

『宜禁本草集要歌』収録の食養生記事に関する分析調査  
 和洋女大 ○高野俊、松田久子 都立立川短大 石川尚子  
 女子栄養大 島崎とみ子 日本女大 石川松太郎

「その3」本書収録和歌における「妊産婦・乳幼児」に関する食養生訓を中心に  
 目的 近世は、人命尊重の思想が高まり、中でも人間の誕生にかかわる妊娠・出産・育児  
 児についての関心は深かったにもかかわらず、医学や生活諸科学の発達も医療施設の普及  
 も共に不十分で、妊産婦や乳幼児の死亡率は高かった。それゆえに、体験に基づく産育習  
 俗が全国各地域に生まれ、子育て書や養生書などが数多く作られ出版されたのである。本  
 書においても、「妊産婦・乳幼児」に関する食養生訓がかなり多くみられるので、その特  
 徴を明らかにしたい。

方法 本書の巻の1から巻の7に収録されている食品の中で、米穀類、草類、菜子類、  
 魚類、虫類を中心にとりあげ、和歌に詠み込まれている妊産婦の産前産後の食養生、およ  
 び乳幼児の病気や成長にかかわって“宜禁”とある食品類についての分析を試みた。

結果 妊産婦について抽出・分析した食品数は45種、和歌数は47首であり、特に産後の  
 病気に関する養生訓が目立っている。また、乳幼児については、食品数24種、和歌数28首  
 で、中でも、子ども特有の病気である「草瘡・疳の虫」についての食養生訓が多くみられ  
 た。当時は難事業であった出産や育児について、食物摂取に関するさまざまな配慮がうか  
 がわれ、食物史ならびに教育史の上でいくつかの興味ある結果が得られたので、ここに発  
 表する。