

薩摩人の身長と健康

～薩摩隼人・おごじよは大きかった？～



維新の偉人には長身が多い！？

西郷隆盛は、遺された軍服などから身長5尺9寸（約178cm）、体重29貫（約110kg）だったと推定されている。当時、日本人男性の平均は155cm前後と言われており、まさに巨漢だった。

ただ西郷だけではない。様々な史料を見ると薩摩出身者の長身が目につく。大久保利通も178cm前後だったと伝えられ、彼らの盟友・村田新八も180cmとの記述もあり、遺された写真やシャツからも長身だったことがうかがえる。

最後の薩摩藩主島津忠義もイギリスの新聞記者も驚くほどの長身で、尚古集成館に残る大礼服から185cm前後と推定されている。また、13代将軍徳川家定の御台所となった篤姫も「丈高く肥玉ヘル御方」との記述が残っている。



パリの大久保利通と旧薩摩藩出身者

上段左から3番目：村田新八

中段左から4番目：大久保利通

村田新八が身長が高いが、右横の川路利良、大山巖も同様に身長が高い。

西郷どんがダイエット？

西郷隆盛は、大の甘党でトンコツなど脂っこい郷土料理を好んでいたため、年齢とともに肥満が進行、ついには胸痛などに悩まされた。ドイツ人医師ホフマンから「命に関わる」と警告されたため減量に取り組んだ。

西郷が力を入れたのが、運動療法としての狩猟。犬を連れて野山を歩く事を日課にしていたという。また、脂ものを減らすなどの食事療法やひまし油を下剤として飲んだ。

太古の古墳時代、日本人の平均身長は男性で163cm、女性で151cmだったが、江戸時代には男性で157cm、女性で145cmと時代とともに身長が低くなった。その後明治以降戦争の時代を除き基本的に身長が高くなっている。このことは動物性タンパク質の摂取量と関連があると考えられる。

江戸時代は四つ足の動物を食べなかった事が影響したと考えられるが、その中で薩摩人の身長が高かったのは獣肉食が関係している。食の豊かさや健やかな体が、薩摩人が明治維新の時代をつくり偉業を達成するのを支えたと言っても過言ではないだろう。

出典・参考：薩摩人身長と食文化(松尾千歳・尚古集成館館長)、
誰も書かなかった西郷隆盛の謎(徳永和喜・KADOKAWA)、Wikipedia