紙裹收之要用取一撮以白紙

封角令病人間以絳帛繫藥先以眼藥臂面北繫囊

臍下以香三錢與藥之男左臂女右臂治一切瘡疾極

有驗千金方

五月五日取蒜一片去皮中破之刀割令容巴豆一枚去心

皮肉蒜中令合以竹揆以火炙之取可熟搗為三圓

遇患瘡者未發服一圓不止復與一圓 肘後方

五月五日及夏至日取日未出時面東汲井花水一盞作

三漱門間中如此四十日即口臭永除矣 墨子紅錄

五月五日取堂火虫研汁紅搥髮白即黑矣同上

五月五日勿食一切菜蔬發百病 項碎錄又出千金方

端午日午時書儀方二字倒貼於柱脚上能辟蚊子項碎

錄

(31) 裝。三木本「帛」に作る。

(32) 懲。三木本「懲」に作る。

(33) 本法。い本・三木本、この下に「用晚蠶蠟蓋將臂倒點濕繭子頭出者生  
收用竹筒」とあり。

(34) 晒。三木下「曬」に作る。

(35) 問。三木本「開」に作る。

(36) 臍。三木本「臍」に作る。

(37) 圓。三木本「丸」に作る。

(38) 未發。三木本「未發前」に作る。

(39) 圓。三木本「丸」に作る。

(40) 四十日。三木本「三十日」に作る。

(41) 汁虹。三木本、この二字を缺く。

端午枚蜀葵赤白者<sup>(42)</sup>冬掛陰乾治婦人赤白帶下赤者

治赤白者治白為末酒服之四時藥要

端午日採桑上木耳白如魚鱗者患喉閉者搗碎錦景<sup>(43)</sup>

如彈丸密浸食之便差同上

端午日未出時採百草頭唯藥苗多即不佳不限多少搗<sup>(44)</sup>

取濃汁又取石炭三五升取草汁相和搗脫作餅子曝

乾治一切金瘡血立止魚治小兒患瘡同上

端午日取葵子燒作灰投之有患石淋者水調方寸服之立

愈同上

獨頭蒜五顆黃丹<sup>(45)</sup>百午午日午時中搗蒜如泥調薑丹為

丸如雞頭子大服乾患心痛醋磨一丸服之同上

端午日午時不可取井花水沐浴一年疫氣不去項碎林

端午日午時有雨特天雨水研朱砂於好紙上書龍字如小

錢大次至端午日午時有雨用黑草亦畫龍字如前

字大二字合之搗成小團臨產用乳香煎湯吞下男左

女右握手本日午時無雨則前字不可用矣同上

薑一名雞腸草主積聚瘕瘕痔不愈者五月五日中搗之乾

燒作焦灰

小蒜五月五日採暴乾<sup>(46)</sup>主心煩悶解諸毒小兒丹毒同上

五月二十日宜投白

五月君子齊戒<sup>(47)</sup>嗜飲適寒溫五月五日六月十六日別服

犯之三年致大病

(42) 冬掛。三木本「各收」に作る。

(43) 魚鱗。三木本「鱗」の字を缺く。

(44) 錦。三木本「縣」に作る。

(45) 搗。三木本「搗」に作る。

(46) 魚。三木本「兼」に作る。

(47) 獨頭。い本、この上、一字空白。三木本「取獨頭」に作る。

(48) 一兩。三木本「二兩」に作る。

(49) 搗。三木本「搗」に作る。

(50) 晒。三木本「曬」に作る。

(51) 合之搗成小團。三木本「合之圖作小丸」に作る。

(52) 握手本日午時。三木本「握手如次年午時」に作る。

(53) 薑。い本、この上、一字空白。三木本「聚薑」に作る。

(54) 積聚瘕瘕。三木本「積年惡瘕瘕」に作る。

(55) 作焦灰。三木本「作焦灰用」に作る。

(56) 薑一名雞腸草。三木本によれば出典は千金方。

(57) 乾疹。三木本「乾葉」に作る。

(58) 五月二十日。三木本によれば出典は四時纂要。

(59) 欲適寒溫五。三木本、この五字「慾薄滋味是」に作る。

(60) 六月。三木本「六日」に作る。

(61) 致大病。三木本「致卒」に作る。

(62) 五月君子齊戒。三木本によれば出典は四時纂要。

五月五日六日七日十五日十六日十七日二十五月二十六日二十七日

（63）日。三木本、この字を缺く。

（64）五月俗稱惡月。三木本によれば出典は董助問禮俗。

（65）雜忌云。三木本、この下に「損人目」とあり。

（66）說苑。三木本「異苑」に作る。

（67）勿食。三木本、この下に「煮餅」の二字あり。

（68）味。い本、この字を缺く。

（69）千金方。三木本、「同上（月令圖經）」と記す。

（70）五月勿食馬肉。三木本、本條を脱す。

（71）勿食。三木本「勿飲」に作る。

（72）人患。三木本「令人患」に作る。

（73）蛇蟠。三木本「蟠蛇」に作る。

（74）五月勿食。三木本、この下に「煮餅」の二字あり。

（75）五月勿食。三木本、この下に「煮餅」の二字あり。

（76）五月勿食。三木本、この下に「煮餅」の二字あり。

（77）五月勿食。三木本、この下に「煮餅」の二字あり。

（78）五月勿食。三木本、この下に「煮餅」の二字あり。

（79）五月勿食。三木本、この下に「煮餅」の二字あり。

（80）五月勿食。三木本、この下に「煮餅」の二字あり。

（81）五月勿食。三木本、この下に「煮餅」の二字あり。

（82）五月勿食。三木本、この下に「煮餅」の二字あり。

（83）五月勿食。三木本、この下に「煮餅」の二字あり。

（84）五月勿食。三木本、この下に「煮餅」の二字あり。

（85）五月勿食。三木本、この下に「煮餅」の二字あり。

（86）五月勿食。三木本、この下に「煮餅」の二字あり。

夏至後井改水可去過病時漢書禮儀志

夏至着五綵辟兵題曰游光厲鬼知其名者無溫疫凡作通

京輔四俗皆謂夏至日食百家飯則耐夏然百家飯難集

相舍姓括人家求飯當之呂公歲時雜記

夏至一陰生皆服餌疏云以折陰氣同上今服金液丹也

夏至日採肤日果即無花果也治咽喉同上

夏至後迄秋分勿食肥膩餅膾之屬此與酒漿果瓜相妨

秋節麥生多諸暴之艾七載

六月一日沐令人去疾攘灾四時纂要

六月六日沐浴齊戒絕其常俗此出之艾七載又採頭辟餘云

六月六日忌汗浴俗之令人似臭

六月六日勿起土金書仙談載

六月七日八日二十一日浴令人去疾攘灾四時纂要

六月十九日拔白永不生同上

六月二十四日老子拔白王真誥

六月二十四日忌遠行水陸俱不可往之艾七載

六月二十七日食時沐浴令人輕健同上

六月二十七日取枸杞葉煮作湯沐浴令人光澤不病不光同上

六月可以飲烏梅漿止渴其造梅漿法用破烏梅并取核

中人碎之以少蜜內熟湯調之千金月令

六月可以飲木瓜漿其造木瓜漿法用木瓜削去皮細切以湯

淋之加少姜汁沉之井中冷以進之同上

(74) 井改水。い本「井花水」に作る。

(75) 諸暴。三木本「諸暴下」に作る。

(1) 六月一日。い本・三木本この前に「六月」の見出しあり。

(2) 狐臭。三木本「胡臭」に作る。

(3) 玉。い本「王」に作る。三木本「日」に作る。

(4) 破。三木本、この字を缺く。

(5) 姜。三木本「薑」に作る。

六月勿食澤水令人病驚癰 四時養生要

六月食韭目昏 千金方

六月勿食脾乃是季月土旺在脾故也 同上

六月勿食茶更傷神氣 同上

六月勿食羊肉傷人神氣 同上

六月勿食鴈肉傷人神氣 同上

六月勿食鴈肉傷人神氣 同上

季夏增鹹減甘以資腎藏是月腎藏氣微脾藏純王宜減肥濃之物宜助肝氣益固筋骨切慎賊形之氣勿沐浴

後當風自專用冷水浸手足慎東來邪風犯之令人手

癱緩射重氣短四肢無力 云云七載

癱緩射重氣短四肢無力 云云七載

季夏勿食羊血損人神魄少志健忘勿食生菜必成水癖 同上

夏季月末一十八日省甘增鹹以養腎氣 千金方

夏季月食露茶者大噬終身不瘥 四時養生要

夏季之月土主時勿食生菜茶令人飲食不消化發宿病 千金方

暑月不可露卧 項神錄

暑月極熱扇手則五體俱涼 同上

造時節於三伏內黃道日浸豆黃道日然梓葉忌婦人見即無

損虫 同上

六月伏日並作湯餅名馬辟惡 荆楚歲時記

伏日切不可迎婦婦死已不還家 四時養生要

三伏日宜脈腎滬湯治丈夫虛羸五勞七傷風溫腎藏虛竭耳

(6) 賊形之氣。三木本「賊邪之氣」に作る。

(7) 夏季月。三木本「季夏月」に作る。



龍骨用脂其方用乾地黄六分(8)或六分白伏苓六分(9)五時子  
 四兩羚羊角屑四兩桑螵蛸四兩破故地骨皮四兩桂心四兩  
 門冬去心五分防風五分磁石十二分(10)如梔子洗至十枚  
 適令黑汁盡白羊腎一具猪赤得去脂膜好石草切石  
 以水四大升先煮腎耗水外半許即去水上肥沫等去  
 腎滓取腎汁煎諸藥取汁大令絞去滓澄清分爲三服  
 三伏日各服一劑極補虛復治丈夫百病藥亦可以隨人加  
 減忌大熱生葱冷陳滑物平且空心服之(11)出時藥要又按  
 千金方云夏大熱則服腎湯三劑百病不生

養生月覽上<sup>(12)</sup>

養生月覽下<sup>(1)</sup>

案 卷周 守中 集集

卿貢進士錢塘縣知縣陽謝類校正重刊

七月

七月七日勿念惡事仙家大忌 白雲先生雜志

七月七日取麻勃一升人參半升合煮氣盡令通脈一刀圭令人

知未然之事 四時集要

七月七日取商陸根細切以水漬之三日陰乾可治為末服方寸匕

以水服下日三服百日伏尸盡下出如人狀照埋之祝曰伏尸

當屬地我當屬天無復相召即去隨故道無還顧常兄

服之禁一切血肉辛菜物 雲笈七籤

(8) 破炙地骨皮。三木本「微炙地骨皮」に作る。

(9) 十數遍。三木本「十數回」に作る。

(10) 去脂膜好右葉。三木本「去脂膜如柳葉」に作る。

(11) 尖大合。い本「火大合」に作るも誤まり。三木本「八大合」に作る。

(12) 養生月覽上。三木本、この五字なし。

(1) 下。三木本「卷下」とあり。

(2) 撰者・校正者名。三木本、これを缺く。

七月七日取昌蒲酒服三方寸匕飲酒不醉好事者服之獲賸不可耗錢若犯之令人吐逆千金方

七月七日採松子過時即落不可得治服方寸匕日三四一云一服三合百身身輕二百日行五百里純較服昇仙得飲水亦可和脂服之尤如梧桐子大服十九丸同上

七月七日午時取生公葉七枚直入北堂面向南立以扶面魔即當滅矣淮南子

七月七日取烏雞血和三月三日桃花末塗面及遍身三日肌白如玉太平御覽

七月七日採守宮陸龜合以井花水和塗女身有文章者如以丹塗之塗不去者不淫去者有姦此出淮南子萬畢術又按

博物志曰蟬蛻以器養之以朱砂終冬可食滿七斤搗萬杵以點女人支脰終身不滅

故號曰守宮又按萬畢術曰守宮飾女臂有文章取守宮新合陸陽已牝牡各一歲之瘡中陸百日以飾女臂則生文章與男子合陸陽報滅去

七月七日其夜洒掃於庭露施几筵設酒脯時果散香粉於庭上以祈壽牛織女見大漢中有雲雲白氣有光耀五色以此為徵應見者便拜而願乞富貴壽考無子乞子唯得乞一不得意求二年乃得言之願有受其祚者風土記

(3) 立。三木本「三」に作る。

(4) 蟬蛻。い本「蟬蛻」に作る。

(5) 以朱砂。い本・三木本「食以朱砂」に作る。

(6) 守宮。い本、誤つて「守富」に作る。

(7) 文章。三木本「章文」に作る。

(8) 滅去。い本「滅去」に作る。

(9) 大漢中。三木本「天漢中」に作る。

(10) 唯。三木本「爲」に作る。

(11) 二年。三木本「三年」に作る。

七月七日取赤小豆男吞一七粒女吞一七粒令人平安無病事九月

七月七日晒藥草水無虫同上

七月七日取蜘蛛網一枚着衣領中令人不忘此出四時雜要又按

墨子紅絲云七月七日取蜘蛛腹內衣領中令人不忘記是方

七月七日取苦瓠瓢白絞取汁一合以酢一升古錢七文和漬微

大煎之減半以沫內服背脊中治眼暗千金方

七月七日取烏雞血點塗手面三日爛白如玉傳身亦三日以溫

湯浴之墨子紅絲

七月七日取露蜂蛹子百枚百日令乾碾末用蜜和塗之可除

野豎同上

七月七日取螢火虫二七枚撫髮自黑矣同上

七月七日取百合根熟搗用新瓦器盛密封挂於門上挂陰乾百

日按白髮用藥搽之即生黑髮(15)

七月七日取螢火虫蝦蟆端午日單膝伏翼和服羊寸匕三七日見

鬼可手語指伏室矣同上

七月七日取赤腹蜘蛛於屋下墮百日乾取塗足可行水上矣同上

七月十一日取枸杞末煮作湯沐浴令人光澤不病不先

七月十五日中午日可行道建齋修身謝過正一修真真言要

七月十五日取佛座下土着臂中令人多智也(18)四時雜要

七月十五日收赤浮萍用筍箕盛故桶盛水懸乾為末遇

冬雪寒水調三錢服又用漢椒末浮萍擦身上則熱

不畏寒詩云不傍江津不傍岸月時須用七月半冷

水裏面下三錢假饒錢人也出汗項碑錄

(12) 一七枚。三木本「二七枚」に作る。

(13) 着。い本・三木本「著」に作る。

(14) 百枚。い本・三木本、この下に「陰」の字あり。

(15) 搽之。三木本「之」の字を缺く。

(16) 七夕日取百合根。本條、い本・三木本によれば、出典は「同上（墨子秘錄）」とあり。

(17) 齊。い本「劑」に作る。

(18) 也。三木本、この字を缺く。

(19) 故。三木本「故」に作る。

(20) 浮萍。い本・三木本、この上に「抹」の一字あり。

當以七月十六日去手足爪燒作灰服之即自滅消九虫下三

七月<sup>(21)</sup> 沐令髮不白 四時纂要  
雲笈七籤

七月二十五日浴令人長壽 同上

七月二十五日早食時沐浴令人進道 雲笈七籤

七月二十八日拔白終身不白 四時纂要

七月丑日取富家中庭上泥<sup>(22)</sup>社令人富<sup>(23)</sup>勿令人知<sup>(24)</sup>此出本草又

按墨子秋練云七月內取富家田中土塗社大富也

七月食尊上有蠅虫害人 白雲先生雜忌

七月食雞損目 同上

七月收角萬置乾禱<sup>(26)</sup>書籍中辟蛙虫 四時纂要

七月之節宜出衣服圖書以暴之 千金月令

七月勿食菱芡作蛻虫 千金方

七月勿食菱芡傷神 氣 同上

七月勿食生蜜令人暴下發霍亂 同上

七月勿食麋肉動氣 本草

七月勿食鴈傷神 雜要人食忌

立秋日人未動時汲井花水長幼皆呷之 呂公歲時雜記

立秋日以秋水下赤小豆云止赤白痢 同上

立秋日太陽未出採楸葉熬為膏傳瘡瘡立愈謂之楸葉

忘月 項行休

立秋日不可浴令人皮膚屑寒燥因生白屑 同上

立秋後五日瓜不可食 千金月令

(21) 二十二日。三木本「二十三日」に作る。

(22) 中庭。三木本「庭中」に作る。

(23) 上泥。い本・三木本「土泥」に作る。

(24) 社。い本「杜」に、武本「竈」に作る。

(25) 同右。

(26) 圖書。い本、誤つて「圖書」に作る。

入秋小腹多冷者用苦磚煮汁服之主減氣入令患處耐之三  
五度差 本草

七月中暑氣將伏宜以稍冷為理宜食竹葉粥其竹葉粥法

取法竹葉一握搥子兩枚切熟以水煎澄取漬即細漸殺

米研取汁下米於竹葉搥子汁中旋點河麥之候熟下塩

花通之千金月令

秋服黃芪等丸一兩劑則百病不出千金方

秋不可食諸肺 金匱要略

立秋後宜服張仲景八味地黃圓治男子虛羸百疾衆取不療

者久服輕身不老加以損養則成地仙其方用乾地黄半

斤乾薯藥四兩白茯苓二兩牡丹皮二兩澤瀉二兩

附子炮三兩肉桂一兩山茱萸四兩滿地五通右搗碎蜜為圓如梧

桐子大每日宜服酒下二十圓如稍覺熱即大黃圓一服通

輕尤妙此出四時藥要入按養生論內一味用熟地黃

秋三月早卧早起與雞俱興 黃帝素問

秋七十二日省辛增酸以養肝氣千金方

秋日宜足腦使凍云笈七載

凡則秋欲得頭向西有所利益同上

秋初夏末熱氣酷甚不可於中庭脫露身背受風取涼五藏

俞穴並會於背或令人扇風或擅露手足以中風之源若

初涼諸疾使宜服八味圓大能補理肺臟驅邪氣仍

忌三白恐衝刺藥性出四時養生論其八味圓方已具在

(27) 漬。三本本「清」に作る。

(28) 圓。三本本「丸」に作る。

(29) 不療。い本「不」字を脱す。

(30) 乾薯藥。三本本「乾薯藥」に作る。

(31) 圓。三本本「丸」に作る。

(32) 同右。

(33) 又按。三本本「又用熟乾按」に作る。

(34) 一味。三本本、この下に「地黄」の二字あり。

(35) 秋日。い本「秋月」に作る。

(36) 得頭向西。い本「得頭悶兩」とあり。

(37) 以。三本本「此」に作る。

(38) 圓。三本本「丸」に作る。

(39) 出四時。三本本、この上に「此」の字あり。

前准前方用乾地黃山方用熟乾地黄

八月

八月一日已後即做火爐是勿令下冷無生意千金方

弘農鄧紹八月朝入華山見一童子以五色囊承取栢葉下

露；皆如珠子赤白赤松先生取以明日令八月朝作眼明

囊也 續齊諧記

八月三日宜浴四時纂要

八月四日勿市附足物仙家大忌同上

八月七日沐令人聰明同上

八月八日以枸杞葉煮作湯沐浴令人光澤不病不老靈苑七載

八月八日不宜眠 千金月令

八月十日四民並以朱點小兒頭者為天象以厭疾也 劉涓子時記

八月十九日按白永不生 四時纂要

八月二十二日出時沐浴令人無非禍 靈苑七載

八月二十日宜浴 四時纂要

八月辰日施錢一文日倍還富貴 墨子秘錄

八月可食韭并可食露葵 千金月令

八月勿食生蒜傷人神損膽氣

八月勿食葫傷人神損膽氣令人喘悸服助氣急 千金方

八月勿食姜傷人神損壽 同上

八月勿食猪肺及和食之至及發疽 同上

(1) 不宜眠。い本「不空賦」に作る。

(2) 十日四民。曲直瀨本「十四日民」に作る。

(3) 八月二十日。三本本「八月二十五日」に作る。

(4) 八月勿食生蒜。三本本によれば出典は「食醫心鏡」。

(5) 姜。三本本「薑」に作る。

(6) 至及。三本本「至冬」に作る。

八月勿食雞肉傷人神氣同上

八月勿食雞肉損人神氣同上又云八月建酉日食雞肉令人體氣

八月食雞肉動氣 本草

八月勿食芥菜恐病蚊龍癰瘻則似癰面色青黃小腹脹同上

八月行遠之間勿飲陸地流泉令人發癰瘻又損脚令軟同上

仲秋宜增酸減辛以養肝氣無令極乾令人癰 二葉七載

八月勿食生薑多作瘡 同上

八月勿食生果令人多瘡 同上

仲秋肝藏少氣肺藏獨旺宜助肝氣補肺養脾胃 同上

八月起居以時勿犯賊邪之風勿增肥腴令人瘡 同上

八月勿食雞子傷神 四時纂要

八月宜合三勒漿非月則不佳其法用訶梨勒勒勒落摩

勒以上並和枝用各三兩搗如摩豆大團細白蜜一斗以新

汲水二斗熟調投乾淨五斗燒亮中即下三勒末熟

攪數重紙密封三四日開更攪以乾淨綿拭去汗俟發定

即止但密封瓶一月日合滿三十日即成味至日美飲之醉人

消食下氣 同上

八月陰氣始盛冷疾者宜以防之 千金月令

八月採猪寶水浸去皮數取中子日乾仙方單服其實正赤

時取中子陰乾後末水服二錢七錢久乃佳 本草而經

八月前每箇蟹腹內有細穀一顆用輸海神符輸芒後過

八月方食未結霜有毒食療本草

(7) 雞肉。い本・三木本「雉肉」に作る。

(8) 乾。三木本「飽」に作る。

(9) 非月。い本・三木本「非此月」に作る。

(10) 摩豆。い本・三木本「麻豆」に作る。

(11) 綿。三木本「帛」に作る。

(12) 成。い本「或」に作る。

(13) 日美。三木本「甘美」に作る。

(14) 蓴菜。三木本「蓴末」に作る。

秋分之日不可殺生不可以行刑罰不可以處房帷不可吊喪問疾  
不可以大醉君子必齋戒靜專以自檢 千金月令

九月

九月九日採菊花<sup>(1)</sup>与茯苓松柏脂丸服令人不老 太清經中本方

九月九日俗以茱萸房挿頭言辟惡氣而禦初寒<sup>(2)</sup> 同前風土記

九月九日保赤更食<sup>(3)</sup> 飲菊花酒令人長壽 西京雜記

九月九日以菊花釀酒其香且治頭風 呂公誠時雜記

九月九日天欲明時以片糕搭兒頭上乳保祝持云如此云百事  
皆高<sup>(4)</sup> 同上

九月九日收枸杞浸酒飲不老亦不髮白藥去一切風 四時集要

九月九日菊花暴乾取家糯米一斗一蒸熟用五兩菊花末浸

拌如常醞法多用細麵麴為催酒熟即<sup>(5)</sup> 登之去滓每夜

一小盞服治頭風頭旋<sup>(5)</sup> 聖惠方

九月九日真菊花末飲服方寸匕治酒醉不醒 外臺秘要

九月九日勿起床席 金言仙語

九月十六日先子披白日真注

九月十八日忌遠行不違其忌 之類七載

九月二十日宜齋戒沐浴淨念必得吉事 天祐人福 同上

九月二十日雞三唱時沐浴令人辟兵 同上

九月二十一日取枸杞葉煮作湯沐浴令人光澤不病不老 同上

九月二十八日宜浴 四時集要

(1) 花与茯苓。三木本この四字を缺く。

(2) 同前風土記。三木本「周處風土記」に作る。

(3) 食。い本、三木本「食餌」に作る。

(4) 高。い本「高也」に作る。

(5) 治酒醉。三木本「治頭風」に作る。

(6) 床。三木本「牀」に作る。



九月之節始服夾衣陰氣既衰陽氣未伏可以餌補藥之藥千金月  
九月中宜造地黃湯其法取地黃淨洗以竹刀子薄切暴乾每

作湯時先微火熬礬為末煎如茶法同上

九月食薑損目此出千金方八月九月食薑傷人神損壽

九月食脾乃是季月土旺在脾故也同上

九月食犬肉傷人神損壽同上

九月食霜下瓜血必冬發此出本草又採真人之食霜下瓜

九月食鹿茸肉動氣同上

別縣城及人家九月內於戊地開穴深三尺以上埋炭五斤或五

五十斤或五百斤戊火墓也自然無火災千金方

繩季月末一十八日有身增賦以養胃氣同上

秋季之月土主時勿食生薑令人飲食不化發宿病同上

秋季節約生食以防厲疾勿食諸美食之成痼疾勿食小蟲傷

神損壽鬼魄不安勿食菜子損人志氣勿以豬肝和餚同

食至冬成嗽病經年不差勿食雜雜等肉損人神氣勿

食雞肉令人竟不安鬼驚萬散云發七藏

季秋肝藏氣微肺全用事宜增酸以益肝氣助筋補血以

及其時同上

九月十月取章陸根三十斤淨洗麓切長三寸許勿令中風也

銷薑薑威懸屋北六十日陰燥為末以方寸匕水服之且先

食服十日見鬼六十日使鬼取金銀室物作屋舍隨意可

致八十日見千里百日身飛行登風履雲騰化為筋久

(7) 姜。三木本「薑」に作る。

(8) 八月。い本・三木本「又曰」に作る。

(9) 血必冬發。曲直瀨本「冬翻胃」に作る。

(10) 食霜下瓜。三木本、この下に「或反胃病」と記す。

(11) 於戊地。い本「於藏地」に作る。

(12) 間穴。三木本「開炊」に作る。

(13) 深。い本「次澤」に作る。

(14) 上。三木本「土」に作る。

(15) 或五。三木本「或五秤」に作る。

(16) 戊。い本「戊」に作る。

(17) 姜。三木本「薑」に作る。

(18) 菜子。三木本「蓼子」に作る。

(19) 雅雉。三木本「鴉雉」に作る。

(20) 八十日。三木本「六十日」に作る。

服成仙方同上

十月

十月一日宜沐浴四時養安

十月四日勿食青葙人仙家太忌同上又廿七歲三十月五日白黃芩令

十月十日宜殺白同上

十月十三日老子授白日真經

十月十四日取枸杞葉煮作湯沐浴令人光澤不病不老又廿七歲

十月十五日下午元日可行道建齋修身謝過正一併真旨要

十月十八日雞初鳴時沐浴令人長壽又廿七歲

十月上亥日採枸杞子二升採時面東摘生地黃汁三升以好

酒三升於瓷鉢內浸二十一日取出研令地黃汁同浸攪之

却以三重封其頭了更浸候至立春前三日開已過遂

日空心飲一盃至立春後髮髮衰白補益精氣脈之耐光

輕身無比 紅驗後方

十月上巳日採槐子服之槐者虛星之精去百病長生通神本清

十月方

十月之節始服寒服千金月令

十月宜進寒湯其寒湯法取大棗除去皮核中破之於炙武

火上翻覆炙令香然後煮作湯同上

十月旬食猪肉發宿病白雲先生雜忌

十月旬食椒損心傷血脉千金方

十月旬食生薑令人多涕唾同上

(1) 頭了。い本「頭子」に作る。

十月夕食被霜者令人面上無光澤眼目滿痛(二)  
十月不得入房(三)遊陰陽統用事之月也同上

十月食猪肉動氣(四)

冬七十二日省鹹增苦以養心氣(五)千金方

冬月勿以梨漿熱酒而飲令頭眩不可校梧(六)環碎錄

冬不可食猪胆(七)金匱要略

冬夜伸足卧則一身俱暖(八)同上

冬夜卧衣被蓋覆太厚睡竟張目出其毒氣則永無眼疾(九)同上

凡臥冬欲得頭向西有所利(十)益云云(十一)七載

冬日宜溫足凍腦(十二)同上

孟冬早卧晚起必候天曉使至溫暢無泄大汗勿犯冰凍溫養

神氣無令邪氣外至(十三)同上

冬不用枕冷物鐵石等令人眼暗(十四)同上

冬月夜長及性熱少食溫軟物食訖搖動令消不爾成脚氣(十五)同上

冬月食芋不發病他時月不可食(十六)本草

冬月不宜多食葱(十七)同上

冬三月早卧晚起必待日光(十八)黃帝素問

冬脉藥酒兩三劑立春則止終身常爾則百病不生(十九)千金方

冬月宜服鍾乳酒主補氣(二十)益氣力逐淫其方用乾地黃八分

苕藤一升熬別爛搗午膝四兩五加皮四兩地骨皮四兩桂心(二十一)

二兩防風二兩仙灵脾三兩鍾乳五兩甘草湯浸三日以羊肝牛(二十二)

乳煮熟中液故於炊飯上蒸之牛乳盡出暖水淨陶洗碎如(二十三)

(2) 痛。曲直瀨本「病」に作る。

(3) 純。い本「絶」に作る。

(4) 冬。曲直瀨本「冬月」に作る。

(5) 温足。い本「濕足」に作る。

(6) 食芋。三本本「食芋」に作る。

(7) 一升熬別爛搗。三本本、割注とす。

麻豆名諸藥並細制布袋子貯浸於三斗酒中五日後可  
取飲出一升清酒量具藥味即出藥起十月一日至立春止  
忌生葱陳臭物四時禁要

十一月

十一月十日十一日按白永不生四時禁要

十一月十一日不可沐浴仙家大忌同上并云又七載又按千金月令云

十一月宜沐浴

十一月十一日取枸杞葉煮作湯沐浴令人光澤不病不先 云又七載

十一月十五日過夜半時沐浴令人不憂畏同上

十一月十六日沐浴吉四時禁要

十一月勿食蔥菹令人水病同上

十一月勿食陳脯同上又按千金方云十一月勿食經夏臭脯成水病頭

駭陸瘰

十一月勿食鴛鴦令人惡心同上

十一月勿食生菜令人發宿疾同上

十一月勿食生薑令人多涕唾千金方

十一月勿食生肉燕肉神氣同上食

十一月勿食蝦蟇著甲之物同上

十一月食獐肉動氣本草

十一月陰陽爭冬至前後各五日別一發四時禁要

十一月取章陸根清洗度切長二寸許勿令中風也須臾上臍懸

屋其六十日陸燁為末以方寸匕水服之且先服十日見鬼六

(1) 瘰。三木本「瘰」に作る。

(2) 勿鼠肉。三木本「勿食鼠肉」に作る。

(3) 十一月勿食蝦蟇。三木本、次の「食獐肉」の条と順序轉倒。

(4) 其。三木本「北」に作る。

十日使鬼取金銀室物作屋舍隨意所欲八十日見千里  
百日身飛行登風後雲騰化為筋久服成仙矣云云七載  
仲冬勿以妄火炙腹背勿食蠅肉傷人神免勿食焙肉宜減鹹增

苦以助其神氣勿食螺蚌蟹鱉等物損人志氣長尸生  
勿食經夏黍米中肺暗食之成水癖痼疾同上

仲冬腎氣正正心肺衰宜助肺女神補理脾胃無年其時勿暴  
溫煖切慎東南賊邪之風犯之令人多汗面腫腰脊強痛四  
肢不通同上

十一月之節可以餌補藥不可以餌大熱之藥宜早食宜進

宿熱之內千金月令

共正氏有不孝子以冬至日死為疫鬼畏赤小豆故冬至日以赤小豆

### 璿餐之四時藥要

⑥ 冬至日鑽燧取火可去溫病續漢書禮儀志

冬至日陽氣竭內腹中熱物入胃易消化養性要集

冬至日勿多言一陽方生不可大用頤神錄

每冬至日於北壁下穿鋪單而卧云受元氣千金方

冬至日取胡荽蔥汁根莖埋於庭中到夏至發之盡為水

以漬金玉銀圭石各三分自消矣服食如鉛可休報冬服

神仙名曰神仙消金玉寶又曰金漿三洞要錄

仲冬之月日短至陰陽爭諸生湯君子齊戒虔必掩身身欲

寧去聲色禁嗜欲安形性事欲靜以待陰陽之既定  
此

十二月

⑤ 肺暗。い本・三木本「肺暗」に作る。

⑥ 冬至日鑽燧。本條、三木本に脱す。たゞ行間に「冬至鑽日取火」との  
み書き込みあり。

⑦ 二洞要錄。三木本「三洞要錄」に作る。

十二月一日宜沐浴 云々七藏

十二月二日宜浴去衣四時禁茶要

十二月三日宜齋戒燒香念仙 云々七藏

十二月七日浴白承不生四時禁茶要

十二月八日沐浴轉除罪障 割楚戒時記

十二月十三日夜半時沐浴令人得至女侍房 云々七藏

十二月十五日沐浴去衣四時禁茶要

十二月二十三日沐浴同上

十二月二十四日掛底點灯謂之照虛耗也 夢華錄

十二月勿食牛肉傷人神氣 千金方

十二月勿食生薑令人多涕唾同上又按云々七藏云々冬勿食

生癰增痰飲痰

十二月勿食蟹螯蝨損人神氣又六甲食之害人心神 同上

十二月勿食蝦蟇若甲之物 同上

十二月勿食脾乃是季月土旺在脾故也 千金方

冬季之月主時勿食生薑菜令人飲食不化發宿痰 同上

冬季月未一十八日省其增鹹以養腎氣 同上

冬季去凍就溫勿泄皮膚大汗以助胃氣勿是溫煖勿犯人雪是

月肺藏氣微藏方王可減鹹增苦以養其神宜小宜不

欲全補是月衆陽保息水氣獨行慎舉風勿傷筋骨勿

妄針刺以其血流津液不行 云々七藏

冬季勿食猪犬肉傷人神氣勿食霜死之果菜夫人顏色勿

(1) 也。三木本、この字なし。

(2) 夢華錄。三木本「瑣碎錄」に作る。

(3) 十二月勿食蝦蟇。い本・三木本、この條の次に「十二月勿食麋肉動氣本草」とあり。

(4) 人。三木本「大」に作る。

(5) 月。い本「日」に作る。

(6) 筋骨。三木本「骨筋」に作る。

(7) 菜。い本「桑」に作る。

(8) 天。三木本・曲直瀬本「失」に作る。

食自死肉傷人神竟勿食生椒傷人血脈同上

十二月癸丑日造門令盜賊不敢未墨子抄錄

十二月上亥日取猪肪脂內新瓦器中埋支地百日主癰疽瘰癧

脂方家用之又一斤脂著雞子白十四枚更良本草

宣帝時隗王方者臘日晨炊而社神形見于方再拜以黃茅

祀之自是以後暴至巨富故後當以臘日祠社搜神記

歲暮臘埋圓石於宅隅雜以桃棧七枚則無鬼疫淮南子中街

臘夜持椒三七粒卧井旁勿與人言投于井中除溫疫 本草

要術

臘日掛猪耳於堂梁上令人致富四時集要

臘日收猪脂勿令經水新黑臘埋支地百日治癰疽此月收未得同

上又按孫真人食忌云臘月猪脂可煎膏用之

臘月取皂角燒為末遇時疫早起以井花水一錢服之必

効差同上

臘月白歌舞犯者必凶千金方

臘月空心用蒸餅卷猪脂食之不生瘡疥久服身修光滑

項碎錄

臘日取猪脂四兩懸於廁上入夏一家即無蠅子同上

臘日取猪脂以油煎為膏湯火瘡滅癰疽極良 本草品註

臘後過除日取鼠頭燒及於地上埋之永無鼠耗 項碎錄

臘月好合藥餌經久不竭四時集要

臘月水日晒葶藶能去登惡 項碎錄

(9) 食自死肉。三木本「食熊羆肉」に作る。

(10) 一斤。三木本「一升」に作る。

(11) 社。い本「社」に、三木本「竈」に作る。

(12) 同右。

(13) 一錢。い本・三木本「調一錢」に作る。

(14) 晒。三木本「曬」に作る。

臘月收雄狐膽若有人卒暴亡未移時者溫水微研清入喉即活  
常須預備救人移時即無及矣續傳信方

臘月好合茵陳圓療瘧氣時疫溫黃草若嶺表行此藥者

須隨身其方用茵陳四兩大黃(16)五兩豉心(15)五合熱人香恒山

三兩梔子人(17)三兩熟硫磺三兩杏人(18)三兩去皮大熟硫磺後入之整甲

二兩去皮腹酒及醋塗臍巴豆一兩去皮心熱則研入之右丸味搗碎

蜜和為圓初得時氣三日且飲服五圓如梧桐子大如人行

十里或利或汗或吐或不吐不汗利者更服一圓五里外不

覺即以此熱飲促之先小以意酌度凡黃病瘧疾時氣傷寒

瘧瘧小兒熱飲發病服之無不差療瘧神効未白痢未痢

春初一服一年不病忌人薏苡笋猪肉菰中以及蠟固穀口

置高處逐時減出可三二年一合四時集要

臘月取青魚膽陰乾如患喉閉及骨鯁即以膽少許口中含咽

津即愈齊人千金月令

十二月廿日掘宅四角各埋一大石為鎮宅主安吳不起本草

十二月三十日取枸杞葉煮湯沐浴令人光澤不病不老此出云

是七歲又按四時集要云三十日浴吉去災也

十二月晦日前兩日通接三日齊戒燒香靜念仙家重之四時集

十二月晦日中懸屠蘇沉井中令至泥正月朔日平曉出藥置

酒中煎數沸於東向戶中飲之屠蘇之飲先從小起多

少者在人飲一家無疫一家飲一甲(19)無疫飲藥酒得三朝

還淨置井中能仍歲飲可世無病當家內外有井皆悉

(15) 續草信方。三木本「續傳信方」に作る。

(16) 豉心。い本「肢心」に作る。

(17) 人。三木本「仁」に作る。

(18) 同右。

(19) 一甲。三木本「一室」に、曲直瀬本「一里」に作る。



著藥辟溫氣也其方用大黃十六銖白朮十六銖桔梗十  
五銖去芦頭蜀椒十五銖去目桂心十八銖生皮烏頭六銖炮  
去皮胸黃芩十二銖(20)右七味咬咀絳袋盛之出和刺勾方一  
方又有防風一兩去芦頭

歲暮日合家髮投井中祝曰勅使某甲家口春竟年一不患傷

寒辟邪五瘟鬼(21)墨子秘錄

歲除夜續柴於庭燒之辟灾而助陽氣(22)四時養生要

歲除夜空房中集衆燒皂角令烟不出眼淚出為限亦辟疫(22)

氣呂公歲時雜記

除夜或怒罵婢妾破壞家器血仍不可大醉也(23)項碎錄

歲除夜集家中祇不用藥焚之中庭以辟疫氣(24)呂公歲時雜記

除夜神佛前及祠堂房圍皆明燈至曉主家宅光明(25)項碎錄

夜於富家田內取土泥社主招財同上(26)

歲除夜四更取麻子小豆各二十七粒家人髮少許投井中終歲不遭

傷寒溫疫(27)魚龍河圖

除夜五更使一人堂中向空角一人問云扇是底答云有蚊子凡

七問乃已則無蚊也(28)項碎錄

### 養生月覽下

(20) 葳蕤。三木本、大字にて「拔藝」に作る。

(21) 〱。三木本「火」に作る。

(22) 疫氣。い本「疫」に作る。なお、い本、以下五條を缺く。

(23) 所堂。三木本「廳堂」に作る。

(24) 宅。三木本「室」に作る。

(25) 夜。三木本「歲除」に作る。

(26) 社。三木本「竈」に作る。

(27) 魚龍河圖。三木本、出典を缺く。