

- a. 味付は健康食であることと作業による塩分の消失等を考慮してすること
 - b. 盛付については工場において時間的制約従業員の不足等のため乱雑になりがちであるから注意すること
 - c. 病院において機械の操作等を習熟し得なかつた者は工場において之を修得すること
 - d. 其他病院給食に準ずる
- (3) 小学校
- イ 関係当局への提出書類具備すべき帳簿の作製記入
 - ロ 既往献立の検討
(対象が幼若児であることに考慮)
 - ハ 経費の計算
 - ニ 調理状況(見学)
- (4) 保健所
- イ 献立作製
 - a. 在宅結核患者食
 - b. 乳児食(人工栄養)
 - c. 離乳食

- d. 妊婦食
 - e. 乳婦食
 - ロ 指導の仕方
 - ハ 調乳(牛乳, 粉乳, 糖添加)
 - ニ 調理
 - a. 離乳食
 - b. 妊婦食
 - c. 乳婦食
 - ホ 冷蔵庫の取扱
 - ヘ 伝染病の集団発生, 集団食中毒時の措置準備
- 尿尿検査保菌(保卵を含む)検査——尿尿検査, 化膿性疾患特に化膿性創傷の有無検診, 爪の短剪, 用具
(割烹衣, マスク, 帽子, ナイロン又はゴム前掛)
- 日本食品標準成分表(1954版) 資源協会編
筆記用具

学会だより

I 講演会

学会の恒例の春季講演会は6月26日、新築の香も新たな新館講堂において開催され、講師に我が国栄養化学界の第一人者の一人である、京都大学名誉教授近藤金助博士をお願いした。博士は「日本人の食物構成」と題して約2時間にわたり、先生の研究の成果を始め、我々の最も関心を有する諸問題に関して蘊蓄を傾けられ、我々食物学に関係する者にとってはまことに大いなる収穫であつた。講演要旨については別記赤松さんの記録を参考とせられたい。

講演要旨

大食三 赤松 幸子

我々が日常無意識に食している食事が如何なる栄養素から構成されているか、又それが我々の健康を保持増進させてゆくに充分であるか否か、外国人の食物と比較して日本人の食物が如何なる状態にあるか、今後我々の食生活がどの様に変化してゆかねばならぬかと云う興味ある内容に就て二時間に亘つて述べられた。

我々日本人が目標とする栄養素摂取量は次の如くである。

cal.	2400 cal. (普通人)
蛋白質	72 g (この内動物性蛋白質が 1/3)
Fat.	30 g
Vitamin	B ₁ 3 mg, B ₂ 3 mg; B ₆ 3 mg, C 100 mg, E 2 mg, A 5000 I.U., D. 500 I.U.,

しかし現実に於ては成人男子で平均 2500 cal, 成人女子で 1900 cal., 蛋白質では 60 g, 脂肪, Vitamin, 無機質では, 基準量をはるかに下ると云う状態である。

我々の活動源となる食物の栄養価とはほぼ蛋白質の質とビタミン無機質によつて決定される。それで我々が食している食物中の蛋白質中にどのような必須アミノ酸が含まれているか, 又それが我々の健康の保持増進の為に充分か否かにつき述べると

	食している必須アミノ酸量	必要量
トリプトファン	1 g	0.4 g
フェニールアラニン	3.5 g	2 g
リジン	3.5 g	1.4 g
スレオニン	2.6 g	1 g
メチオニン	1.47 g	2 g
ロイシン	5.26 g	1.46 g
イソロイシン	3.58 g	1.4 g
バリン	4.2 g	1.2 g

以上の様な結果であり, 蛋白質に於て必須アミノ酸は, メチオニンを除くと必要以上摂取されていることになりアミノ酸に関する限り安心してよいのではないが, しかしながら問題になるのは, 蛋白質源のほとんどが穀類にあると云う事である。それについては次の如き統計が出ている。

	日本人平均	日本農民平均
蛋白質摂取量	66 g	59 g
穀類蛋白質/全蛋白質	49%	61%
穀類/全食物	69%	82%

以上の如く全食物中で穀類の占める割合又穀類蛋白質の占める割合が非常に高い。これを諸外国と比較するとはるかに高い数字を示し, 蛋白質の良否は動物性か植物性かにより定まるから, 必須アミノ酸は必要量だけ摂取出来ても, 動物性蛋白質が少ないと栄養上いへとは云い切れないのである。

何故ならば蛋白質は全部アミノ酸に分解されてから吸収されるのではなく, ペプチドとしても吸収されるからである。この様な点に“日本人の体位が諸外国人に比して劣る事”が連つていっているのではないか。又これは日本の経済の貧困を, 国民の低所得の歎きを極度に物語っているものであり, 我々の栄養向上は先ず経済の向上からと力説された。ついで Vitamin, 無機質について述べられたが Vitamin に於ける B₂, A が特に不足しており, 無機質では Ca の不足が特に著しく日本人の体格の欧米人に比して小さいのは Vitamin B₂ 及び動物性蛋白等の成長に必要な栄養素の不足であろうと述べられた。

又蛋白質の栄養価を高める為に食品選択, 組合せに注意すべき事。Ca の摂取不足の上に穀類摂取が多い為 P が多く, 野菜を多く摂取する故に K が多く Ca が体外に排泄されているのは悲しむべき事である。我々の身体は cal, 蛋白質, 無機質, ビタミン, ホルモン等の全ての物質の均衡が取れ調節されて, 我々身体の健康を保持増進出来, 逞しい明日への生活力を生み出す事が出来るのだから日本人の食物構成がより栄養価の高い物へと移る様に自然界と食物との関係, 動物と植物又人間との関係などの密接な連りを強調されて講演は終つた。

I 夏 期 講 座

食物学会主催の夏季公開講座は, 下記の通り開講され, 参加者68名に及び非常に盛会であつた。講座内容

については本誌に掲載し得なかつたので, 次号にゆづる。

	日	時	講 演 題 目	講 師
第1日	8月1日	8.30~10.30	救荒食物と将来の食品	本学講師 丹 信 実
		10.30~12.30	放射性物質	本学教授 理博 鳴 海 元
第2日	8月2日	8.30~10.30	病 人 食	京都大学 助教授 医博 桂 英 輔
		10.30~12.30	栄養化学一般	大阪栄養化学 研究所々長 医博 茶 珍 俊 夫
第3日	8月3日	2.00~6.00	洋食料理見学及試食(於都ホテル)	都ホテル料理係主任 藤原 謹 造 " 宴会係主任 大 橋 襄
第4日	8月4日	8.30~10.30	食 中 毒	本学教授 医博 平 田 一 士
		10.30~12.30	蛋白食品に関する二三の問題	京都大学教授 農博 奏 忠 夫

編 集 後 記

- ◆昨年創刊の本誌も第2年を迎え、本年度より年2回発行の予定となり、ここに第2号をお送りします。本号には特に30年度卒業生の卒論要旨を掲載しました。
- ◆編集委員を交代したのは夏休み直前のことであり、前期未までに発行との事でしたが、長い休暇のため思う様に進まず、遅刊したことをお詫びします。
- ◆第3号原稿を別記の通り募集しますから奮って御投

稿下さる様お願いします。

- ◆本誌編集に関して御意見、御希望等があれば委員まで御申し出下さい。(太田記)

第 3 号	原 稿 募 集
締 切 日	1 2 月 2 0 日

別記投稿規定により多数御投稿下さい。

投 稿 規 定

1. 投稿は食物学科に関係ある、綜説、調査、研究報文、自由論叢、研究室だより、学級・卒業生だより、実習記及び見学記とし、食物学会会員並に当食物学科の卒業生とする。原稿には前記区分を明記すること。
2. 原稿の取舍は編集会議で決める。又原稿中の字句については加除修正を行うことがある。
3. 原稿には表題、著者名及び所属(卒業生は卒業年次専攻)等を併記し、第1項による区分を明記のこと。
4. 原稿は400字詰原稿用紙を用い30枚以内とする。
5. 原稿は平かな、新かな使い横書きとし、欧語音読には片かなを用いる。但し物質名、人名等は欧文のままとする。図は白紙又は青線方眼紙に丁寧に墨書し、原稿とは別紙とすること。
6. 動植物の学名の下には――を付け、(イタリック体となる)、和名は片仮名をもちいる。ゴチック体には〰〰〰の下線をつける。数字はすべてアラビア数字を用い、数量の単位はメートル法による原則とする。
7. 句読点、カッコには1画を与える。ハイフンは区画の野線上に明瞭に書くこと。
8. 校正は初校に限り、著者が行う事を原則とする。
9. 綜説、研究報文、自由論叢については、希望者に対し別刷20部を贈呈する。それ以上の希望数に対しては実費申し受ける。希望者は原稿に希望数を朱記すること。
10. 原稿の送付、連絡は下記とする。
京都市東山区東山七条
京都女子大学食物学会誌編集委員宛