

②A—7 栄養学的見地による奈良，平安時代と現代との比較

名古屋市立女子短大 石川 昌子

1. 個人の体位向上の為には栄養摂取技術の知識の普及が大切であり，一方，医療知識及び技術の進歩，衛生思想の発達等も大いに関係する。さらに社会人としてはその時代の産業，文化，政治に関する歴史的背景によっても支配されることは，前世界大戦で身をもって体験した事実である。このような見地から奈良，平安時代を考えるに，当時代は，考古学的見地のみから推定される縄文，弥生時代と違って，いくらかでも記述的文献のみられる時代となってきたので，その当時の社会文化の歴史的背景のもとにくらしていた人々の食生活において，いかなる栄養状態であったかを推定することは，我国の食物史上重要であると考え，現在の摂取栄養量と比較して考察することをこころみた。

2. 古典及び現代の，食物に関する文化史，社会史等を調査参考資料とし，それぞれの時代の食糧生産力，調理材料及び方法，食器類，食事習慣及び嗜好性等について調査し，推定摂取栄養量を算出した。現代については著者の（1956，1961）行った栄養摂取実態調査及び国民栄養調査を基礎にしこれらを比較した。

3. 歴史的背景をもとにした奈良，平安の両時代における摂取栄養についての調査報告をするとともに現代の調査と比較して論説する。