

古代人の身長を推定

メモ)鉄本 2022.12.15

来館者に出土した甲冑を説明する場面において、よくある質問が古代人の体格についてです。三宅和朗著『古代の人・ひと・ヒト ～名前と身体から歴史を探る～』から身長に関わる部分をピックアップして一覧にしました。

古代人の身長を知る方法は、①古人骨からの推定、②等身仏・等身人形からの推定、③史料からの推定などがあるが、データ量が少なくその時代の全体を表した数値ではないことに留意。

1. 時代別の平均身長

①関東地方の古墳時代	男性=163cm	女性=151.5cm
②奈良・平安時代(推定値)	男性=155cm	女性=145cm
③鎌倉時代	男性=159cm	女性=144.9cm

2. 個々の人物の身長(参考値) *1尺=30.3cmとして換算

人名	時代	身長(cm)	数値の根拠
阿武山古墳被葬者(藤原鎌足?)	古墳時代	164.6	大腿骨の測定
羽根沢台横穴群4号墓(最高身長)	〃	168.0	男性人骨11体の1つ 三鷹市
〃 1号墳(最低身長)	〃	149.3	〃
〃 (平均身長)	〃	159.6	男性人骨11体の平均
聖徳太子	飛鳥時代	175.0	太子等身の釈迦像、夢殿の観音菩薩像
藤ノ木古墳被葬者(穴穂部皇子?)	〃	166.5	南側の足首・踵の骨
坂上田村麻呂	奈良時代	175.7	『田邑麻呂伝説』(5尺8寸)の記述
小野朝臣篁	平安時代	187.8	『文徳実録』(6尺2寸)の記述
安倍朝臣安仁	〃	190.9	『三代実録』(6尺3寸)の記述
藤原清衡	〃	159.0	中尊寺のミイラ
藤原基衡	〃	165.0	〃
藤原秀衡	〃	158.0	〃
伝俊寛墓 (平氏打倒の謀議)	〃	156.8	喜界島の人骨(流刑された俊寛?)
円仁 (第3代天台座主)	〃	172.7	『慈覚大師伝』(5尺7寸)の記述
源為朝	〃	212.1	『保元物語』(7尺)の記述

3. 天皇の身長 *1尺=19.9cm(周尺)として換算

人名	時代	身長(cm)	数値の根拠
景行天皇		202.9	『古事記』(1丈2寸)の記述
日本武尊		199.0	『日本書紀』(1丈)の記述
仲哀天皇		199.0	『日本書紀』(10尺)の記述
反正天皇		184.1	『古事記』(9尺2寸半)の記述

【参考文献】

- 『古代の人・ひと・ヒト ～名前と身体から歴史を探る～』 三宅和朗 吉川弘文館 2022
- みたか遺跡展示室 HP [みたか遺跡展示室\(mitaka-iseki.jp\)](http://mitaka-iseki.jp)
[横穴墓の被葬者の身体測定！？骨の「身長測定」\(mitaka-iseki.jp\)](http://mitaka-iseki.jp)