



食べ方のルール

「四群点数法」の誕生まで



1980(昭和55)年
『食事日記』は日課(綾81歳)

83年前、香川昇三・綾夫妻は脚気とビタミンの研究を通して栄養学の重要性と食生活の改善を説き、学園を始めました。戦前は、「主食は胚芽米、魚一、豆一、野菜が四」の標語で、米中心の食生活を改め、副食を十分に食べて食事全体の栄養バランスを整えるのが重要と伝えました。戦後は、学校給食の脱脂粉乳で子どもたちの健康状態が著しく改善したことを目の当たりにし、乳・乳製品をとり入れることを提唱します。さまざまな検討を重ね、だれにでもわかりやすく実践しやすい食事法「四群点数法」を確立し、普及します。食べる量を重量ではなく、エネルギー量(1点=80kcal)で示し、エネルギーを点数化したものです。その歩みを月刊誌『栄養と料理』などとともに紹介します。



香川綾97歳の食卓



手にとってご覧になれるコーナー



1972(昭和47)年頃 長女芳子とともに自宅で料理を作る(綾73歳)



1980年代の『栄養と料理』。四群点数法を普及



1942(昭和17)年2月号



常設展示

平成28年3月10日(木)～平成29年3月初旬

開室日時：月曜日～金曜日 9:10～17:00

土曜日 9:10～12:00

※時間変更をすることがあります。詳細はホームページをご覧ください。

閉室：日曜・祝日・年末年始 ※学校行事等で閉室する場合があります。

入室料：無料

交通案内：東武東上線「池袋」駅より急行42分、「若葉」駅下車徒歩3分

女子栄養大学
香川昇三・綾記念展示室

埼玉県坂戸市千代田3-9-21
坂戸キャンパス4号館(図書館棟)2階
☎049-284-3489
ホームページ <http://www.eiyo.ac.jp>

香川昇三・綾と香川栄養学園の歩み

学園創立者 香川昇三・綾

香川栄養学園

香川昇三誕生（香川県）
横巻綾（後の香川綾）誕生（和歌山県）
昇三 東京帝国大学医学部入学
綾 東京女子医学専門学校入学
昇三 東京帝国大学医学部卒業、同島内科学教室入局、医師免許証取得
綾 東京女子医学専門学校卒業、東京帝国大学島内科学教室入局、医師免許証取得
綾 「飯の炊き方」（糧友）
香川昇三・横巻綾 結婚／昇三 「軸性視神経炎ト脚気トノ関係ニ就テノ研究」（東京医学会雑誌）
昇三 「ビタミンBの多元性に関する諸業績」（日新医学）
綾 「種々本邦食品ノビタミンB含有量竝ニ之ニ及ボス調理ノ影響（第1報）」（東京医学会雑誌）
昇三他 「脚気並ニ人及動物ノビタミンB1欠乏症に対するオリザニン結晶の治療的效果に就て」（医事公論）
昇三 東京帝国大学医学部講師として内科学食餌療法を講義／綾 「料理カード」作成
昇三 「高度搦精胚芽米のビタミンB1含有量」（東京医事新誌）
昇三 中国東北地方（旧満州）において栄養調査及び義勇軍の食事指導
昇三編 「食品分析表」刊行
昇三 女子学習院講師、東京帝国大学臨時附属医学専門部講師、文部省体育調査委員となる
香川昇三疎開先で死去（7月17日 享年51歳）
綾 「5つの基礎食品」を発表／計量カップ・スプーン考案（実用新案登録第431662号）
綾 「JAPANESE COOKBOOK」（英文）日本交通公社出版
「5つの基礎食品」を「7つの食品群」に発展させ発表／「栄養家計簿」発行
昇三 駒込校舎に胸像を建立
綾 「7つの食品群」を「4つの食品群」に改定
綾 藍綬褒章受章
綾 「4つの食品群」を改定し、80キロカロリーを1点とする「香川式食事法」を提案
綾 厚生大臣から栄養士養成の功労者として表彰
綾 勳二等瑞宝章受章
綾 「食品80キロカロリー成分表」刊行
「4つの食品群」と「1点80キロカロリー」をまとめ、「四群点数法」完成
綾 喜寿祝賀会開催
綾 「食事日記」「一皿に生命こめて」刊行
綾 「食品80キロカロリーガイドブック」刊行
綾 文部大臣から短期大学教育功労者として表彰
綾 食生活文化功労賞受賞
綾 文部大臣表彰（学校給食法制定30周年記念 学校給食振興・充実）／エイボン女性大賞受賞
綾 「栄養学と私の半世紀」刊行
綾 米寿祝賀会開催／駒込校舎に胸像を建立
綾 狹野吟子賞受賞
綾 香川栄養学園学園長に就任
綾 ダイヤモンドレディ賞受賞
綾 文化功労者顕彰
綾 東京都名誉都民として顕彰
香川綾死去（4月2日 享年98歳）
香川綾生誕100年記念式典
第1回「香川綾記念会」開催／香川綾メモリアルプレート設置
香川昇三・綾記念展示室開室（坂戸校舎）
駒込校舎に「香川昇三・綾 記念展示コーナー」設置
綾 和歌山県文化情報センター「紀の国先人展—紀の国が生んだ学術の先人たち」で紹介
第1回「大胡藁前祭」開催
綾 国立科学博物館企画展「なでこたちの挑戦—日本の女性科学者技術者」、国立女性教育会館「女性の高等教育の黎明—チャレンジする女性たち」で紹介
香友会創設70周年記念事業として 香川昇三・綾の胸像に添える銘板を建立

明治28年（1895）
明治32年（1899）
大正 9年（1920）
大正10年（1921）
大正13年（1924）
大正15年（1926）
昭和 3年（1928）
昭和 5年（1930）
昭和 6年（1931）
昭和 7年（1932）
昭和 8年（1933）
昭和10年（1935）
昭和11年（1936）
昭和12年（1937）
昭和13年（1938）
昭和15年（1940）
昭和17年（1942）
昭和20年（1945）
昭和21年（1946）
昭和22年（1947）
昭和23年（1948）
昭和24年（1949）
昭和25年（1950）
昭和26年（1951）
昭和28年（1953）
昭和30年（1955）
昭和31年（1956）
昭和32年（1956）
昭和33年（1958）
昭和34年（1959）
昭和36年（1961）
昭和37年（1962）
昭和38年（1963）
昭和39年（1964）
昭和40年（1965）
昭和42年（1967）
昭和43年（1968）
昭和44年（1969）
昭和47年（1972）
昭和48年（1973）
昭和51年（1976）
昭和52年（1977）
昭和54年（1979）
昭和55年（1980）
昭和57年（1982）
昭和58年（1983）
昭和59年（1984）
昭和60年（1985）
昭和61年（1986）
昭和62年（1987）
平成 元年（1989）
平成 2年（1990）
平成 3年（1991）
平成 5年（1993）
平成 6年（1994）
平成 7年（1995）
平成 9年（1997）
平成11年（1999）
平成12年（2000）
平成13年（2001）
平成15年（2003）
平成17年（2005）
平成18年（2006）
平成19年（2007）
平成20年（2008）
平成21年（2009）
平成22年（2010）
平成23年（2011）
平成24年（2012）
平成25年（2013）

「家庭食養研究会」発足（小石川駕籠町102番地・自宅）
月刊誌「栄養と料理」創刊
「家庭食養研究会」移転（小石川駕籠町198番地・3階建ビル）／香川研究所設立（所長・昇三）
「家庭食養研究会」を「栄養と料理学園」に改称
「栄養と料理学園」を「女子栄養学園」に改称／家庭献立材料配給所開設
駒込に新校舎完成
駒込校舎全焼（4月13日空襲）「栄養と料理」休刊／学園疎開（群馬県大胡町）
「栄養と料理」復刊
「女子栄養学園」復活（駕籠町）／栄養士養成所に指定される
「財団法人香川栄養学園」設立
「女子栄養短期大学」設置（駒込）／栄養士養成施設に指定される
「学校法人香川栄養学園」に改組
子ども料理クラス開設
女子栄養短期大学第二部（夜間部）設置
「香川調理師学校」設置／埼玉県坂戸町に校地購入／校歌作成
「女子栄養大学」家政学部食物栄養学科設置
女子栄養学園と香川調理師学校を統合して「香川栄養学校」栄養士科・調理師科設置
埼玉県坂戸町に大学校舎（旧館）・学生寮完成、大学の教養部を設置
女子栄養大学調理技術検定発足
文部省認定女子栄養大学社会通信教育「栄養と料理講座」開講
女子栄養大学調理技術検定開始／香川料理教室開設
女子栄養大学「家政学部」を「栄養学部」に改組、「栄養学科」設置
女子栄養大学栄養学部二部栄養学科（夜間部）設置／レストラン「松柏軒」開設
香川栄養学校「製菓衛生師科」設置
「女子栄養大学大学院」栄養学専攻栄養学専攻修士課程設置／「栄養クリニック」開設
「香川栄養学校」を「香川栄養専門学校」に名称変更
女子栄養大学栄養学部に「保健栄養学科」を設置
学園創立50周年
「栄養と料理」創刊50周年記念展開催
女子栄養大学「料理技術検定」が文部省認定「家庭料理技能検定」となる
女子栄養大学大学院栄養学研究科に「栄養学専攻修士後期課程」設置
学長・校長に香川芳子、理事長に香川達雄就任
「女子栄養大学栄養科学研究所」開設
女子栄養大学栄養学部に「文化栄養学科」設置
西オーストラリア3大学と国際交流の提携
女子栄養大学大学院栄養学研究科に「保健学専攻修士課程」設置
女子栄養大学大学院栄養学研究科に「保健学専攻博士後期課程」設置
「香川綾記念生涯学習センター」竣工／「女子栄養大学生生涯学習講師」認定制度発足
女子栄養短期大学を「女子栄養大学短期大学部」に名称変更
女子栄養大学短期大学部第二部を廃止
女子栄養大学栄養学部を改組 栄養学科実践栄養学専攻を「実践栄養学科」に、
栄養学科栄養科学専攻及び保健栄養学科を統合し「保健栄養学科」に改組
「栄養教諭養成課程」開設
女子栄養大学栄養学部文化栄養学科を「食文化栄養学科」に名称変更
女子栄養大学栄養学部食文化栄養学科から専門学校への「学園内留学制度」開始

香川栄養専門学校「調理専門課程調理マイスター科（2年制）」を設置
香川栄養専門学校栄養専門課程栄養士科を廃止、「香川調理製菓専門学校」に名称変更
女子栄養短期大学部に大学・短期大学既卒者のためのキャリアコースを設置
香川調理製菓専門学校校長交代 校長に香川明夫就任
学園創立80周年

※下線は今回の企画展示に関連する項目です。