

女子栄養大学栄養科学研究所の開設

1990

1990(平成2)年、前年に大学院博士後期課程が設置され、研究体制の高度化への対応が求められたことを受けて開設された。本学園における研究の歴史は古く、研究所は栄養学の教育と発展には研究が重要であるという創立者の理念を体現している。現在は「健康科学部門」、「実践栄養学部門」、「生活文化・社会科学部門」、「スポーツ栄養学部門」に加え、1969(昭和44)年に開設された栄養クリニックを駒込校舎に併設し、それぞれの視点から研究活動、教育、指導にあたっている。また、企業や病院・医療関連施設からの委託に応じた研究や講習も推進しており、食品の成分分析も成分分析センターで行っている。

生涯学習への取り組みと社会への貢献

本学園はより多くの人々に健康な食生活を実践してもらうために、常に一般の方々にも門戸を開いてきた。1960(昭和35)年、遠隔地の人々を対象にした「たのしい食事料理通信講座」を開講、のちに文部省認定社会通信教育となった。1964(昭和39)年には、香川料理教室を開設。さらに同年、女子栄養大学調理技術検定を開始し、のちに文部省認定(現在は文部科学省後援)家庭料理技能検定として認められた。香川綾は、1955(昭和30)年に子ども料理クラスを立ち上げているが、将来的に当検定を小・中学生までに広げ、1人で健康管理ができるような自立した子供の輪を広げたいという考えがあった。



昭和33年 12月 クリスマス
1958(昭和33)年 子ども料理クラスのクリスマス会



四群点数法のエプロンを身につけた香川綾(81歳)

毎日、食事日記をつけて四群点数法を実践していた。

さらに、香川綾が人々の健康のため、普及に尽力したものとして、「四群点数法」がある。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で、乳・乳製品を取り入れることを提唱した。さまざまな検討を重ね、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「四群点数法」を確立した。だれにでもわかりやすく、実践しやすいバランスのよい食事法の確立と普及によって、人々の健康の維持・改善のために尽力を続けてきた。現在、適切な栄養管理の実践は、病気を未然に防ぐ「一次予防」に向けて、ますます重要なものとなっている。