



北郁子

「小児栄養学」と「小児保健学」を基礎として

新しい「保育栄養学」を提唱——

白梅保育園々長 大山 美和子

はつめい

北郁子先生は私の最も敬愛する先生である。先生は1953(昭和28)年から、1995(平成7)年に至る42年もの長きにわたって白梅学園に奉職された。白梅保育園時代、白梅学園短期大学草創期から展開期にかけてであった。先生のご専門は小児栄養学である。専任講師、助教授、教授として「小児栄養」「小児栄養実習」を担当される傍ら、保育科長、教務学生部長等の要職に当たり、退任後名誉教

授の称号を得ている。まさに白梅学園の先駆者である。僭越ながら私を白梅保育園に引き合わせて下さったのも先生である。その御縁から大変狭い範囲の業績の紹介になることをお許しいただきたい。

生い立ち

北先生は、1925(大正14)年3月26日、父北真一郎、母まさをの次女として福井市にて出生。父は絹織物卸業を営んでいた。日中戦争の統制令により輸出が厳しくなる

が、台北に店を移した父の許で、1941(昭和16)年から1943(昭和18)年まで過ごす。この間に台北大学の哲学科と文学科で特別聴講生として学んだことが、北先生の考え方の基礎と広い視野と思考力の基になったことが伺われる。その後、1944(昭和19)年に父は帰らぬ人となり、1945(昭和20)年7月福井市の大空襲で家を焼失して、敗戦となる。

父の他界と戦後のインフレーションの中で、従来の価値観や変化する倫理をめぐって懸命に模索したこと、これからの社会で女性も1つの専門知識を持って自立することの意義と実践を話し合ったことなどについて、妹である北和子氏は『6月の薔薇——北郁子追悼集』に記している。

1951(昭和26)年女子栄養短期大学に入學、1953(昭和29)年に卒業。その後同大学が4年制となり家政学部食物栄養学科に1963(昭和38)年編入學し、学位を取得する。新たな活動を展開していくことになる。

白梅学園短期大学草創期にかかわる

女子栄養短期大学の卒業に際し、北先生は学長香川綾先生と近藤とし子先生の推薦で誕生したばかりの白梅保母学園へ「栄養学」担当教員として就職する。

その頃のことを、『樋口愛子先生追悼録』の中で、「中央

線高円寺の駅から狭い商店街を通って麦畑の中に旧兵舎だった家庭学園(白梅学園の前身)があった。家庭学園を卒業した友人から、生活の科学化、社会化、芸術化を身につけた新しい女性教育をめざし、ユニークなカリキュラムと教師陣であることを聞いて興味を持ち伺った。」とある。その後田中未来先生と白梅保母学園創立に関わり、「小児栄養」を担当することになった。

樋口愛子先生と田中未来先生のヒューマニズムに溢れた格調高い設立意図と、適切な判断と実行力に驚嘆し、高名な先生方が喜んで温かく協力して下さったこと、それは愛子先生の意図される人間像と教育からくるものであったことを先生ご自身記されている。

授業が進められていく中で、同年齢の幼児でありながら幼稚園と保育所に分かれ、保育者の養成も別である現制度を何とか一元化できないものかという発想が生まれ、白梅学園でもカリキュラムの検討が行われた。その結果、1955(昭和30)年に日本で初めて両方の資格がとれる白梅学園保育科と改称された。

その頃のことを田中未来先生は北先生の弔辞の中で、「専任教員は北先生と私と二人だけでピアノ1台、紙芝居1組と買い求め、カリキュラムも実習も、当時、私立の養成校の先例が少ない中で工夫してつくりあげた。栄養学は日進月歩だ

から何歳になっても勉強しなければと励んでおられ、小児保健と栄養学を基礎としながら「保育栄養学」という新しい学問分野を提唱され、つくりあげられたことは日本全国保育界にとつて大きな貢献であった。食生活を一つの文化としてとらえ小さい時から人間らしい文化に親しませ、食事の楽しさ美しさを伝えようとした」とたたえられている。

1957(昭和32)年、白梅学園短期大学設立。保育科Ⅰ部・Ⅱ部設置。その後1961(昭和36)心理技術科、保育専攻科Ⅰ部・Ⅱ部開設。1966(昭和41)教養科開設。Ⅱ部(夜間部)の充実にも力を注がれ、先生方は授業数が増えて大変だった。にもかかわらず夜間学生の健康をも憂慮され、石川元雄教授(基礎医学専門)と「健康調査(自律神経・物質代謝・体温・血圧・脈拍・血液等)」を実施し、その結果夜間の1時限と2時限の間に軽食がとれる20分の休憩時間を提案し実現化した(白梅学園大学紀要1967年発表)。その後も新入学生には必ず「1週間の食事調査」のレポート提出が課せられたときく。それは北先生のご尽力の結果であり、食べることは生きることから、自分の健康管理は自分だという先生の姿勢が強く伝わることである。

学びへの尊厳・喜びを探究

北先生は、「保育とは何か? 児童福祉とは何か?」から

勉強を始め、戦前から信濃町でセルメント活動を続けた。戦後二葉保育園の園長になられた徳永恕先生の協力を得て共働き家庭を訪問し、子どもの環境や食事内容等の調査研究をする。

北先生は子どもの身体発達については愛育研究部々長の内藤寿七郎教授から学び、乳幼児の発達心理と文化については学生時代から岡宏子先生のアーノルド・ゲゼルの研究から学ぶ。

研究テーマは「乳幼児の心身の発達の核に食事を位置づけ、言語、運動、適応、五感の発達を総合して学び考察することであった。その時最も大切なことは個性の尊重である」という当時にあつては新しい視点を見出し、とても生き生きしていたと北和子氏は『追悼集』の中に記している。このテーマは今も変わることなく、私たちが毎日の保育をすすめていく上で個々の成長に合わせた食事のあり方、成育のあり方を考える基本となっている。

なお、これらに関連して、北先生が「楽しく学ぶ」ことを重視されていたことを思い出す。楽しく学ぶこと、楽しく研究することは、学生にとつても、教員にとつても理想である。その点を北先生はつねに念頭におかれていたのである。

乳幼児食研究会の設立と活動の展開

北先生は保育科学生の実習園である保育園の栄養士5〜6人から相談があり、勉強会がほしいとの希望を受け、1965(昭和40)年頃に小さなグループ(乳幼児給食研究会)をつくられた。1971(昭和46)年に、このグループは会則を持って正式に(乳幼児食研究会)として発足する。1999(平成11)年まで約34年間継続され、先生が研究会の代表となりライフワークとされた。保育園に勤務する数少ない公私立の栄養士(配置率0・5%位)7〜8人が運営委員となり、専門性と協業を生かすために、園長、保育者、調理員にも参加を呼びかけて運営。具体的には毎月1回30名位の定例研究会からスタートし、年1回の夏期セミナーは全国的に呼びかけて開催。まとめの記録集から一歩ずつ子どもの発達に見合った保育所の食事づくりを考えるための輪を広げていく。

研究会運営委員のリーダーであった田村知子氏は、「美濃部革新都政になり増え続ける保育所の中で、一人ぼっちでたなのオサンドンであがいている多くの栄養士を、先生はたんねんに園訪問をして結びつけて下さり、まったく象の歩みのような未熟な私たちをじっと見守って下さったこと」、また、運営委員の誰もが「栄養士のたまごから人生の

仕事として、子育てをしながら誇りと喜びを感じながら、専門職を続けることができたのは、北先生との出会いがあったからこそと感謝の気持ち」を『追悼集』の中に記している。

保育園に就職後は専門職でありながら、先輩も少なく自分で一から学ぶしかなかった職場の状況もあり、特に離乳食など乳児食については勤務地域の保健所栄養士に指導を求めて出かけることも多かった時代である。その頃、私も前記二葉保育園にて仕事を通して先生と出会う。都内10園モデル保育園が指定される。併設二葉乳児院の看護師、栄養士から学び模索していた頃である。先生はクラスの打ち合わせに出席、毎月の月案を家庭に配布し、園と家庭の連携を率先して指導して下さる。

先生が乳幼児食研究会を進める過程で常に意図されていることは、1日24時間の生活の流れの中で、1)子どもの全体像から保育所の食事を考える。2)食事と保育を関連づけて、成長する子どもの側にたった食事づくりをすすめる。3)乳幼児食を生理的、心理的、食文化的な視点から考えた料理の工夫をする。4)子どもにとって発達に見合った食事内容とともに、食べる道具である食器、食具の選び方も大切に。5)三者(保育者、栄養士、調理師)の協業と分業のあり方と責任の持ち方について考える。6)

家庭食と保育所での集団食は、食べることは同じでもその機能は異なるので、その連携のあり方について考える。

7) 厨房と設備は、食事づくりに大きな影響を与える大切な場として考える。8) 食品汚染、栄養素摂取の偏りから起こる問題の変化の対応について考える。等々である。

その傍ら、先生は日本小児保健学会。日本栄養食糧学会、日本咀嚼学会、日本栄養改善普及会などで御活躍される。それらを研究グループとの編共著として1983(昭和58)年『新保育所給食の実際——保育者、栄養士、調理師の連携とは』(上)1985(昭和60)年同じく『子どもの発達に見合った食事をつくる(下)』(中央法規)1988(昭和63)年『ステップバイステップ、子どものおやつ』(農文協)を出版される。それらは、いまでもバイブル的存在として受け継がれている。

旧ソビエト・ハンガリーへ研修の旅

1974(昭和49)年10月、旧ソビエト乳幼児保育視察を企画、北先生を団長に16名(教授・講師・高校教諭・保母・栄養士)で10日間の研修の旅をする。参加メンバーでまとめた『ソビエト乳幼児視察の旅』によれば、目的は「日本の最低保育政策への疑問と、子どもは母親に育てられる権利がある」とされながら、働く母親が増える中でどのよう

に乳児保育をすすめているのか模索するための旅」と記している。

先生は、栄養学者の視点から、育児用ミルクの種類の豊富さに驚き、イギリスでの乳児自身による食品選択自律がまさにソビエトでも見られたこと、乳児の味の好みに合わせてミルクが選ばれること等から、離乳が非常に緩やかなカーブで進行していることを学ばれた。その点で、日本の保育者や母親の焦りも少なくなるのではないかと、月齢ではなく個人差に合わせて進めることの重要性を強調されている。

また、就学前児童教育専門家との懇談から、何よりも羨ましいと思ったことは、将来を担う子どもたちのために施設、設備、食べ物にいたるまで、全て子どもが優先されることが国の姿勢であるという点である。教育アカデミー、科学アカデミー等の研究成果が有機的に一つになって、末端の保育所、幼稚園、家庭にまで浸透し、その実践結果が研究所に戻され、より研究が深められていることをそれら実際に見て、日本の保育現場と大学、研究所のあり方を考えさせられた。一方では余りにも整い過ぎて教材も授業も同じでは、保育者の創造性の面で疑問を感じたとある。しかし、子どもの全面発達に裏付けされた理論と方法の方向性は一致したのではないかと考えられたようである。

1986(昭和61)年、先生はソビエトから12年後ハンガリーにも研修旅行をしている。保育所の栄養士が多数参加したのは初めてである。ハンガリーの乳児保育を見ることにより、発達に見合った子どもの食事は、乳幼児食研究会の中でもさらに大きなテーマとして具体化された内容で進めるようになる。

白梅保育園開設の願い

1981(昭和56)年4月、白梅保育園が開設される。北先生が保育園開設を切望されたきっかけは徳永恕先生の一語であったと『白梅保育園五周年記念誌』に記されている。

「出来あがったばかり瀟洒な保育園の玄関に立った時、徳永恕先生の面影が浮んだ。1958(昭和33)年、杉並区馬橋の校舎で実習先施設長をお招きして打ち合わせ会を開いた時のこと、徳永先生が「一つお願いがあります。今の保育所は3歳以上児を中心に保育をしております。しかし、働いて生活していかねばならない母親にとって、乳児保育所が一番切実な願いなのです。母親のために私は保育所に乳児部と乳児院をつくりましたが、乳児を扱える保育者がいないことが最大の悩みです。公立の養成所ではこの願いはかなえられそうにありません。白梅学園なら私の願いを考えていただけるのではないかと思ってお伺いしました。私

にできることは何でもいたします」ととつとつと熱をこめて話された。

その当時総合実習の中に育児学実習があり、実習担当者として育児に関する講義科目がないのに実習だけお願いしていた内容的矛盾を感じていた折だったので、先生のお話は感銘と共感と共に3歳未満児保育へと触発された」と北先生は記されている。

徳永先生の協力を得て3歳未満児、特に乳児からの集団保育の検討と研究を進める中で、1963(昭和38)年田中未来教授より新しいカリキュラムとして、白梅独自の特講科目「乳児保育」および「乳児保育実習」が打ち出される。この科目は当時、保育科長であった河崎なつ教授が「育児学」では家庭での育児という社会通念がある。集団の場での「乳児の保育」という意味で、日本で初めて使用された科目名である。

婦人の就労が激増する中で社会的に乳児の保育を希望する母親が多くなり、保母養成校でも授業科目として「乳児保育」Ⅰ・Ⅱをおくよう厚生省から告示されたのは、白梅で開講7年後の1970(昭和45)年であった。

まさに白梅短期大学が「乳児保育」の先駆けとして名高く保育のパイオニアといわれる所以が田中先生、北先生のお力によるものと改めて敬服する。北先生は白梅保育園開設

に尽力され、最後まで理事としてご指導下さった。

園目標「一人ひとりを大切に愛情の芽生えを培う」と掲げ、その保育方法として決まった大人が世話をする育児担当制をとり、24時間の流れる日課の中で個々のリズムをつくること、そのためには保育士、看護師、栄養士、調理師の各専門性を生かし連携すること等、先生から多くのことを学んできた。中でも先生は「給食」ということばの意味を、一律にあてがうことは平等のようで不平等である、作る人の都合に合わせるのではなく、一人ひとりが保障される乳幼児食の確立と子どもに合わせることの重要性を説かれた。それは子どもに関わる大人が生きる生き方でもあった。それらを、保育園開設後の12年目に「0才児クラス」と職員でまとめている。(中央法規出版社)

病に伏される直前まで、一人の子どもの摂食機能と運動機能の関連、その要因について観察をするために保育園に足繁く通われていた。一人一人を追うことで見えるものを総合的にまとめる研究の途中であったことが悔やまれてならない。

退職記念講演

1995(平成7)年3月、北先生の退職記念講演は『乳

幼児食とおいしさの科学』と題して話された。先生の永年の研究の集大成であり、また、最後の学会発表となったテーマである。その一端を要約して紹介したいと思う。

この40年間の変化から現在乳幼児には嘔めない子が増加して、嘔むことだけが強調されてきているが、食べることはおいしくなければとの思いから「おいしさの科学」について話したい。アールド・ゲゼルの食は成長像の中核という言葉にひかれ、保育科の学生に教える時にいつも頭の中にあつた。摂食行動の発達と食事内容から成長像をとらえること、胎児期から、出生直後の赤ちゃんの感覚が最も覚醒している1時間内の授乳が母子相互関係となり、人間関係の基になること、感覚機能発達と運動機能発達との関連、栄養学的には満足感、食欲といった生理的・心理的要因と環境的要因としての食文化と食習慣形成、また、感覚系と運動系が合わさった咀嚼しくシステムを考える必要があること、保育指針には「楽しく食べる」とあるが、楽しく食べるための内容には言及されていないことなどを指摘される。

離乳期は乳汁から固形食への移行の時期である。また食べ物に初めて接し食べる楽しさの感覚を獲得していく時期として、食べ物には重要な役割を担う。離乳食の調理で重要な点は、乳児の摂食機能の発達に応じた食べ物と調理操作

の的確な選択である。

離乳食の食物形態で大切な項目はかたさ、大きさ、喉ごしと言われているが、試料のかたさ(舌・口蓋・歯による圧縮での変形しやすさ)は、調理の現場では客観的数値を得る手段を持たなかった。そのため経験的調理操作(乳児がより好んで食べる工夫を加えた実際に保育園で提供しているものを試料として用いる)に基づいてテクスチャーの観点から分析検討した研究結果(*1)について話される。一例として離乳初期の人参のテクスチャープロフィールを示される。人参を大きいまま予め前加熱(ゆでる・蒸す)する。その後本調理を行う。前加熱無しは、生をすり卸したり、みじん切りにした後に加熱する方法である。両者を比較すると、加熱時間を同レベルにしても、前加熱無しは、有りより著しく硬く、口当たりがざらつくものであった。

実際に5か月頃の赤ちゃんに食べてもらうと、おろし煮は舌触りが粗く硬いためペットと出してしまい、前加熱してペースト状にしたものは、なめらかさと甘味がありスツツと食べてくれた。学会発表の場で小児科の先生から「やはり下痢便が多かったのは、調理形態にあると気づいた」との意見も出された。

おいしく食べることは消化吸収代謝が十分行われて、栄養的にも効率が良いこと、硬いものを嚙ませることは逆に

食事嫌いにさせてしまわないか、食べられる調理形態にして前歯で噛み切るなどの物性の違い、前加熱処理の効果と食品別調理展開による研究を更に進めたいと結ばれた。

まさに子どもの表情、食べ物のとらえ方等を見て研究を進められていたことは画期的といえる。離乳食の完了も通常1歳頃といわれていた時期から、乳幼児食研究会(30年前前)の中では、個人差の大きい在園児の姿を見て移行期を設け、1歳半頃を大きな目安として提唱。後に2007(平成19)年3月に厚生労働省から発表された『授乳・離乳の支援ガイド』では、遅くとも18か月頃には完了すると幅のある見直し内容に変わっている。離乳食のみならず子どもの食習慣形成(食育)に関する考え方として、常に先見性があったことが伺える。1996(平成8)年9月第1回白梅保育セミナーで「子ども達に育みたい力とは」と題し話される。子どもは遺伝子と環境を選べない。ヒトから人間になるために学習と文化の伝承、創造が必要なこと。専門性とは指導型の保育から学習援助型の保育へと言及されている。

食品汚染が取りざたされ始めた20数年前、先生はこの食環境破壊の中で、どのように子どもを育てる仕事をすすめるべきなのか、何もせずにはいられないと真剣に悩まれ模索

され続けられた。そしてご自分が納得できる答えと理論が見出されるまで、必要な編著、共著、監修本は多数出版され、全国的な講演活動も積極的に行われたが、ご自身の研究を集大成されたものは未稿のまま生涯を閉じることとなる。

1999(平成11)年7月9日74歳で永眠される。

おわりに

生前のあの凛とした北先生のお姿を思うにつけ、毅然としたお考えの中に樋口愛子先生の考えられた「生活の科学化、社会化、芸術化」の流れを、先生は「保育栄養学」として確立された。先生は「食事は食べさせている人も味わっている、その関係性が子どもの人格形成の基になっている」という、いわゆる「個性の尊重」を最も大切にされた。まさに白梅学園の先駆者の名にふさわしい功績である。そのほんの一部しか紹介出来ない私の非力さをお詫びすると共に、いつも美しくきちんと背筋をのびし「子どもはねー」と、子どもから話される先生のお声が今も私の心に生きている。

最後に「乳幼児食研究会を設立」については、(元)運営委員の田村知子氏、田原喜久江氏から当時の話を聞いてまとめたものであることを記して感謝申し上げます。

【参考文献】

- ・『ソビエト乳幼児保育視察の旅』 ソビエト保育研究会 1975
- ・『新・保育所給食の実際(上)・(下)』 中央法規出版kk 1984 北郁子編著
- ・『白梅保育園五周年記念誌』 白梅保育園 1986
- ・『0歳児クラスの保育実践』 中央法規出版kk 1993 北郁子・西ノ内多恵・米山千恵編著
- ・『退職記念講演会記録』 白梅学園短期大学北郁子教授 1995
- ・『六月の薔薇 ～北郁子追悼集～』 北和子 2007