日本の小児栄養の歴史

序章　小児栄養を考える背景

研究第2部　宮　崎　　叶

I　はじめに

筆者は1979年4月6日，日本小児科学会第82回総会の記念行事として行われた，国際シンポジウム「小児栄養の将来」にシンポジストとして参加した。日本からの参加であってみれば，日本の小児栄養の歴史をふまえて論議すべきものと思われたが，文献を調べてみると，日本の小児栄養の歴史と関連するものとしては僅かに育児用粉乳の歴史があるに過ぎないことがわかった。厚生省が1974年，母乳育児推進運動に踏み切ったこと，育児用調整粉乳が進歩したこと，前記2者によって離乳開始期の乳児の栄養状態が改善されたこと，一般に栄養環境が良くなったことなどの結果，母乳栄養や人工栄養の方法やその比率，離乳法などが大きく変化している現時点において，我が国の母乳栄養や人工栄養や離乳の歴史を明かにしておかないと，乳児栄養，ひいては小児栄養の将来の方針を確立しがたいおそれも感じられる。

そのような意味で，筆者は母乳栄養，人工栄養，離乳に関する我が国の歴史を逐次紹介してゆく意向であるが，本編ではその序章として，日本の小児栄養の歴史の背景となる日本の歴史と小児保健の歴史を簡単に述べることにする。もちろん，日本の歴史を簡単に述べることは容易でないので，多少とも小児栄養に関係するものに限ることにし，ということになれば小児保健に関するものということになるが，小児保健の歴史には毛利子来氏の名著[2]があるので，詳細はそれにゆずることになろう。

II　小児栄養に関係ある日本略史

約12,000年前，気候の温暖化による海の水位の上昇のために，日本列島は大陸から切り離されて，ほぼ現在のような地理的状態になったと推定されている。日本列島にとり残された狩猟民は1,000～1,500人位と推定されているが[3]，食生活は狩猟，採集，漁撈の時代を経て，農耕の時代へと進んでゆく。

そのおよそは，筆者が主として渡辺実氏の日本食生活史[4]により，種々の文献を参考にして作成した第1図のようであったと考えられる。

栄養の歴史を考える場合，紀元前300年頃米作りの技術は，紀元500年頃仏教が渡来した事を念頭におかなければならない。米作りによって出現，台頭した貴族が，仏教の戒律に従って禽獣肉摂取から遠ざかり，これが徐々に庶民に及び，1600年以後の江戸時代に，米，大豆，野菜，海草，魚を主材料とする和食が完成する。しかし，日本の農業は，農耕に適する土地が20%に過ぎない山島の中で行なわれたこともあり，本来熱帯湿地性の稲を温帯で栽培することの無理もあって，米栽培の恩恵は，前記の歴史の大筋とは異り，庶民にじゅう分には及ばなかった。米の順調な収穫は15年に1回ぐらいで，日本災異志によれば正確な歴史が期待しうる541年（欽明天皇28年）から1885年（明治2年）までの間に225回の飢饉があり，6年に1回あったことになり，そのうち83回は大飢饉で16年に1回あった割合になる。

江戸時代に和食が完成したと記したが，これは権力や経済力をもっていた武士や町人にとってのことで，それらの食生活を支えた百姓にとっては，米を主食にするなど，及びもつかないことであった。江戸時代，米の身分別の人口割合は武士6～7%，百姓80～85%，町人5～6%とされている[5]ので，日本人の食生活の大勢が，明治維新までにどの程度発達していたかは，百姓の食生活を調べなければならないことになる。

何回かの凶作，大飢饉の経験にもよるのであろうが，徳川時代の農民は米食を抑制され，雑穀の食用を奨励されていた。1649年（慶安2年）の御触書には，「百姓は分別なく，末の考えもなきものに候故，秋に成候得ば，米雑穀をむさと妻子にもくわせ候。いつも正月，2月，3月時分の心をもち，食物を大切に可仕候に付，雑穀専一に候間，麦・粟・稗・菜・大根その他何にても雑穀を作り，米を多く喰つぶし候はぬように可仕候。飢饉え時を存じ出し候得ば，大豆の葉，ささげの葉，いもの葉などむさとすて候儀は，もったいなき事に候。」[4]とある。

また，同御触書には「田畑をおこし，田を植え，稲を刈り，一入骨折申す時分は，普段より少し食物を能く仕

り，沢山に食わせ遣い申す可く候」ともあって，家康以来，徳川時代には農民は食料生産力として，生かさず殺さず程度に扱われてきたのであって，人格を認められるには，はるか遠い存在であった。まして，米雑穀をむざむざと食わせといわれた女性や子供は人権を全く無視されていたのであって，それを反映してか，小児栄養の歴史に役立つ文献はみいだせない。日本の小児栄養の歴史は明治維新以後から始まらざるを得ない事情が了解されよう。

牛乳や乳製品の食用の習慣は700年頃大陸から渡来し貴族僧侶の間で盛んであった事が知られている。ただし天平の甍を接した都の周囲には庶民が「たて孔住居」暮しをしていた時代であるので，貴族食と庶民食の分離は心得ておかなければならない。

朝廷では乳牛の飼育や繁殖に力をそそぎ，天智天皇の時代（661～671年）には官設の牧場をおいて牛を飼育しているし，大宝律令（701年）では典薬寮に薬草を栽培する薬戸とともに，牛乳をしぼる乳戸を設けている。延喜典薬寮式によれば，天皇家に供御として届けられる牛乳の量は1日3升1合5勺というから，天皇家では今日の一般日本人より多くの牛乳が飲用されていたと推定され，この特権は貴族にもひろがり，仏教の教えによって禽獣肉の食用から遠ざかっていった彼らの栄養を支えたものと思われる。

当然想像されることであるが，当時の衛生環境と技術からすれば，牛乳の飲用は必ずしも安全ではなかった。丹波康頼の医心方（984年）には，牛乳を服するときは，必ず1～2回煮沸して，冷えてから飲むように指示されているが，これでは医用としてはともかく，乳児の人工栄養には用いられない。

保存が困難な牛乳は煮つめて「にゅうのかゆ」と呼ばれるコンデンスミルク様の酪や，更に煮つめて固体にした蘇として食用或は薬用された。良質の蛋白源として，母性，妊産授乳婦の栄養を通じて，乳児の栄養に無関係であったとはいいきれないが，貴族階級に限られていることでもあり，日本の小児栄養の歴史には取り上げるのは無理であろう。

それでも，牛乳や乳製品の使用は平安時代になって更に盛んになり，その生産地である牧は，摂津，近江，丹波，播磨の四牧の他，甲斐，武蔵にまで及んで39か所が記録されている。醍醐という製品も登場し，これは固形ヨーグルトのようなものと考えられている。しかし，武士の台頭によって貴族が衰え，牧も，武士の戦力である馬の養成地に変貌させられるに及んで，牛乳や乳製品の食用は事実上行われなくなってしまう。

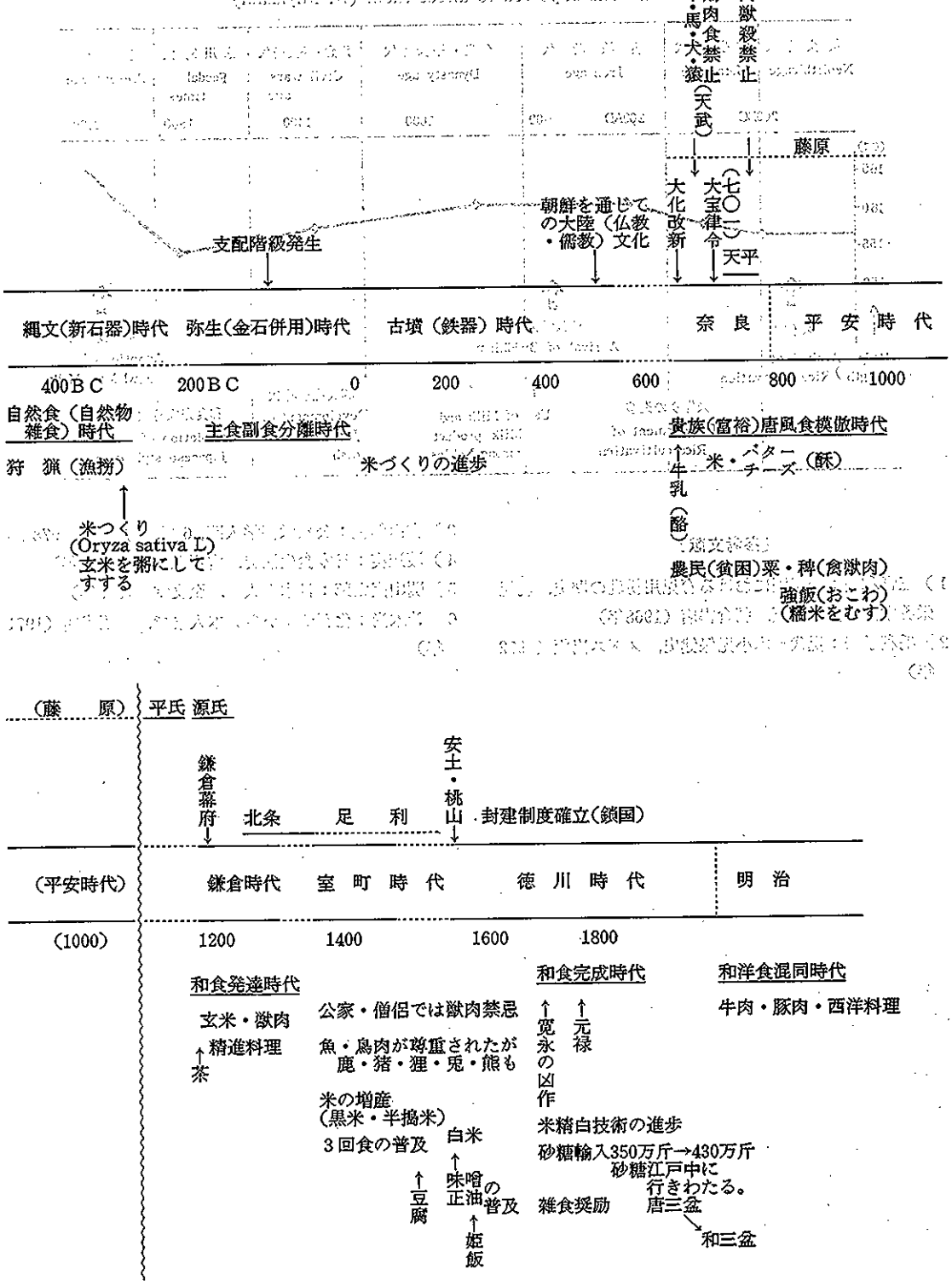
それでも徳川幕府が，享保のころ房州嶺岡に牛を牧養して牛酪を製造していた記録があり，慶応のころ，江戸雉子橋に厩舎をもって，牛乳をしぼり，牛酪を製しているなど，牛乳の使用が権力者によって，ほそぼそながら継承されていたのであって，これが明治政府に摂収されて，外国公使館や政府高官の需要に応じることになるのである。

以上，牛乳や乳製品の飲食の歴史はバランスを失するほど記したが，それは，さきに我が国唯一の小児栄養の歴史として紹介した，育児用粉乳の歴史[1]には当然の事ながら触れられておらないので，それを補っておきたかったからである。更に筆者の調べたところでは1886年（明治3年），前記の2牧場は民間に払下げられ，築地に牛馬会社が設立され，乾酪（洋名チーズ），乳油（洋名バタ）の他育児に使用できそうな懐中乳の粉（洋名ミルクパオダル）や懐中薄乳の粉（洋名コンデンストミルク）発売の宣伝文がみられる[4]のであるが，我が国の乳製品製造と販売の発端ともいうべきものが，育児用粉乳の歴史には紹介されていないのである。

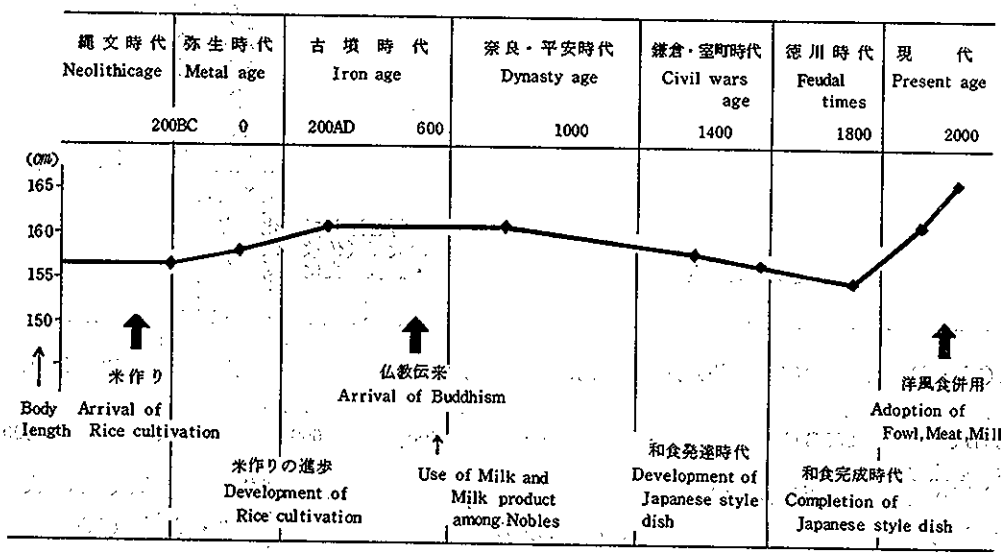
Ⅲ　本章の結語

以上，小児栄養の歴史は明治維新から始めざるを得ないこと，その内容としては少なくとも母乳栄養，人工栄養，離乳の歴史が含まれるべきことが理解されよう。次の章から逐時記すことにするが，最後に国際シンポジウム「小児栄養の将来」に使用した図を紹介しておく（第2図）。これは，本章で触れた我が国の栄養の歴史上の大事件を，鈴木尚名誉教授の日本人男性の身長の時代的変化[6]に重ね合わせたもので，縄文時代末期から古墳時代にかけての身長の増加，奈良時代から徳川時代にかけての継続的な身長の減少が瞭然とする。初期の増加を米作りの採用と関連させたいのであるが，これには騎馬民族の大陸からの渡来の影響説もあって，いまだ結論はないようである。次の身長の減少は，禽獣肉の食用禁止に続く，牛乳，乳製品食用習慣の衰微が大いに関係ありそうであるが，筆者が調べた範囲では決定的な証明はない。そうであってみれば，徳川時代の終りから現代の継続的で著明な身長の増加は，栄養と発育の関係の絶好の材料と思われるので，その点に注目しながら記述を進めるつもりで，またそれによって，小児栄養の歴史が保健の研究に繋がると考えられる。

第1図　日本人の食生活の歴史



第2図 日本人の身長の推移とそれに関係あると思われる事件
Changes of Japanese Body Length (S. Suzuki)
and Events supposed to affect them (K. Miyazaki)



〔参考文献〕

1）三野和夫：わが国における育児用粉乳の歴史，乳児栄養学，73頁～93頁，朝倉書店（1968年）

2）毛利子来：現代日本小児保健史，メドス出版（1972年）

3）吉田勉編：公衆栄養学入門，6頁，有斐閣（1978年）

4）渡辺実：日本食生活史，吉川弘文館（1964年）

5）関山直太郎：日本の人口，至文堂（1969年）

6）鈴木尚：化石サルから日本人まで，岩沼書店（1971年）