

HANCOCK (H. I.) の柔術の書 “*Japanese Physical Training*” について

渡 邊 由 陽

I. 序

さきに、ブリティッシュ・ライブラリー所蔵の日本武道に関する出版物についての調査結果¹⁾を報告したが、それによると日本が盛んに西洋化を行なった明治期に、同時に柔術（柔道）を主に、日本武道も西洋に紹介されている。

それを年代順に追ってみると、以下の通りである。

1. INOUE (J.)

Wrestlers and Wrestling in Japan.

pp. 18. fol. *Tokyo.*, 1895. (戦災焼失)

②. HANCOCK (H. I.)

Japanese Physical Training.

pp. 156. *New York*, 1903.

3. _____

Physical Training for women by Japanese methods.

pp. 152. *New York*, 1904. (戦災焼失)

4. _____

Physical Training for Children by Japanese methods.

pp. 153. *New York*, 1904. (戦災焼失)

⑤. _____

Jiu-Jitsu Combat Tricks.

- pp. 151. *New York*, 1904.
- ⑥. YABE (Y. K.)
A Course of Instruction in Jiu-Jitsu.
pp. 59. *New York*, 1904.
7. SKINNER (Harry H.)
Jiu-jitsu.
pp. 118. *Japan Publishing Co., New York*, 1904, 1905. (紛失)
8. HANCOCK (H. I.)
Dschiu-Dschitsu, *die Quelle japanischer Kraft*.
pp. 235. *Stuttgart*, 1905. (紛失)
9. _____ and KATSUKUMA (H.)
The Complete Kano Jiu-Jitsu—Jiudo—*the official Jiu-Jitsu of the Japanese Government*.
pp. 526. *New York*, 1905. (戦災焼失)
10. WRESTLING.
Modern Wrestling and Jiu-Jitsu.
pp. 32. *Technical Series*, 1905. (戦災焼失)
11. BANKIER (W.)
Ju-Jitsu : *What it really is*.
pp. 176. *London*, 1905. (戦災焼失)
12. DRAYTON (E.)
Ju-Jitsu, *the Japanese Physical Training and Self-Defence*.
Huddersfield, 1905, etc. (戦災焼失)
13. NORMAN (F. J.)
The Fighting Man of Japan.
Training and Exercises of Samurai.
Education of Japanese Military and Naval officers.

pp. 78. *London*, 1905. (紛失)

⑭. LONGHURST (P.)

Jiu-Jitsu and other Methods of Self-Defence.

pp. 108. *Upcott Gill ; London*, 1906.

15. MIYAKE (T.) and TANI (Y.)

The Game of Ju-Jitsu.

pp. 86. *Hazell & Watson*, 1906. (戦災焼失)

16. WATTS (E.)

The Fine Art of Jujutsu.

pp. 146. *Heinemann*, 1906. (紛失)

17. Jiu-Jitsu

Jiu Jitsu : the effctive Japanese mode of selfdefense.

pp. 79. *Spolding's Athletic Library*. no. 3, 1906. (紛失)

残念ながら、戦災焼失、紛失により、17篇中4篇しか実際に目にする
ことが出来なかったが、各タイトル及びサブタイトルにもより、全て柔術
(柔道)に関するものであることがわかるであろう。そして、INOUYE
(J.) のを除くと、短期間に集中して数多くの出版がなされており、英米人
(西洋) が日本の *Jiu-Jitsu* に対してなみなみならない関心を持ったことが
窺われる。

では彼等の関心、興味とは何なのであったろうか。

17篇を眺めてみて、先ず内容的には、*Jiu-Jitsu* の技術的な書物と、
Physical training という語であらわされる体育論的な書物の2つに分けら
れることが容易にわかる。実際、YABE (Y.K.) のものでも、タイトルは技
術書であるが、両方の内容を含んでいた。しかも、HANCDCCK (H.I.) の
“*Japanese Physical Training*” を縮小したようなものであった。

次に、各著作の出版年代からすると、当時西洋の先進国より、“眠れる
獅子” と恐れられていた支那に、まだ世界史の舞台に登場して日も浅かつ

た日本が手をつけ（日清戦争—1894年）、更には大国ロシアに挑んで（日露戦争—1904年）、成果を挙げた日本及び日本人への注目が推察出来よう。特に、日英同盟下にあった英国の、NORMAN (F.J.) の著作²⁾ のサブタイトルから“203高地”や“日本海戦”の勇名との関連に想像を馳せるのは容易であろう。

当初、柔術（柔道）の西洋への伝来について調査を進めていくうちに、思いもよらず“physical training”“physical exercise”、“physical culture”などの体育と訳されるべきものに行き当たった。どうやら西洋の関心は *Jiu-Jitsu* そのものもさることながら、日本の physical training により大きなウェイトがあったように思われる。

本稿では、*Jiu-Jitsu* の伝来の観点から一時離れて、HANCOCK (H.I.) の著書“*Japanese Physical Training*”と、当時の西洋の体育事情について報告する。なお、滞英中のため日本の先行文献の参照は不可能であった。

II. HANCOCK の *Japanese Physical Training* について

H. Irving HANCOCK の著作は、(I. 序) で述べた 6 篇のほか、KATSUKUMA (H.) と共著の

The Complete Kano Jiu-Jitsu—Jiudo— 一略—

pp. 526. *New York*, 1905.

と同内容と思われる、

The Complete Kano Jiu-Jitsu.

pp. 526. *Putnam ; London*, 1924, 1927, 1928.

があり、その1928年版を見ることが出来た。

そして著者の紹介で、著書を紹介しており、本書の他に、

The Physical Culture Life.

Life at West Point.

を挙げており、また、共著者の *Higashi* KATSUKUMA については、一時

同志社大学で“加納柔術”の教師をしていたが、現在はニューヨーク市の柔道の教授であると紹介している。なお、この書物の内容は、*Trick*, 1 から50まで、487枚の豊富な写真を用いてのテクニックの書であった。

さて、本書においても著書紹介があり、本稿で今迄に挙げた著作の他に、

Tales from Luzon.

What One Man Saw.

があり、本書の内容を吟味していく上で、これら四篇の書はタイトルから推して大きな手助けとなるように思われるが、本論においてはそれらの書を調べることが出来なかった。今後の課題としたい。

余談になるが、本書は、G. P. Putnam's Sons 社 New York and London が New York で出版しており、さきの KATUKUMA (H.) との共著は、G. P. Putnam's Sons 社 London and N. Y. が London で出版しているものであり、その他の出版社でも同様なケースが多々見られ、更には Tronto (加)、Sydney (豪) などと亘っているのもあり、主たる交通は船舶の時代であったが、出版に関しては、少くとも米、英、さらには加、豪なども加えて同一圏としてとらえてよいように思われる。

前置きが長くなったが本題に入って、本書の著者 HANCOCK は、序文によると、本書発刊の7年以上以前に、米国で日本人の友人等の下、手助けを受けて柔術を教えるコースを開設しており、すぐその後で来日している(1896年から1897年になるであろうか)。日本では主に、長崎で市の警察署の柔術の教官をしている井上氏 (*Inouye San*) について学んだが、なおその後、それに加えて横浜と東京でも柔術の課程を受けている。また、その後井上氏が米国を訪れた時にも、日本でも指おり数えられる指導者とみなされるベテランから指導を受けている。

残念ながら、本書からは1896年以前にどのようにして柔術を知り、学んだかということと、関与した日本人の友人や、ベテラン指導者の名前は明

らかではない。少くとも1896年以前に、日本人の柔術関係者が複数渡米していたことは事実であった。

著者の経歴や職業、特に柔術を知る以前のことについても未だ調べるに至っていないが、いずれにしろ HANCOCK は、本書の巻頭写真にも掲げているように、日本人の柔術の学生をサンプルにして、僅か、身長5フィート1インチ(1.55メートル)、体重120ポンド(55kg)しかない小さな人々が、米国の175ポンド(80kg)もある大男の競技者よりはるかにまさった筋力を有している、“巨人のミニチュアである”という事実を知り、世界で最もすぐれた体育の実践者である日本人の、体育(physical training)の方法である柔術に興味をもたされたのである。そして、7年の間柔術の原理を学び、探り続けた結果を本書にまとめたのである。なお彼は、他門(the other schools)からの大事な教えもいくらかあったが、主として井上さんからの伝授が大きかったことを、序文にて述べている。

本書は、全156ページであるが、タイトルでもある柔術における実際のトレーニング、日本流に云えば修業の実際を、後半の59ページに、初歩(初心)から各段階毎に順を追って詳細に述べている。二人の柔術の学生(日本人)をモデルにした写真を用いて、攻撃と防禦の初歩の基本となる業(feats)、上級の格闘の極意ともいべき業(Tricks)を示しているが、彼の伝えようとした主眼は、単にそのテクニックの教習にあるのではなく、むしろそのトレーニング課程、鍛錬にあったことが顕らかである。即ち、本巻の初めに著者が、柔術とは筋(肉)の鍛錬(muscle breaking)であり、誰でも容易に学べ、脆弱(な者)を強(者)にする最適の手段である、と結論づけているように、柔術ではある課程を経ると、自分自身で学び、常に己れの弱点、欠点(weak)を知り、それを鍛えて身心共にオールアラウンドな人格にするトレーニングであることを述べている。最後の数ページにおいても、日本では西洋で弱いものとされている女子でさえも柔術のトレーニングを男子同様行っており、弱い存在でなく健康でバイタリティに富

んだ生活をしていると、著者は柔術のトレーニングがバイタリティに満ちた日常を送るための秘訣であることを、アメリカ人学習者に強調している。

前半、後半が逆になってしまったが、最初の12ページの柔術の歴史の後に、後半よりも多い83ページをさいて、彼が日本滞在中に見聞したこと、体験したことを基に、日本人がいかに健康的な日常生活を送っているか、いかに健康的な環境に恵まれているか、そしてそれらが柔術のトレーニングにおいていかに活かされているか等を述べている。それは、序文で米国人読者に、“重要であるにもかかわらず、見落とし易い事がらでもある”からと注意を促していた、ベストダイエット、正しい入浴、理にかなった着物の着用、呼吸、耐久力・持久力の訓練を忍耐強く繰り返す行の必要性、等々に関する事項であった。筆者が本書において注目したのも、実はこれらの事がらであった。昭和30年代までは、まだ日本のどこでも見られた、日本人が行っていた生活であり、日本の自然環境であった。

彼の記したものからいくつかの例を挙げると、長崎の炭坑で働く者の質素な昼食を目にした時のこと、しかも活気に働くそれら肉体労働者のうち昼食も摂らない者も少なくないことを知った時の驚きから始まって、食事に招かれた時の体験も混えて、日本人の夏と冬の三食のメニュー³⁾を具体的に述べている。また、当時は洋食が入って来たばかりの頃であり、肉食はしないが卵はよく食べミルクは飲む者が多いと云ったこと、酒類や、さらにはアヘンなどに至る刺激物についてまで、飲食物全てについて言及しており、いかに日本人の食生活がダイエットや栄養学的見地からも理にかなったものであるかを述べている。現代の我々日本人は国民総飽食（アル中）の“ブタ”になり、その結果抗生物質の薬漬けによって世界でも有数の高い寿命を保っているが、当時の食事を見直さなければならない時期もとうに過ぎているのではなからうか。

呼吸では、二人組でお互いに腕と腕、脚と脚で、息を止めて長い間、力を同時に出し合って行い、筋力強化のトレーニングを述べている。“*The*

Struggle”と呼ぶと云っており、現代トレーニングの科学でいうアイソメトリックトレーニングを日本の先人は経験的に知っており、むかしより行っていたのである。この方法は、上下肢ばかりではなく、やり方を変えての身体各部の筋力増強のトレーニングでもあり、さらに内臓、特に心臓と肺の機能強化にもなっていると言っている。また、呼吸に関連して、身体はいつも新鮮な空気を摂取することが肝要だが、日本の家屋は夏はもちろんのこと、冬でさえ家の中でフレッシュな空気が得られる構造であり、健康に大変よいと言っている。清家 清もその著書で、昔の日本の家屋には長い間に渡って培われた日本人の知恵が活かされている、即ち、冬閉め切りにしても外の空気が家の中を巡る様に出来ていると述べている。が、現代建築はそのようではなく、近年マンション等をはじめとして、ダニの発生⁹⁾などの通風問題がクローズアップされているのは、当然の帰結と云えよう。著者がフレッシュエアーと健康の大事を述べているが、ダニの発生が問題なのではなくて、近年多発している原因のあきらかにならない病気も、原因がその辺にあることを気付かな過ぎるように思えてならない。

まだまだ挙げると限りが無いほどある。入浴のこと、睡眠のこと、着物や冬の乾布摩擦のこと、熱い湯につかった後、裸体のまま雪の中を転がり回り、家に戻ったら乾布摩擦してから着物を着るというような、耐久力、持久力を鍛えている例など、どの家にもよい(井戸)水—*spring*があり、柔術家は医者にかからず、水を飲んで寝るだけで病気を治してしまうという話など、これらは全て武士 (*Samurai*) が行ってきた生活であり、柔術のトレーニングにおいても、それらの一つ一つが大事に考えられ理にかなうよう行なわれていることを述べている。最後に、筆者は現代生活と健康について考えるあまり、当時の日本人の生活の好ましさにばかり目が行き過ぎてしまって、HANCOCK が柔術の中に見た、柔術のトレーニングと日本人の生活との関連を十分に述べられなかったことを断っておく。

Ⅲ. 柔術（柔道）が受け入れられた西洋の体育事情

さきの日本武道出版物の報告で、*Self-Defence* との関りも大きいことを言及したが、さらにその後の *Self-Defence* 方面からの調査で、Boxing の書物⁵⁾ に行き当たった。つまりボクシングによる *Self-Defence* である。だが、タイトルもズバリ Boxing を用いていなければ、内容も単なるボクシングの実技書ではなく、それらの書物の内容の主眼は、“physical culture, physical training, physical exercises, physical development, health and fitness”などの言葉で表わされる事がら、つまり体育の書であった。体育として立派に行なえる理論的位置づけを試みているようにも思われる。前川峯雄の“体育の原理”によれば、現在一般的に体育を physical education と呼ぶようになっているが、以前はいろいろな呼称で呼んでいた時代が存在したと述べていることを記憶している。それらは、上述の名称などであった。

さて、本稿で取り扱った HANCOCK の著作の出版年代は、主に1903～1905年のものであった。そこで1905年当時以前に遡って、ブリティッシュ・ライブラリーのそれらの名称による蔵書を調べた結果は、資料1に示される。1880年～1905年出版の蔵書数は、英語書で220篇、それ以外のもの（独語30、仏語26と圧倒的に多く、伊語7、蘭語、西語各3、スウェーデン語2、丁語、伯語、露語、羅語など各1）が80篇、計300篇ほどと夥しい数にのぼっており、18世紀末から19世紀前半に、グーツムーツ⁶⁾ やヤーン⁷⁾ によるドイツ体操やリング⁸⁾ のスウェーデン体操で勃興した近代体育が、19世紀後半よりまさに興隆の時期を迎えたことを示している。

とにかく、1880年代初めに、西洋各国で呼称は異っても体育である書物⁹⁾ が出版され出すと、その後またたく間堰を切った如くに、様々の呼称で出版がなされた。それらを挙げれば physical education¹⁰⁾ であり、gymnastics¹¹⁾ であり、physical culture¹²⁾、physical training¹³⁾、physical

exercises¹⁴, physical drill¹⁵, physical development¹⁶, strength and muscle¹⁷ といったものであり、更に加えると弱い存在の女子や子供の体育¹⁸ が脚光を浴びていることである。このことは HANCOCK の “Japanese Physical Training for Women と for Children” においても如かりである。また、特筆すべきことは、当時医療体操として始められたリングのスウェーデン体操が世を席卷しており¹⁹、英国においてもその蔵書30篇²⁰ がそのことを物語っているように思われる。同じくして注目されたドイツのグーツムーツの体操は、英国ではどのようにあったか本論においては明らかでない。

これらの出版物に表われた当時の体育への関心は、クーベルタン（仏）主唱の近代オリンピックが、1896年アテネを皮切りに、パリ（1900年）、セントルイス（1904）、ロンドン（1908年）、ストックホルム（1912年）と開催されて行くこととも符号するものであり、当時は正に近代体育の興隆期であったと云えるのではなかろうか。

HANCOCK が注目した柔術については、期を同じくして、1882年、加納（1860-1936）が *modern Jiu-Jitsu* としての柔術を創始²¹ しているが、彼はそれより以前に逸早く、上述したような西洋の体育事情に精通していた筈である。その事情を知っていたからこそ体育・スポーツとしての柔道を創始出来たのであり、創始したのであろう。また、それ故ストックホルムにおけるオリンピック大会（1912年）に、加納は団長として二人の選手（一人は金栗四三）を率いて、遅れ馳せながらも極東の地日本からの初参加を果しているものであり、教育の大事、特に体育（教育）の大事を認識していたからこそ東京高等師範学校初代校長の責務を全う出来たのであろう。

HANCOCK が、少なくとも1896年（第1回オリンピックの年である）以前に柔術を知ったこと、同じくそれ以前より日本の柔術家が渡米していたことはすでに述べている。加納の柔道の指導者である KATSUKUMA との共著、“Kano Jiu-Jitsu—Jiudo”（1905年）があることから、HANCOCK と

加納の間に何んらかの形で親交があったように思われる。いずれにしろ両者とも体育の大事を認識していた体育者であったことは確かであり、両者にどのような親交があったかは今後の課題としたい。ともかくも、西洋の体育への関心の高まりが、西洋の、あるいは HANCOCK の日本武道—柔術への最大の興味となったものであると云えるのではなかろうか。

IV. まとめ

“*Japanese Physical Training*” が著わされた当時は云はば近代体育の興隆期というような時期であったことがわかった。そして、新体育、モダン体育とは、健康と健全な身体を保持、増進させるものというのが共通の理念であったと思う。それは逆に云うと、病気とか弱さが極端に嫌われたということである。HANCOCK の書でも、アメリカの体育の権威は、弱さ (*weakness*) は罪悪である、と断言していることを述べている。社会の一員、市民として、病弱、弱さは敵であり、強健であることが義務であったとまで云えるのであろうか。そのために様々なトレーニング法、健康法の書物が著わされたのである。

そういう状況下 HANCOCK は柔術に出会い、その後の研鑽の結果、それ迄に多数の体育者が述べてきた全てのトレーニング法、健康法を柔術が有していることを知るに至り、書き著わしたのが “*Japanese Physical Training*” であった。本書の内容のことについては、現在、我々日本人にも、武道を行なっている者にも、ほとんど忘れ去られてしまっていることばかりであろう。HANCOCK も柔術の内容を知るに及んで、日本人の方法に驚き、魅せられたのであるが、筆者も本書に出合い内容を知るに及んで、あらためて日本の先人の業、知恵の素晴らしさを認識させられた。

本書は、昭和30年代の頃迄存在していた、高度経済成長と共に捨ててしまったものの重要性を教えてくれると共に、また現在我々が抱えている、特に健康問題、環境問題についても良き大きな示唆を与えてくれるもので

あると考えられる。一例を挙げれば、HANCOCK が云うように、日本には素晴らしい水があった。筆者の敷地にも井戸が3つある。だが5、6年以前より飲むことを禁ぜられた。中性洗剤等で汚染されているからだと言う。体育の人間として、この10年程の間水の問題を考えていた最中だった。残念で仕方ない。若し今後何んらかの方法で浄化したとしても、何十年かかるであろうか。そんな年数で取り戻せる問題ではないかも知れない。大気のこととは極めて大事なことだが、水もそれに勝るとも劣らないほど重要である。旧き良きものを大事にするこの英国で生活していると、つくづくそれとは逆の日本を考えさせられる。尤も、現在下水処理とゴミ問題のことでは、他のヨーロッパ諸国に比べたら全く無策の国であると云われているのだが。

最後に今後の課題として二つばかり述べると、一つは、柔術の筋力増強法が現代トレーニングにいかされているのか、実際に利用されたか否かを調べる価値は十分にあると思われる。

もう一つは、体育書の急増し始めた1880年代については、ロンドンのナショナル・ギャラリーで度々見ているので、ルノアール (Renoir) の“雨傘” (*The Umbrellas*) がすぐにおもい浮ぶ。1881年に製作し始めて、途中休んで1885年に完成したとか云うことと、木村尚三郎の変った見方²²⁾も憶えているので。それは、左下のアンブレラを持たない一人の娘は労働者、下層庶民であり、バックの他の傘をさした人々は中産階級だと云う。買物籠が空っぽのように、パンも買えない上に (もちろんアンブレラなど持てる身分ではない)、雨に降り出されて困っている娘に対し、バックの夫人達は俄か雨に傘をさせる喜びで一杯で、アンブレラの花が咲いた様であると。当時のますます貧富の格差が大きくなっていく世相を写しているのだと云う。その後労働党が結成、などということは筆者の範疇ではない。筆者の関心は、当時体育が何故関心を持たれたのかということである。貧しくて病人が多かったのか、豊かになった中産階級の人間は運動不足の“ブタ”にな

り過ぎ、ダイエットが必要であったのか、それともギリシア以来の自由溢れる下の考えであったのか、今後の課題としたい。

- 1) 筆者、大英博物館（ブリティッシュ・ライブラリー）所蔵の日本武道に関する出版物の調査研究、成城大学経済学部創立40周年記念論文集、1991年。
- 2) ロンドン大学に所蔵されているという。
- 3) 三食の例（夏）
朝食 果物、御飯一膳、小さ目の一人前の焼（煮）魚、お茶一碗。
昼食 食べないこともしばしばである。が、果物、ほんの少量の御飯（時々増やされる）あるいは少量の野菜だけ、あるいは少しの御飯と少量の野菜。
夕食 鮮魚に御飯、2、3種の野菜（トマト、玉ねぎ、人参、大根、セロリー、白菜、かぶら、生キャベツ、法蓮草——生か茹るかして）、お茶、これはほんの一部である。
- 4) 高層建築物では、高層になる程ダニの発生率が高く、2、3階迄は普通の家屋とあまり変りないが、それ以上の階は比較出来ないほどの倍率になると、つまり高層になるにつれて風が強くと風がなされないことによると云われている。
- 5) ○Fitzsimmons (R.), Physical Culture and selfdefence, Gale & Polden; London, 1902.
○Wells (W.), Physical Energy. Werner Laurie; London, 1923.
○Harvey (L.), System of Training and Self Defence. Queensway Press; London, 1934.
- 6) Gutsmuths (J. C. F.)
○Gymnastik für die Jugend. 1793, 1893.
○Spiele zur Uebung und Erholung des Körpers und Geistes für die Jugend. 1802.
○Turnbuch für die Söhne des Vaterlandes. 1817.
- 7) ○Jahn (F. L.) und Eiselen (E.), Die deutsche Turnkunst zur Einrichtung der Turnplätze. 1816.
○Jahn (F. L.), A Treatise on Gymnastics. 1828.
- 8) ○Ling (P. H.), Gymnastikens allmänna grunder. 1834.
○_____, The Treatment by Movements according to Ling's system

- for the prevention and cure of diseases. 1851.
- Chapman (M. J.), Ling's Educational and Curative Exercises. 1856.
 - 9) ○ Jaeger (O. H.), Die Gymnastik der Hellenen. Stuttgart, 1881. (独)
 - Hartelius (T. J.), Home Gymnastik. Translated from the Swedish. London, 1881. (英)
 - Oswald (F. L.), Physical Education. New York, 1882. (米)
 - Hunt (L. B.), Handbook of Gymnastics. Boston, 1882. (米)
 - Gelder (G. V.), Notions d'Anatomie appliquée à l'étude lagymnastique. Paris, 1882. (仏)
 - Valletti (F.), La Ginnastica in Grecia. Palermo, 1882. (伊)
 - Stoll (F.), Traité de la Gymnastique Suedoise. Riode Janeiro, 1882. (伯)
 - Niggeler (J.), Geschichte des eidgenössischen Turnvereins. Berlin, 1882. (独)
 - Story (A. T.), Board School Gymnastics. London, 1882. (英)
 - Loefving (C.), On Physical Education, London, 1883. (英)
 - 10) ○ Treves (Sir F.), Physical Education. London, 1892.
 - Mosso (A.), L'Educazione fisica della gioventú. Milano, 1894.
 - Lennox (D.), Elements of Physical Education: a teacher's manual. Edinburgh, 1898.
 - Chesterton (T.), Theory of Physical Education in Elementary schools. London, 1895.
 - Smiles (s.), Physical Education of the Young. London, 1905.
 - 11) ○ Hoffmann (L.), Home Gymnastics for young and old. The Oval Series of Games. Vol: II, 1893.
 - Posse (N.), Special Kinesiology of Educational Gymnastics. Boston, 1896.
 - Stecher (W. A.), A text-book of the German-American system of gymnastics. London, 1896.
 - 12) ○ Jenness (M.), Comprehensive Physical Culture. New York, 1892.
 - Tanner (A. E.), Physical Culture for men, women and children. London, 1894.
 - Sandow (E.), Physical Culture. London, 1898.
 - Stone (F. W.), The Stone school of Physical Culture. London, 1902.
 - Dumbell (C.), Pleasant Physical Culture. London, 1902.
 - 13) ○ Morden (W. E.), Handbook on Training. London, 1887.

- Hall (C.), Modern Method of Training. London, 1890.
- Checkley (E.), National method of Physical Training. London, 1892.
- Adam (G. M.), Sandow on Physical Training. London, 1894.
- Seymdur (H. R.), Physical Training : its theory and practice. Edinburgh, 1898.
- 14) ○Dupuy (L. E.), Le Moovement et les Exercices physiques. Paris, 1893.
 - Manchester School Boad, A Manual of Physical Exercises. Manchester, 1903.
 - Rabagliati (A.), Air. Food and Exercises. London, 1904.
- 15) ○Lishman (J.), Drill Book for Elementary Schools. London, 1901.
 - Drill, Physical Drill with Arms made easy. Gale and Polen's Military Series, 1903.
- 16) ○Szalay (J.), Professor Szalay's Quick Method of Physical Development. London, 1897.
 - P. P. London, Physical Development. London, 1901.
 - Pope (W. R.), Science and art of Physical Development. London, 1902.
- 17) ○Sampson (C. A.), Strength, a treatise on development and use of muscle. London, 1895.
 - Blaikie (W.), How to get Strong. London, 1899.
 - Sandow (E.), Strength and how to obtain it. London, 1900.
 - Melville (J.), Milo's Strength for all, London, 1901.
 - Kennedy (A. M.), Body Building for health and strength. Tronto, 1902.
- 18) ○Blakie (W.), Sound Body's for our boys and girls. London, 1884.
 - Alexander (A.), Healthful Exercises for girls. London, 1896.
 - Macfadden (B. A.), Power and beauty of superb womanhood. New York, 1901.
 - Lord (C. E.), Chart of healthful Exercises for women. 1903.
 - Macfadden (M.) and (B. A.), Physical Culture for Babies. New York, 1904.
 - Primrose (D.), Beauty of Figure : how to acquire and retain it. London, 1905.
- 19) 1878 (明治11)年には、ジョージ・リーランド(米)によって、スウェーデン体操の系統が日本にも伝えられ紹介されて、体術(体操、体育)として行なわれるようになる。
- 20) ○Haasum (J. D.), Ling's System Swedish Gymnastics. London, 1885.

- Ely (C. M.), Physical Education. Ling's Swedish System. London, 1889.
- Kellgren (A.), The Technic of Ling's System of manual treatment. Edinburgh, 1890.
- Johnson (T.), The Swedish System of Physical Education. Bristol, 1897.
- 21) ○ Williams Bryn, Martial Arts. Hamlyn ; London, 1975. p. 87.
- 22) 木村尚三郎, 世紀末泰西風俗絵巻, 文藝春秋, 1989.

資料 1. 体育書所蔵数 (球技等 SPORTS 項のものは含まぬ)

年 代		英 語 書	他 国 語 書	独 語	仏 語	そ の 他
1600年代前	19	7	12		3	9
1700年代	41	8	33	5	12	16
1800～1849年	53	24	29	11	14	4
1850～	45	26	19	8	7	4
1860～	56	28	28	10	9	9
1870～	31	14	17	5	9	3
1880～	64	32	32	17	8	7
1890～	123	90	33	7	12	14
1900～1905年	113	98	15	6	6	3
1906～1910年	90	84	6	3	1	2