

昭和28年度国民栄養調査成績の概要

I 国民栄養調査の実施方法

(1) 目的

本調査は国民栄養の実態を把握し、国民栄養改善対策の樹立及び食生活改善指導の基本資料として、公衆衛生上国民体位及び健康の向上に資するほか、食糧生産対策及び輸入方策等に貢献している。

(2) 実施方法

調査は昭和21年及び22年は有意抽出により、都市農村の比較を目的としてきたが、昭和23年以降は任意抽出法を用い、国民全体を対象として都市、農村の比較ができるような方法で実施してきている。

1. 調査客体のとり方

昭和21年及び22年は都市（消費者）農村（生産者）の比較を目的として調査客体を選定した。昭和23年から26年までは日本全国を大都市中小都市（人口三万以上）及びその他の町村の3階層に分ち、夫々調査地区を任意抽出したが、昭和27年度以降は都市、郡部に大別し市部は6大都市、中都市、小都市、郡部は農村、漁村、その他に分ち、調査地区の抽出の方式は層化多段法により、調査世帯は任意抽出法により決定した。なお従来実施していた特殊地区（鉱山、鉄道）の調査は昭和27年度から廃止した。

2. 調査項目

各世帯につき次の項目を調査した。

(1) 栄養摂取量調査

- (イ) 摂取食品量
- (ロ) 食品群別栄養摂取量
- (ハ) 入手別栄養摂取量

(2) 身体栄養状態調査

- (イ) 身長、体重、胸囲、座高の測定
- (ロ) 栄養不足に係る症候（貧血、毛孔性角化症、口角炎、腱反射消失、浮腫、慢性胃腸障害、徐脈、月経遅延及び無月経、母乳分泌不良）

3. 調査時期

調査は年4回とし、5月、8月、11月及び翌年2月に実施した。

4. 調査方法

調査月中、連続三日間の栄養摂取量を調査し、その前後において身体栄養状態を調査した。

前者は調査員が戸別訪問して調査し、後者においては被調査者を一定の場所に集めて医師がこれに当つた。

(3) 集計及び整表方法

国民栄養調査の成績は、第1部、第2部及び第3部に分け本書に集計収録した。

第1部は、昭和28年度において実施した調査成績をまとめた。

第2部は、昭和23年以降昭和28年までの比較を試みた。

第3部は、国民栄養に係る資料を附録として収録した。

II 調査成績（第1部及び第2部）

以下述べる国民栄養調査の成績は主として全国成績及び都市、農村の比較に重点をおき、前年度と比較して述べることにした。以下述べる中で年間平均とは年4回の算術平均で算出したものである。但し、身長、体重、胸囲及び座高は毎年5月調査を収録した。

(1.) 栄養摂取状態

1. 栄養摂取量（第1、2、3表及び第1図）

栄養摂取量については、戦後逐年総蛋白質量、動物性蛋白質量、脂肪量は増加を示していたが、近年停滞し、特に熱量は減少し、無機質は殆んど変化なくビタミンについてはAを除き減少の傾向にある。

熱量 昭和28年度は、全国平均1人1日当たり2,068カロリーを示し、27年度の2,109カロリーに比し若干の減少を示しており、これは全都市、郡部ともにみられる。

但し、郡部の摂取量は都市のそれに比し約110カロリー多いが、何れも基準2,180カロリーに到達していない。

蛋白質 昭和28年度は、全国平均蛋白質合計

69g (動物性蛋白質22g)で、それぞれ昭和27年度の70g (23g)に比し若干の減少を示している。この傾向は全都市、郡部ともにみられるが、全都市の摂取量は熱量の場合と逆に郡部よりも多い。何れの数値も基準73g (動物性蛋白質30%以上)に達していない。

脂肪 昭和28年度は、前年度と同じく全国平均20gを示し、全都市22g (前年度23g)郡部19g (前年度18g)を示しているが、何れも目標30gに達してはいない。

無機質 カルシウムは昭和28年度は、全国平均0.37g、全都市0.35g、郡部0.38gを示し、前年度と同様で、何れも基準1.0gに程近い。磷は過剰、鉄は基準量に達している。

ビタミン ビタミンAは、昭和28年度全国平均2,721、全都市2,902、郡部2,601国際単位で、昭和27年度と略々同様で、何れも基準量3,700国際単位を下廻っている。

ビタミンB₁については、昭和28年度全国平均1.07mg、全都市1.11mg、郡部1.05mgを示しており、これの調理上の損失を50%とみると実際の摂取量は基準量1.2mgを遙かに下廻ることとなる。

ビタミンB₂についても同様な傾向にあり、昭和28年度全国平均0.65mg、全都市0.65mg、郡部0.64mgで、これを調理上の損失30%とみると基準量1.2mgを下廻る。

ビタミンCについては、同じく全国平均72mg、全都市72mg、郡部71mgで調理上の損失を70%とみると基準量60mgに遠く達していないこととなる。なお、昭和28年度において各期別にみると蛋白質は2月が多く、11月、5月、8月の順になつている。

熱量は11月が高く、2月、5月、8月の順序である。

脂肪、無機質は大体において変化はない。

ビタミンAは2月が最高、8月が最低となつている。

ビタミンB₁、B₂はあまり変化なく、ビタミンCは11月、2月、5月、8月の順に低くなつている。

2. 食品群別摂取量 (第4、5、6、26表及び第2、3図)
食品群別摂取量については、戦後逐年動物性食品、豆類及び油脂類等の摂取増加、穀類の減少の傾向が存し、食質の向上がみとめられる。昭和

和28年は野菜及び果実は、依然として減少の傾向にあり、動物性食品、豆類等の停滞がみられる。

穀類 昭和28年度は小麦を除き何れも減少し昭和27年度、28年度それぞれ全国平均米352.5g 349.8g、大麦56.2g、51.7g、小麦68.0g、72.4g、雑穀4.5g、4.4g、合計481.2g、478.3gとなつており、全都市、郡部とも同じ傾向にあるが、特に郡部において小麦の増加が目立っている。

いも類 同じく減少し、昭和28年度全国平均74.2g、昭和27年度84.2g、全都市、郡部とも減少している。

砂糖類、油脂類 ともに若干増加を示している。

豆類 全国平均は前年の64.2g、今年69.6gと若干増加している。

動物性食品 全国的には魚介類、獣鳥肉類、卵類、乳及び乳製品の何れも減少し、昭和27年度合計113.5g、昭和28年度110.9gとなつているが、これは主として郡部の減少によるものである。

何れの食品も全都市の方が郡部より多く、魚介類は全都市89.5g、郡部73.5gで、郡部の卵類8.6gが前年に比して約0.7gの増加となつている。

野菜及び果実類 昭和28年度は全都市、郡部を通じて野菜、果実ともに減少している。即ち昭和27年度全国平均222.7g、昭和28年度200.9gで、全都市ではそれぞれ214.7g、192.5g、郡部では227.8g、206.7gである。

海藻類は、昭和28年度全国平均4.4gで主として郡部が増加の傾向にある。

加工野菜は全国平均50.4gで増加している。

昭和28年度の食品群別摂取状態について各期別にみると、穀類摂取量は2月、11月、5月、8月の順序で、いも類は11月が一番多く、5月、8月、2月となつている。砂糖類は2月が多く、油脂類は8月が多い。豆類、動物性食品、ともに2月が多い。野菜及び果実は8月が一番多く、11月、2月、5月の順となつている。これは全都市、郡部とも同様である。

食品群別による熱量及び栄養素比率 (第7、8、9、27表)

全国平均においては、昭和28年度は植物性食品より92.7%、動物性食品より7.3%の熱量が

供給されており、前年度と大差はないが、全都市と郡部と比較すると、植物性食品よりの熱量供給は夫々91.1%、93.8%で、全都市の方が少い。前年度と比較すると都市はむしろ減少し、郡部は増加している。

蛋白質については、動物性蛋白質の割合は全国平均32.1%、全都市35.7%及び郡部29.9%で都市の方が多い。前年度に比べると都市は増加しているが、郡部はむしろ減少している。

油脂類は全国平均、全都市及び郡部は前年度に比較し、若干の増加を示している。

総じて食品の栄養的構成は全国的には前年度と大差はないが、都市と郡部では前者は向上を示しているが、後者はむしろ低下している。

(2.) 身体的栄養状態

1. 身体的症候 (第10~17、28表及び第4図)

身体的症候は昭和28年度は、昭和27年度に比し全都市は増加の傾向を示しているが、郡部は減少の傾向を示している。

発現率の高い腱反射消失は何れも増加し、全都市7.1%、郡部7.7%である。口角炎は都市よりも郡部の方が多いが、都市、郡部ともに増加を示しており、それぞれ2.4%、6.2%である。毛孔性角化症、慢性胃腸障害は増加しているが、その他は減少している。一般に身体症候は男性よりも女性の方が発現率が多い。

昭和27年度の身体症候を各期別にみると、都市は8月が多く2月が少く、郡部は5月が多く2月が少い。又歯牙異常 (第18、19表) については都市、郡部に著差はみとめられない。

2. 体位 (第20~24表、29~36及び第5~8図)

体位については身長、体重、胸囲及び坐高が測定されているが、全般的に身長、体重は基準 (戦前の体位) に回復しつつある。

身長は男子についてみると0~6才はほぼ基準に到達したようで7~12才はもう一と息であり、13~20才及び成人は相当劣っている。

女子は0~6才はほぼ基準に達したようであり、7~12才、13~20才及び成人はほぼ基準に到達しつつあり、その回復状態は男子よりも速かであるといえよう。

体重については、男子は0~6才が数年来基準に達しており、7~12才も基準に達した

ようであるが13~20才及び、成人は未だ基準にほど遠い。

女子は0~6才が男子と同じく数年来基準に達し、7~12才はほぼ基準に達したようで、13~14才は未だしの感がある。15~25才については戦後すでに基準を越えており、大体において著るしい変化はないが、26才以上成人では未だ基準以下である。

都市郡部について比較してみると男子、女子ともに身長は一般に全都市は、郡部にまさり、体重は14才までは同じく全都市がまさり、他の年齢は郡部がまさっている。但し女子の体重については41才以後は全都市がまさっている。

胸囲についてみると全都市、郡部を通じ増加しており、昭和28年度においては0~14才は全都市の方が男女ともにまさり、他の年齢は郡部の方がまさっている。

坐高は全都市郡部を比較すると、全都市は男女ともに全年令を通じ僅かに郡部を上廻っている。

Ⅲ 結 び

戦後国民の栄養状態は逐年回復の方向に向つていくが、次のような欠陥を依然として指摘することができる。

1. 体位は一般的に向上し、全都市の乳幼児等は戦前のそれに回復したようであるが、その他はまだなお戦前に復帰していない。

此の回復状態は全都市が郡部より速かであり、少年期等の体位は一般に全都市が郡部より良好である。

2. 身体症候の発現状態は一般的に逐年減少してきたが、近年停滞の傾向があり、郡部が依然として全都市よりも多い。

3. 栄養摂取量は一般的には質的に改善されつつあつたが、熱量は減少の傾向を示しており、特に郡部の動物性蛋白質の減少が目立っている。依然として栄養摂取量は基準に到達せず、特にビタミンB₂、カルシウムの不足は著るしい。

全都市は熱量が郡部より少いが、蛋白質、動物性蛋白質、脂肪等はむしろ郡部よりまさっている。

無機質ビタミンについては全都市、郡部と

もに大体同じ摂取量を示している。

4. 食品摂取量は全般的に全都市郡部を通じ、穀物摂取の減少、油脂類の摂取増加がみられたが、これに反して緑黄色野菜が減少しており、特に郡部の動物性蛋白質の減少が著明である。

従来のように動物性食品、油脂類、豆類、砂糖類等は全都市が郡部よりも多く、穀類、いも類、野菜及び果実類は都市よりも郡部が多い。

第 1 部 昭和 28 年度 成績

昭和 28 年度 国民 栄養 調査
摂 取 栄 養 量 (1 人 1 日 当 り)

栄養 計		全 国					全 都 市					郡 部				
		5 月	8 月	11 月	2 月	平 均	5 月	8 月	11 月	2 月	平 均	5 月	8 月	11 月	2 月	平 均
成人換算率	蛋 白 質	0.898	0.884	0.900	0.880	0.891	0.883	0.877	0.886	0.887	0.883	0.910	0.889	0.909	0.875	0.896
	熱 量	0.860	0.841	0.859	0.833	0.848	0.844	0.831	0.841	0.840	0.839	0.871	0.847	0.872	0.828	0.855
蛋 白 質 (g)	計	69	65	70	71	69	70	65	71	71	69	68	65	69	70	68
	動 物 性	22	21	23	23	22	25	23	26	25	25	20	19	21	21	20
	植 物 性	47	44	47	48	47	45	42	45	46	44	48	46	48	49	48
脂 肪 (g)	20	20	20	21	20	22	22	22	23	22	18	18	19	19	19	
含 水 炭 素 (g)	397	393	413	410	403	381	365	386	391	381	408	411	430	423	419	
熱 量 (cal)	計	2,041	2,008	2,113	2,111	2,068	2,003	1,913	2,031	2,061	2,002	2,066	2,071	2,168	2,143	2,112
	購 入 物	1,348	1,335	1,343	1,368	1,348	1,853	1,735	1,847	1,884	1,834	1,005	1,056	1,009	1,029	1,025
	自 家 生 産 そ の 他	693	673	770	743	720	150	160	184	177	168	1,061	1,015	1,159	1,114	1,087
無 機 質	カ ル シ ウ ム (mg)	373	354	378	374	370	359	332	359	370	355	382	368	391	377	380
	燐 (mg)	1,872	1,738	1,837	1,909	1,839	1,881	1,748	1,805	1,861	1,824	1,866	1,731	1,858	1,941	1,849
	鉄 (mg)	51	68	60	65	61	48	68	56	59	58	52	67	62	68	62
ビ タ ミ ン	A (I. U.)	2,965	1,181	2,866	3,872	2,721	2,958	1,259	3,346	4,406	2,902	2,970	1,129	2,549	3,757	2,601
	B ₁ (mg)	1.11	1.02	1.11	1.04	1.07	1.17	1.06	1.10	1.10	1.11	1.07	1.00	1.11	1.00	1.05
	B ₂ (mg)	0.72	0.56	0.65	0.65	0.65	0.71	0.56	0.66	0.66	0.65	0.72	0.56	0.65	0.64	0.64
	C (mg)	75	41	90	81	72	78	43	85	83	72	73	40	93	79	71

第 2 表

 昭和 28 年度 国民 栄養 調査
 摂 取 栄 養 量 (1人1日当り)

栄 養 量	ス ト レ ー タ ー 別	六 大 都 市					中 都 市					小 都 市				
		5 月	8 月	11 月	2 月	平 均	5 月	8 月	11 月	2 月	平 均	5 月	8 月	11 月	2 月	平 均
成人換算率	蛋 白 質	0.891	0.889	0.884	0.890	0.889	0.879	0.886	0.891	0.892	0.887	0.877	0.855	0.884	0.880	0.874
	熱 量	0.845	0.841	0.836	0.842	0.841	0.847	0.839	0.846	0.843	0.882	0.839	0.811	0.842	0.834	0.831
蛋 白 質 (g)	計	70	64	68	69	68	72	66	73	75	72	68	65	72	71	69
	動 物 性	26	23	25	24	24	26	23	28	26	26	24	23	27	25	25
	植 物 性	44	41	43	45	44	46	43	45	49	46	44	42	45	46	44
脂 肪 (g)	24	23	24	26	24	22	23	23	24	23	20	19	20	21	20	
含 水 炭 素 (g)	373	347	363	369	363	395	379	400	409	396	377	373	401	400	388	
熱 量 (cal)	計	1,985	1,850	1,941	1,981	1,939	2,069	1,976	2,101	2,147	2,073	1,959	1,925	2,070	2,072	2,064
	購 入 物	1,976	1,847	1,932	1,972	1,932	1,871	1,765	1,867	1,910	1,853	1,691	1,634	1,728	1,759	1,703
	自 家 生 産 そ の 他	9	3	9	9	7	198	211	234	237	220	268	291	342	313	304
無 機 質	カ ル シ ウ ム (mg)	335	315	327	323	325	383	343	395	409	383	365	340	363	389	364
	磷 (mg)	1,806	1,682	1,690	1,743	1,730	1,946	1,735	1,897	1,969	1,887	1,908	1,837	1,853	1,893	1,873
	鉄 (mg)	45	77	53	55	58	51	62	60	65	60	49	64	58	58	57
ビ タ ミ ン	A (I.U.)	3,185	1,223	3,379	4,269	3,014	2,968	1,375	3,313	4,044	2,925	2,684	1,190	3,339	3,792	2,751
	B ₁ (mg)	1.20	1.07	1.05	1.10	1.11	1.17	1.04	1.12	1.10	1.11	1.12	1.08	1.15	1.09	1.11
	B ₂ (mg)	0.70	0.54	0.63	0.66	0.63	0.75	0.59	0.70	0.68	0.68	0.70	0.54	0.67	0.65	0.64
	C (mg)	76	44	76	85	70	84	44	94	87	0.77	73	41	89	77	70

第3表

昭和28年度国民栄養調査
摂取栄養量(1人1日当り)

栄養素	ストレーター別	農 村					そ の 他				
		5 月	8 月	11 月	2 月	平 均	5 月	8 月	11 月	2 月	平 均
成人換算率	蛋白質	0.922	0.900	0.927	0.878	0.907	0.881	0.866	0.868	0.867	0.871
	熱量	0.886	0.859	0.893	0.833	0.868	0.837	0.821	0.823	0.816	0.812
蛋白質(g)	計	66	64	69	70	68	70	68	70	71	70
	動物性	18	17	20	19	19	24	23	23	24	24
	植物性	48	47	49	51	49	46	45	47	47	46
脂 肪 (g)	17	18	19	19	18	20	20	20	20	20	
含 水 炭 素 (g)	415	419	434	430	424	391	393	421	407	403	
熱 量 (cal)	計	2,084	2,094	2,179	2,168	2,131	2,025	2,020	2,143	2,087	2,069
	購入物	745	799	729	762	758	1,588	1,637	1,656	1,646	1,632
	自家生産その他	1,339	1,295	1,450	1,406	1,373	436	383	487	441	437
無 機 質	カルシウム (mg)	382	368	385	373	377	382	370	403	386	385
	磷 (mg)	1,867	1,697	1,844	1,902	1,828	1,862	1,808	1,892	2,029	1,898
	鉄 (mg)	51	67	62	70	63	55	63	64	63	61
ビ タ ミ ン	A (I.U.)	3,173	1,139	2,457	3,838	2,652	2,515	1,107	2,760	3,571	2,488
	B ₁ (mg)	1.08	1.01	1.09	1.01	1.05	1.04	0.96	1.16	0.98	1.04
	B ₂ (mg)	0.71	0.55	0.65	0.65	0.64	0.75	0.57	0.64	0.63	0.65
	C (mg)	74	40	94	80	72	72	42	92	77	71

昭和28年度国民栄養調査

第4表

食品群別摂取量(1人1日当り)

単位=g

食品群	全 国					全 都 市					郡 部					
	5月	8月	11月	2月	平均	5月	8月	11月	2月	平均	5月	8月	11月	2月	平均	
穀類	米	356.6	328.5	333.4	380.6	349.8	337.9	311.1	305.1	337.8	323.0	369.2	340.2	352.1	408.7	367.6
	小麦	52.3	50.7	56.4	47.5	51.7	45.0	41.4	51.3	45.9	45.9	57.3	57.0	59.7	48.5	55.6
	大麦	56.3	78.2	83.3	71.9	72.4	73.5	81.9	108.1	99.7	90.8	44.7	75.7	66.8	53.7	60.2
	雑穀	3.4	5.8	3.0	5.5	4.4	2.4	3.7	3.0	4.6	3.4	4.0	7.1	3.0	6.1	5.1
	計	468.6	463.2	476.1	505.5	478.3	458.8	438.1	467.5	488.0	463.1	475.2	480.0	481.6	517.0	488.5
堅果類	果類	0.5	0.4	0.7	0.5	0.5	0.4	0.3	0.4	0.4	0.4	0.5	0.5	0.9	0.5	0.6
	甘藷	27.4	5.0	74.5	23.5	32.6	12.6	5.5	47.4	18.5	21.0	37.5	4.6	92.4	26.7	40.3
	他	24.5	50.0	19.4	17.6	27.9	26.3	38.0	20.6	19.6	26.1	23.3	58.0	18.7	16.2	29.3
	計	7.8	1.8	31.3	13.7	13.7	6.2	2.7	24.2	13.2	11.6	8.8	1.2	36.1	14.1	15.1
	計	59.7	56.8	125.2	54.8	74.2	45.1	46.2	92.2	51.3	58.7	69.6	63.8	147.2	57.0	84.5
砂糖	糖類	14.3	14.7	14.0	16.0	14.8	16.7	15.8	16.3	18.9	16.9	12.7	14.0	12.5	14.2	13.4
	油脂	3.7	4.9	4.3	4.0	4.2	4.4	5.3	5.1	5.0	5.0	3.2	4.6	3.7	3.3	3.7
	大豆	2.0	1.3	2.2	3.3	2.2	1.2	0.9	1.4	3.1	1.7	2.6	1.6	2.6	3.4	2.6
	豆製品	30.9	27.2	30.6	30.7	29.9	27.0	24.0	26.0	27.0	26.0	33.6	29.3	33.7	33.1	32.4
	計	26.5	28.3	29.8	35.1	29.9	32.1	37.8	34.9	37.9	35.7	22.7	22.0	26.4	33.2	26.1
魚介類	魚	8.8	7.9	6.5	7.2	7.6	7.5	6.2	6.5	8.5	7.2	9.7	8.9	6.5	6.3	7.9
	介	68.2	64.7	73.4	76.3	69.6	67.8	68.9	68.8	76.5	70.6	68.6	61.8	69.2	76.0	69.0
	肉	62.5	60.5	79.5	75.7	69.6	75.1	69.3	88.6	88.1	80.3	53.9	54.7	73.5	67.6	62.4
	物	11.8	9.4	9.5	10.8	10.4	9.8	8.1	9.3	9.7	9.2	13.2	10.2	9.6	11.5	11.1
	計	8.4	10.1	10.4	12.2	10.3	14.9	16.0	16.1	17.9	16.2	3.9	6.2	6.7	8.5	6.3
乳製品	乳	13.3	10.1	7.0	10.6	10.3	15.5	12.4	9.4	13.6	12.7	11.7	8.6	5.4	8.7	8.6
	製品	10.5	10.9	9.3	8.5	9.8	13.9	15.2	13.8	13.3	14.1	8.2	8.0	6.3	5.4	7.0
	計	0.5	0.4	0.5	0.5	0.5	0.8	0.8	0.8	0.8	0.8	0.2	0.2	0.4	0.3	0.3
	計	107.0	101.0	116.2	118.3	110.9	130.0	121.8	138.0	143.4	133.3	91.1	87.9	101.4	102.0	95.7
	計	75.1	45.5	60.2	63.1	61.0	69.0	42.9	56.5	63.5	58.0	79.2	47.2	62.7	62.8	63.0
野菜類	黄色野菜	11.8	22.0	6.6	11.7	13.0	16.3	35.7	9.6	16.4	19.5	8.8	13.0	4.6	8.7	8.8
	その他の野菜	13.9	36.1	34.1	15.1	24.8	16.3	26.3	30.6	16.3	22.4	12.4	42.7	36.5	14.2	26.5
	野菜計	71.2	134.2	111.4	91.6	102.1	76.1	116.3	99.8	78.2	92.6	67.9	146.2	119.1	100.5	108.4
	計	172.0	237.8	214.1	181.5	200.9	177.7	221.2	196.5	174.4	192.5	168.3	249.1	222.9	186.2	206.7
	計	5.3	4.6	3.7	4.1	4.4	4.8	4.5	4.0	4.5	4.4	5.7	4.7	3.6	3.9	4.5
海産物	乾燥野菜	2.5	0.4	0.7	1.6	1.3	1.4	0.4	1.1	1.4	1.1	3.2	0.5	0.4	1.7	1.5
	漬物	41.7	47.9	45.4	61.2	49.1	36.7	49.3	46.6	54.9	46.9	45.0	46.9	44.5	65.4	50.5
	調味料	30.6	28.3	29.3	35.2	30.9	30.7	25.4	28.3	27.6	28.0	30.5	30.3	30.0	40.2	32.8
	食品	10.0	14.7	10.2	10.2	11.3	10.7	17.0	9.1	9.8	11.7	9.5	13.1	10.9	10.4	11.0
	計	107.0	101.4	116.2	118.3	110.9	130.0	121.8	138.0	143.4	133.3	91.1	87.9	101.9	102.0	95.7
植物性食品	食品計	877.1	938.4	991.0	950.9	939.5	855.2	892.4	935.9	912.7	898.9	892.0	969.3	1,027.4	975.8	966.7
	計	984.1	1,039.8	1,107.2	1,069.2	1,050.4	985.2	1,014.2	1,073.9	1,056.1	1,032.2	983.1	1,057.2	1,129.3	1,077.8	1,062.4

昭和28年度国民栄養調査

食品群別摂取量(1人1日当り)

単位=g

第5表

食品群	大都市					中都市					小都市					
	5月	8月	11月	2月	平均	5月	8月	11月	2月	平均	5月	8月	11月	2月	平均	
穀類	米	332.7	292.9	276.2	303.5	301.3	353.8	328.9	327.2	368.6	344.6	328.6	315.0	317.8	348.1	327.4
	小麦穀類	34.3	36.0	42.2	38.1	37.7	45.2	41.8	50.5	44.0	45.4	57.3	47.3	62.5	56.7	56.0
堅いもの	雑穀類	102.6	94.5	155.1	140.0	123.1	61.6	73.1	84.2	79.7	74.7	50.8	75.6	76.0	72.3	68.7
	計	4.0	6.7	5.5	5.5	5.4	1.8	1.9	1.5	3.2	2.1	1.1	2.1	1.7	4.9	2.5
砂糖	油脂類	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.5	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.2	0.4	0.3	0.3
	豆類	6.2	3.2	22.2	13.1	11.2	11.1	7.9	56.1	21.1	24.1	21.5	6.0	68.6	22.2	29.6
豆	大豆類	24.7	30.4	23.8	22.0	25.2	28.4	43.4	18.4	16.6	26.7	26.1	41.6	18.9	19.6	26.6
	計	4.3	2.9	16.2	11.8	8.8	7.6	2.6	27.1	13.1	12.6	7.0	2.6	30.7	14.9	13.8
魚介類	魚肉類	35.2	36.5	62.2	46.9	45.2	47.1	53.9	101.6	50.8	63.4	54.6	50.2	118.2	56.7	70.0
	鳥肉類	15.6	14.5	14.9	16.9	15.5	17.5	18.4	18.2	21.7	19.0	17.3	14.9	16.0	18.3	16.6
卵	大豆製品	5.4	6.1	6.4	6.5	6.1	4.6	5.7	5.5	5.2	5.2	3.1	3.9	3.2	3.0	3.3
	計	1.2	0.7	0.8	2.8	1.4	1.2	0.7	1.0	3.4	1.6	1.3	1.3	2.6	3.3	2.1
乳及び乳製品	大豆製品	23.6	23.8	23.8	24.8	24.0	29.8	25.0	28.0	29.3	28.0	28.3	23.3	26.9	27.4	26.5
	計	35.3	44.3	37.4	37.8	38.7	31.1	36.7	37.7	41.5	36.8	29.4	31.3	29.3	34.6	31.2
動物性食品	大豆製品	6.3	4.4	6.5	8.1	6.3	8.5	7.5	6.5	10.0	8.1	8.0	7.2	6.6	7.6	7.4
	計	66.4	73.2	68.5	73.5	70.4	70.6	69.9	73.2	84.2	74.5	67.0	63.1	65.4	72.9	67.2
植物性食品	生乾肉類	70.5	66.0	79.5	73.9	72.5	80.5	69.4	97.2	113.4	90.1	75.4	73.1	91.0	80.4	80.0
	乳製品	6.8	5.0	5.7	5.7	5.8	11.1	10.0	9.9	10.1	10.3	12.2	9.8	12.8	13.8	12.2
緑黄色野菜	魚肉類	20.7	20.1	21.1	24.1	21.5	13.1	14.3	14.7	15.5	14.4	9.9	12.8	11.6	13.1	11.9
	鳥肉類	17.7	15.0	12.1	16.5	15.3	14.3	11.8	8.1	12.7	11.7	14.2	10.1	7.5	11.0	10.7
その他	乳製品	16.0	19.3	18.9	16.6	17.7	13.2	13.1	12.7	11.9	12.7	12.1	12.6	9.1	10.8	11.2
	計	1.3	1.4	1.1	1.0	1.2	0.6	0.4	0.9	0.8	0.7	0.5	0.3	0.3	0.6	0.4
海乾野菜	大豆製品	133.0	126.8	138.4	137.8	134.0	132.8	119.0	143.5	164.4	139.9	124.3	118.7	132.3	129.7	126.4
	計	68.2	39.4	52.6	68.3	57.1	72.8	42.7	57.8	64.0	59.3	66.2	47.2	59.7	57.5	57.7
調味嗜好品	果菜類	15.1	57.5	8.7	17.6	24.7	20.6	27.5	11.3	17.3	19.2	13.6	18.3	9.1	14.2	13.8
	野菜類	16.0	21.9	26.3	14.8	19.7	18.3	23.8	39.7	20.0	25.5	14.6	33.9	26.8	14.4	22.4
乾燥野菜	果菜類	71.0	92.8	87.5	69.6	80.2	81.3	142.8	116.2	88.2	107.1	77.0	117.8	98.7	78.5	93.0
	計	170.3	211.6	175.1	170.3	181.5	193.0	236.8	225.0	189.5	211.1	171.4	217.2	194.3	164.6	186.9
調味嗜好品	藻類	4.9	3.9	4.1	4.6	4.4	5.3	5.5	4.8	4.8	5.1	4.2	4.3	3.0	4.1	3.9
	野菜類	1.3	0.4	0.7	1.0	0.9	1.5	0.5	0.6	1.6	1.1	1.4	0.3	2.0	1.8	1.4
動物性食品	漬物類	36.9	60.2	47.9	54.3	49.8	36.3	43.3	45.5	55.1	45.1	36.9	42.5	46.2	55.3	45.2
	油類	29.0	20.6	23.0	22.0	23.7	29.5	26.8	30.9	31.5	29.7	33.7	29.5	32.0	30.3	31.4
植物性食品	その他	11.0	19.5	9.2	8.7	12.1	11.6	17.8	11.2	12.3	13.2	9.6	13.3	7.1	8.9	9.7
	計	133.0	126.8	138.4	137.8	134.0	132.8	119.0	143.5	164.4	139.9	124.3	118.7	132.3	129.7	126.4
合計		850.0	877.0	891.4	892.2	877.7	879.9	924.7	980.3	952.6	934.6	837.4	879.4	945.8	898.2	890.5
合計		983.0	1,003.8	1,029.8	1,030.0	1,011.7	1,012.7	1,043.7	1,123.8	1,117.0	1,074.5	961.7	998.1	1,078.1	1,027.9	1,016.9

第 6 表

昭和 28 年 度 国 民 栄 養 調 査

食 品 群 別 摂 取 量 (1 人 1 日 当 り)

単 位 = g

食 品 群	農 村					そ の 他					
	5 月	8 月	11 月	2 月	平 均	5 月	8 月	11 月	2 月	平 均	
穀 類	米	384.6	349.3	366.2	426.1	381.6	334.6	319.5	319.5	368.3	335.5
	小麦	55.7	55.2	59.4	48.2	54.6	60.8	60.9	60.4	49.2	57.8
	雑穀	42.1	77.5	55.3	47.6	55.6	50.4	71.8	93.2	67.7	70.8
	計	2.9	7.2	2.0	6.2	4.6	6.5	7.0	5.1	5.9	6.1
		485.3	489.2	482.9	528.1	496.4	452.3	459.2	478.2	491.1	470.2
堅 い も	果糖類	0.5	0.5	0.9	0.4	0.6	0.6	0.6	1.1	0.7	0.8
	甘藷	40.6	5.3	92.0	26.4	41.1	30.8	3.0	93.4	27.6	38.7
	馬鈴薯	22.6	62.4	18.1	17.8	30.2	25.0	48.0	20.0	12.6	26.4
	その他芋類	9.5	1.1	40.8	15.3	16.7	7.4	1.5	25.1	11.6	11.4
	計	72.7	68.8	150.9	59.5	88.0	63.2	52.5	38.5	51.8	76.5
砂 油	油脂類	12.2	13.0	12.0	13.9	12.8	13.9	16.1	13.7	15.0	14.7
	大豆	3.2	4.6	3.7	3.4	3.7	3.1	4.5	3.8	3.1	3.6
	豆製品	3.0	1.9	3.2	3.6	2.9	1.7	1.1	1.4	2.9	1.6
	大味大豆	35.5	30.5	36.7	35.6	34.6	29.2	26.6	26.8	27.4	27.5
	計	19.4	18.2	24.8	33.9	24.1	29.9	30.6	29.9	31.6	30.5
魚 介 類	生乾肉	9.3	10.3	6.1	5.7	7.9	10.4	5.8	7.3	7.5	7.8
	魚介類	67.2	60.9	70.8	78.8	69.5	71.2	64.1	65.4	69.4	67.6
	鳥	45.9	46.2	67.9	62.0	55.0	71.9	73.9	86.3	80.4	78.1
	卵	13.2	10.4	9.7	12.3	11.4	13.1	9.9	9.4	9.7	10.5
	乳及び乳製品	3.2	4.9	5.8	7.4	5.3	5.5	9.2	8.7	11.1	8.6
緑 黄 色 野 菜 類	乳製品	9.7	7.6	5.1	8.2	7.7	16.3	10.7	6.2	9.9	10.8
	乳	7.9	7.2	4.6	4.0	5.9	9.0	9.6	10.1	8.5	9.3
	計	0.2	0.1	0.4	0.2	0.2	0.3	0.3	0.3	0.6	0.4
	黄緑色の野菜	80.1	76.4	93.5	94.1	85.5	116.1	113.6	121.0	120.2	117.7
	その他の野菜	83.2	47.2	67.0	66.0	65.9	70.2	47.3	52.8	55.6	56.5
海 乾 野 菜 類	乾燥野菜	6.5	10.9	3.7	7.3	7.1	13.9	17.7	6.6	11.7	12.5
	海藻類	11.4	48.5	37.7	14.4	28.0	14.5	29.5	33.8	13.8	22.9
	計	67.4	138.8	118.0	108.3	108.1	69.0	162.8	121.6	82.5	109.0
	乾燥野菜	168.5	245.4	226.4	196.0	209.1	167.6	257.3	214.8	163.6	200.9
	海藻類	5.2	4.5	3.5	3.8	4.3	6.9	5.1	3.7	4.2	5.0
海 乾 野 菜 類	乾燥野菜	3.5	0.6	0.3	1.7	1.5	2.5	0.3	0.9	1.5	1.3
	海藻類	46.6	51.5	46.0	67.4	52.9	41.5	36.5	41.2	60.8	45.0
	調味嗜好品	30.8	31.3	29.7	44.6	34.1	29.8	28.2	30.8	29.8	29.7
	動物性食品	8.7	12.9	9.4	11.8	10.7	11.3	13.8	14.2	7.0	11.6
	植物性食品	80.1	76.4	93.5	94.1	85.5	116.1	113.6	121.0	120.2	117.7
動 植 物 性 食 品 計	動物性食品	904.4	983.2	1,036.5	1,009.4	983.6	863.9	938.2	1,006.3	898.0	926.9
	植物性食品	984.5	1,059.6	1,130.0	1,103.5	1,069.1	980.0	1,051.8	1,127.3	1,018.2	1,044.6

昭和28年度国民栄養調査

第7表

食品群別熱量及び栄養素比率 (1人1日当り)

(昭和28年度平均)

食品群	全 国																							
	数 量		熱 量		蛋 白 質		脂 肪		含 水 炭 素		カルシウム		磷		鉄		ビタミン A		ビタミン B ₁		ビタミン B ₂		ビタミン C	
	g	Cal	%	g	%	g	%	g	%	mg	%	mg	%	mg	%	I. U.	%	mg	%	mg	%	mg	%	
穀類	米	349.8	1,183.6	57.2	22.6	32.7	3.1	15.5	266.4	66.1	98	26.3	666	36.2	5	8.1	—	—	0.43	40.2	0.14	21.5	0	—
	小麦	51.7	176.1	8.5	4.9	7.1	0.7	3.5	37.7	9.4	14	3.8	165	9.0	2	3.2	—	—	0.15	14.0	0.04	6.2	0	—
	雑穀	72.4	189.6	9.2	5.1	7.4	1.0	5.0	39.9	9.9	13	3.5	94	5.1	2	3.2	0	—	0.08	7.5	0.03	4.6	—	—
	計	4.4	12.1	0.6	0.4	0.6	0.1	5.0	2.5	0.6	1	0.3	10	0.5	0	—	0	—	0.01	0.9	0.00	—	0	—
堅果類	果糖	0.5	2.8	0.1	0.1	0.1	0.2	1.0	0.1	0.0	4	1.1	3	0.2	0	—	0	—	0.00	—	—	—	0	—
	砂糖	32.6	40.0	1.9	0.5	0.7	0.1	0.5	9.4	2.3	4	1.1	52	2.8	2	3.2	19	0.7	0.05	4.7	0.01	1.5	9	12.7
	他	27.9	22.5	1.1	0.6	0.9	0.0	0.0	5.0	1.2	4	1.1	32	1.7	1	1.6	0	—	0.03	2.8	0.01	1.5	4	5.6
	計	13.7	11.5	0.6	0.3	0.4	0.0	0.0	2.5	0.6	1	0.3	13	0.7	1	1.6	0	—	0.01	0.9	0.01	1.5	1	1.4
砂糖類	糖類	14.8	55.0	2.7	0.2	0.3	0.1	0.5	13.4	3.3	2	0.5	4	0.2	1	1.6	0	—	0.00	—	—	—	0	—
	油脂	4.2	36.7	1.8	0.0	0.0	4.1	20.5	0.0	—	0	—	0	—	0	—	10	0.4	0.00	—	0.00	—	0	—
	大豆	2.2	8.9	0.4	0.8	1.2	0.4	2.0	0.6	0.2	4	1.1	11	0.6	0	—	0	—	0.01	0.9	0.00	—	0	—
	計	29.9	47.6	2.3	3.6	5.2	0.9	4.5	6.2	1.5	26	7.0	6	0.3	0	—	0	—	0.02	1.9	0.05	7.7	—	—
豆類	大豆	29.9	40.4	2.0	2.6	3.8	2.5	12.5	1.9	0.5	8	2.2	57	3.1	2	3.2	0	—	0.01	0.9	0.02	3.1	0	—
	他豆	7.6	23.2	1.1	1.4	2.0	0.3	1.5	3.7	0.9	9	2.4	27	1.5	3	4.8	2	0.1	0.03	2.8	0.01	1.5	0	—
	計	—	—	5.8	—	12.2	—	20.5	—	3.1	—	12.7	—	5.5	—	8.0	—	0.1	—	6.5	—	12.3	—	—
	計	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
魚介類	生乾	69.6	82.3	4.0	12.6	18.2	3.1	15.5	1.1	0.3	42	11.3	321	17.5	7	11.3	27	1.0	0.06	5.6	0.08	12.3	1	1.4
	肉類	10.4	29.2	1.4	5.7	8.2	0.7	3.5	0.2	0.1	94	25.3	144	7.8	14	22.6	0	—	0.00	—	0.02	3.1	0	—
	魚卵	10.3	15.4	0.7	2.2	3.2	0.7	3.5	0.0	—	1	0.3	26	1.4	1	1.6	14	0.5	0.04	3.7	0.02	3.1	0	—
	計	10.3	15.6	0.8	1.3	1.9	1.1	5.5	0.0	—	1	0.3	30	1.6	1	1.6	77	2.8	0.01	0.9	0.03	4.6	0	—
乳製品	乳製品	9.8	5.8	0.3	0.3	0.4	0.3	1.5	0.5	0.1	10	2.7	9	0.5	0	—	9	0.3	0.00	—	0.02	3.1	0	—
	計	0.5	1.5	0.1	0.1	0.2	0.1	0.5	0.2	0.1	3	0.8	2	0.1	0	—	2	0.1	0.00	—	0.00	—	0	—
	計	—	—	7.3	—	32.1	—	30.0	—	0.6	—	40.7	—	28.9	—	37.6	—	3.7	—	10.2	—	26.2	—	1.4
	計	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
緑黄色野菜類	野菜類	61.0	21.1	1.0	1.4	2.0	0.2	1.0	3.4	0.8	13	3.5	46	2.5	3	4.8	2,363	86.8	0.06	5.6	0.09	13.8	33	46.5
	果菜類	13.0	4.2	0.2	0.1	0.1	0.0	0.0	0.9	0.2	3	0.8	5	0.3	1	1.6	115	4.2	0.01	0.9	0.00	—	4	5.6
	その他	24.8	9.2	0.4	0.1	0.1	0.1	0.5	2.0	0.5	2	0.5	6	0.3	1	1.6	18	0.7	0.01	0.9	0.01	1.5	2	2.8
	計	102.1	18.9	0.9	1.3	1.9	0.1	0.5	—	0.8	10	2.7	58	3.2	3	4.8	56	2.1	0.04	3.7	0.05	7.7	17	23.9
海産物	海藻類	4.4	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	乾燥野菜	1.3	2.3	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.5	0.1	1	0.3	4	0.2	0	—	1	0.0	0.00	—	0.00	—	0	—
	調味料	49.1	12.8	0.6	0.8	1.2	0.1	0.5	2.2	0.6	4	1.1	48	2.6	12	19.4	7	0.3	0.01	0.9	0.01	1.5	0	—
	嗜好品	30.9	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
合計	計	1,050.4	2,068.2	100.0	68.7	100.0	20.1	100.0	403.1	100.0	370	100.0	1,839	100.0	61	100.0	2,721	100.0	1.07	100.0	0.65	100.0	72	100.0

昭和 28 年度 国民 栄養 調査

食品群別熱量及び栄養素比率 (1人1日当り)

(昭和28年度平均)

第 8 表

食 品 群	全 都 市																										
	数 量		熱 量		蛋 白 質		脂 肪		含 水 炭 素		カ ル シ ウ ム		磷		鉄		ビ タ ミ ン A		ビ タ ミ ン B ₁		ビ タ ミ ン B ₂		ビ タ ミ ン C				
	g	Cal	%	g	%	g	%	g	%	g	%	mg	%	mg	%	mg	%	I.U.	%	mg	%	mg	%	mg	%		
穀 類	米	323.0	1,101.9	55.0	21.1	30.3	3.1	13.8	247.6	64.9	93	26.2	656	35.9	4	6.7	—	—	0.46	40.4	0.14	20.3	0	—	—	—	
	小麦	45.9	157.2	7.9	4.3	6.2	0.6	2.7	33.7	8.8	12	3.3	145	7.9	1	1.7	—	—	0.13	11.4	0.04	5.8	0	—	—	—	
	大麦	90.8	213.6	10.7	5.9	8.5	1.2	5.4	44.9	11.8	14	3.9	100	5.5	3	5.0	0	—	0.11	9.6	0.03	4.4	—	—	—	—	
	雑穀	3.4	6.8	0.3	0.3	0.4	0.0	0.0	1.4	0.4	1	0.3	8	0.4	0	—	0	—	0.01	0.9	0.00	—	0	—	—	—	
堅 果	—	—	73.9	—	45.4	—	21.9	—	86.9	—	—	33.7	—	49.7	—	13.4	—	—	—	62.3	—	30.5	—	—	—	—	
い ん 類	果糖	0.4	2.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.9	0.1	0.0	4	1.1	2	0.1	0	—	0	—	0.00	—	0.00	—	0	—	—	—	
	乳糖	21.0	25.5	1.3	0.3	0.4	0.0	0.0	6.0	1.6	3	0.8	33	1.8	1	1.7	29	1.0	0.03	2.6	0.01	1.4	7	9.7	—	—	
	麦芽糖	26.1	20.8	1.0	0.5	0.7	0.1	0.4	4.5	1.2	3	0.8	30	1.6	1	1.7	1	0.0	0.03	2.6	0.01	1.4	4	5.6	—	—	
	その他	11.6	9.1	0.5	0.3	0.4	0.0	0.0	2.0	0.5	1	0.3	11	0.6	1	1.7	0	—	0.01	0.9	0.00	—	1	1.4	—	—	
砂 油	—	—	2.8	—	1.5	—	0.4	—	3.3	—	—	1.9	—	4.0	—	5.1	—	1.0	—	6.1	—	2.8	—	—	—	16.7	
豆 類	大豆	16.9	62.7	3.1	0.2	0.3	0.1	0.4	15.2	4.0	2	0.6	5	0.3	1	1.7	0	—	0.00	—	0.00	—	0	—	—	—	
	豆油	5.0	42.1	2.1	0.0	0.0	4.7	21.0	0.0	—	0	—	0	—	0	—	20	0.7	0.00	—	0.00	—	0	—	—	—	
	大豆製品	1.7	6.8	0.3	0.6	0.9	0.3	1.3	0.5	0.1	4	1.1	8	0.4	0	—	0	—	0.01	0.9	0.00	—	0	—	—	—	
	大豆製品	26.0	42.0	2.1	3.1	4.4	0.9	4.0	5.6	1.5	23	6.4	8	0.4	0	—	0	—	0.02	1.8	0.04	5.8	—	—	—	—	
豆 類	35.7	46.4	2.3	3.0	4.3	2.9	13.0	2.1	0.6	9	2.5	64	3.5	2	3.3	0	—	0.01	0.9	0.02	2.9	0	—	—	—		
豆 類	7.2	22.4	1.1	1.4	2.0	0.3	1.3	3.5	0.9	9	2.5	26	1.4	3	5.0	2	0.1	0.03	2.5	0.01	1.4	0	—	—	—	—	
豆 類	—	—	5.8	—	11.6	—	19.6	—	3.1	—	—	12.5	—	5.7	—	8.3	—	0.1	—	6.1	—	10.1	—	—	—	—	
魚 介 類	魚介類	80.3	97.6	4.9	14.2	20.4	3.8	17.0	1.5	0.4	49	13.6	355	19.5	9	15.0	27	0.9	0.07	6.1	0.09	13.1	1	1.4	—	—	
	生乾	9.2	25.4	1.3	4.9	7.0	0.6	2.7	0.2	0.1	79	22.0	124	6.8	10	16.7	0	—	0.00	—	0.02	2.9	0	—	—	—	
	肉類	16.2	24.7	1.2	3.4	4.9	1.2	5.4	0.1	0.0	2	0.6	40	2.2	2	3.3	25	0.9	0.06	5.2	0.03	4.4	0	—	—	—	
	魚卵	12.7	19.5	1.0	1.7	2.5	1.4	6.3	0.0	0.0	2	0.6	37	2.0	1	1.7	97	3.3	0.01	0.9	0.04	5.8	—	—	—	—	
乳 及 び 乳 製 品	乳製品	14.1	8.3	0.4	0.4	0.6	0.4	1.8	0.7	0.2	15	4.2	13	0.7	0	—	13	0.4	0.01	0.9	0.02	2.9	0	—	—	—	
	乳製	0.8	2.3	0.1	0.2	0.3	0.1	0.4	0.3	0.1	4	1.1	4	0.2	0	—	3	0.1	0.00	—	0.01	1.4	0	—	—	—	
	乳製	—	—	8.9	—	35.7	—	33.6	—	0.8	—	42.1	—	31.4	—	36.7	—	5.6	—	13.1	—	30.5	—	—	—	1.4	
	乳製	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
緑 色 野 菜	緑黄色野菜	58.0	18.9	1.0	1.4	2.0	0.2	0.9	2.9	0.8	12	3.3	45	2.5	4	6.7	2,462	84.8	0.06	5.2	0.10	14.5	36	50.0	—	—	
	黄色野菜	19.5	6.1	0.3	0.2	0.3	0.0	0.0	1.3	0.3	4	1.1	7	0.4	1	1.7	170	5.9	0.02	1.8	0.01	1.4	6	8.3	—	—	
	その他の野菜	22.4	8.7	0.4	0.1	0.1	0.1	0.4	1.9	0.5	1	0.3	6	0.3	1	1.7	12	0.4	0.01	0.9	0.01	1.4	2	2.8	—	—	
	その他の野菜	92.6	17.6	0.9	1.2	1.7	0.1	0.4	3.0	0.8	8	2.2	53	2.9	2	3.3	38	1.3	—	3.5	0.05	7.3	15	20.8	—	—	
海 産 物	—	—	2.6	—	4.1	—	1.7	—	2.4	—	—	6.9	—	6.1	—	13.4	—	92.4	0.04	11.4	—	24.6	—	—	—	81.9	
海 産 物	海藻類	4.4	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	乾燥野菜	1.1	1.6	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.3	0.1	1	0.3	3	0.2	0	—	0	—	0.00	—	0.00	—	0	—	—	—	
	調味料	46.9	12.1	0.6	0.8	1.2	0.1	0.5	2.1	0.6	4	1.1	45	2.5	13	21.6	4	0.1	0.01	0.9	0.01	1.4	0	—	—	—	
	嗜好品	28.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
合 計	1,032.2	2,002.0	100.0	69.3	100.0	22.4	100.0	380.8	100.0	355	100.0	1,824	100.0	58	100.0	2,902	100.0	1.11	100.0	0.65	100.0	72	100.0	—	—	—	—

昭和28年度国民栄養調査

食品群別熱量及び栄養素比率(1人1日当り)

(昭和28年度平均)

第9表

食品群	郡										部																
	数量	熱 量	蛋 白 質	脂 肪	含 水 炭 素	カルシウム	磷	鉄	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	数量	熱 量	蛋 白 質	脂 肪	含 水 炭 素	カルシウム	磷	鉄	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC			
	g	Cal	%	g	%	g	%	g	%	mg	%	mg	%	mg	%	I. U.	%	mg	%	mg	%	mg	%	mg	%		
穀類	米	367.6	237.8	58.6	23.5	34.2	3.1	16.5	278.9	66.7	102	26.6	673	36.4	6	9.3	—	—	0.41	39.0	0.15	22.4	—	—	—	—	
	小麦	55.6	188.8	8.9	5.3	7.7	0.8	4.3	40.3	9.6	15	3.9	179	9.7	2	3.1	—	—	0.16	15.2	0.05	7.5	—	—	—	—	
	雑穀	60.2	173.6	8.2	4.6	6.7	1.0	5.3	36.7	8.8	13	3.4	88	4.8	2	3.1	0	—	0.07	6.7	0.03	4.5	—	—	—	—	
	計	5.1	15.6	0.7	0.5	0.7	0.2	1.1	3.2	0.8	1	0.3	12	0.6	0	—	0	—	0.01	0.9	0.00	—	0	—	—	—	
		—	—	76.4	—	49.3	—	—	27.2	—	85.9	—	34.2	—	15.5	—	—	—	—	—	61.8	—	34.4	—	—	—	—
堅果類	果糖	0.6	3.2	0.2	0.1	0.1	0.3	1.6	0.1	0.0	5	1.3	3	0.2	0	—	0	—	0.00	—	0.00	—	0	—	—	—	
	砂糖	40.3	49.6	2.4	0.6	0.9	0.1	0.5	11.6	2.8	5	1.3	65	3.5	2	3.1	13	0.5	0.07	6.7	0.02	3.0	11	15.5	—	—	
	他	29.1	23.6	1.1	0.6	0.9	0.0	0.0	5.4	1.3	4	1.0	34	1.8	1	1.5	0	—	0.03	2.8	0.01	1.5	4	5.6	—	—	
	計	15.1	13.2	0.6	0.4	0.6	0.0	0.0	2.9	0.7	1	0.3	16	0.9	1	1.5	0	—	0.01	1.0	0.01	1.5	1	1.4	—	—	
		—	—	4.1	—	2.4	—	—	0.5	—	—	—	2.6	—	—	6.1	—	—	0.5	—	10.5	—	6.0	—	—	22.5	—
油類	大豆	13.4	50.0	2.4	0.1	0.1	0.1	0.5	12.2	2.9	2	0.5	3	0.2	1	1.5	0	—	0.00	—	0.00	—	0	—	—	—	
	豆油	3.7	33.2	1.6	0.0	0.0	3.7	19.7	0.0	—	0	—	0	—	0	—	3	0.1	0.00	—	0.00	—	0	—	—	—	
	他	2.6	10.3	0.5	0.9	1.3	0.4	2.1	0.7	0.2	5	1.3	13	0.7	0	—	0	—	0.01	1.0	0.01	1.5	0	—	—	—	
	計	32.4	51.4	2.4	3.9	5.7	1.0	5.3	6.6	1.6	29	7.6	4	0.2	0	—	—	—	0.02	1.9	0.05	7.4	—	—	—	—	
		26.1	36.3	1.7	2.3	3.3	2.3	12.2	1.8	0.4	7	1.8	52	2.8	2	3.1	0	—	0.01	1.0	0.02	3.0	0	—	—	—	
魚介類	魚	7.9	23.7	1.1	1.5	2.2	0.3	1.6	3.8	0.9	9	2.3	28	1.5	3	4.6	2	0.1	0.03	2.8	0.01	1.5	0	—	—	—	
	介類	—	—	5.7	—	12.5	—	—	—	—	—	13.0	—	—	—	7.7	—	—	—	6.7	—	13.4	—	—	—	—	
	生乾	62.4	72.5	3.4	11.5	16.7	2.6	13.9	0.8	0.2	37	9.7	298	16.1	7	10.8	27	1.0	0.05	4.8	0.08	11.9	1	1.4	—	—	
	肉	11.1	31.7	1.5	6.2	9.0	0.7	3.7	0.2	0.1	104	27.2	158	8.5	17	26.2	1	0.0	0.00	—	0.02	3.0	0	—	—	—	
	計	6.3	9.2	0.5	1.4	2.0	0.4	2.1	0.0	—	1	0.3	18	1.0	1	1.5	7	0.3	0.02	1.9	0.01	1.5	0	—	—	—	
乳製品	卵	8.6	13.0	0.6	1.1	1.6	0.9	4.8	0.0	—	1	0.3	25	1.4	1	1.5	65	2.5	0.01	1.0	0.03	4.5	0	—	—	—	
	乳	7.0	4.2	0.2	0.3	0.4	0.3	1.6	0.3	0.1	7	1.8	6	0.3	0	—	7	0.3	0.00	—	0.01	1.5	0	—	—	—	
	計	0.3	0.9	0.0	0.1	0.2	0.1	0.5	0.1	0.0	2	0.5	1	0.1	0	—	1	0.0	0.00	—	0.00	—	0	—	—	—	
		—	—	6.2	—	29.9	—	—	—	—	—	39.8	—	27.4	—	40.0	—	—	—	—	4.1	—	22.4	—	—	—	1.4
		—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
野菜類	緑黄色	63.0	22.6	1.1	1.4	2.1	0.2	1.1	3.7	0.9	14	3.7	46	2.5	3	4.6	298	88.4	0.06	5.7	0.09	13.4	31	43.7	—	—	
	その他の	8.8	2.9	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.6	0.1	2	0.5	3	0.2	1	1.5	79	3.0	0.01	1.0	0.00	—	3	4.2	—	—	
	計	26.5	9.5	0.5	0.1	0.1	0.1	0.5	2.1	0.5	2	0.5	6	0.3	1	1.5	21	0.8	0.01	1.0	0.01	1.5	2	2.8	—	—	
		108.4	19.8	1.0	1.4	2.1	0.1	0.5	3.3	0.8	10	2.6	61	3.3	3	4.6	—	2.6	0.05	4.8	0.05	7.4	18	25.4	—	—	
		—	—	2.7	—	4.4	—	—	—	—	—	7.3	—	6.3	—	12.2	67	94.8	—	12.5	—	22.3	—	—	—	76.1	
海産物	海産物	4.5	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	乾燥	1.5	2.8	0.1	0.1	0.1	0.0	—	0.6	0.1	1	0.3	5	0.3	0	—	1	0.0	0.00	—	0.00	—	0	—	—	—	
	調味料	50.5	13.2	0.6	0.8	1.2	0.1	0.5	2.3	0.5	4	1.0	51	2.7	11	16.9	10	0.4	0.01	0.9	0.01	1.5	0	—	—	—	
	嗜好品	32.8	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	計	11.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
合 計	1,062.4	2,112.2	100.0	68.3	100.0	18.6	100.0	417.9	100.0	380	100.0	1,849	100.0	62	100.0	2,601	100.0	1.05	100.0	0.64	100.0	71	100.0	—	—	—	

第 10 表

昭和 28 年度 国民 栄養 調査
身体 症候 発現 率表 (%)

症 候 別	全 国												平 均		
	5 月			8 月			11 月			2 月					
	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均
貧 血	2.2	3.7	3.0	2.4	3.2	2.8	1.7	2.8	2.3	1.8	2.3	2.0	2.0	3.0	2.5
毛 孔 性 角 化 症	2.3	3.4	2.9	1.4	1.8	1.6	2.1	2.7	2.4	2.5	3.0	2.8	2.1	2.7	2.4
口 角 炎	4.5	3.9	4.2	4.4	3.8	4.1	6.4	5.2	5.7	5.3	4.3	4.7	5.2	4.3	4.7
腱 反 射 消 失	6.6	8.5	7.6	7.1	10.7	9.0	6.0	8.1	7.1	4.9	7.0	6.0	6.2	8.6	7.4
浮 腫	0.7	3.5	2.2	0.7	2.8	1.9	0.4	2.3	1.4	0.4	2.2	1.4	0.6	2.7	1.7
慢 性 胃 腸 障 害	6.1	5.2	5.6	4.2	4.0	4.1	3.7	3.4	3.6	3.0	2.8	2.9	4.3	3.9	4.1
徐 脈	6.0	2.1	3.8	5.1	2.7	3.8	4.0	1.7	2.7	3.1	1.1	2.0	4.6	1.9	3.1
月 經 遲 延 及 〇 無 月 經	—	11.5	11.5	—	9.6	9.6	—	9.8	9.8	—	9.0	9.0	—	10.0	10.0
母 乳 分 泌 不 良	—	22.9	22.9	—	16.4	16.4	—	19.9	19.9	—	19.3	19.3	—	19.6	19.6
健 康 者	78.0	72.8	75.3	80.1	73.3	76.5	79.9	75.4	77.4	82.9	78.4	9.0	80.2	75.0	77.4
有 症 者	22.0	27.2	24.7	19.9	26.7	23.5	20.1	24.6	22.6	17.1	21.6	19.3	19.8	25.0	22.6

第 11 表

昭和 28 年度 国民 栄養 調査
身体 症候 発現 率表 (%)

症 候 別	全 都 市												平 均		
	5 月			8 月			11 月			2 月					
	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均
貧 血	2.2	3.8	3.1	2.7	3.9	3.4	1.4	2.8	2.2	1.4	2.2	1.8	1.9	3.2	2.6
毛 孔 性 角 化 症	1.3	1.9	1.6	0.6	1.1	0.9	1.2	2.1	1.7	1.6	2.2	2.0	1.2	1.8	1.6
口 角 炎	2.6	2.1	2.4	2.2	1.8	2.0	3.2	2.3	2.7	2.6	2.1	2.3	2.7	2.1	2.4
腱 反 射 消 失	5.2	7.9	6.7	7.3	11.4	9.5	5.1	7.7	6.5	4.5	6.7	5.7	5.5	8.4	7.1
浮 腫	0.7	3.7	2.3	0.8	3.1	2.1	0.5	2.9	1.8	0.5	2.4	1.5	0.6	3.0	1.9
慢 性 胃 腸 障 害	5.6	4.9	5.2	3.7	4.0	3.8	3.3	3.5	3.4	2.9	3.3	3.1	3.9	3.9	3.9
徐 脈	3.9	1.7	2.7	3.4	2.1	2.7	3.3	1.8	2.5	2.6	1.2	1.8	3.3	1.7	2.4
月 經 遲 延 及 〇 無 月 經	—	10.5	10.5	—	9.1	9.1	—	8.0	8.0	—	7.8	7.8	—	8.9	8.9
母 乳 分 泌 不 良	—	27.6	27.6	—	16.9	16.9	—	23.2	23.2	—	23.5	23.5	—	22.8	22.8
健 康 者	83.3	76.1	79.4	83.6	74.5	78.7	85.2	78.3	81.5	86.8	80.9	83.6	84.7	77.4	80.8
有 症 者	16.7	23.9	20.6	16.4	25.5	21.3	14.8	21.7	18.5	13.2	19.1	16.4	15.3	22.6	19.2

昭和28年度国民栄養調査

身体症候発現率表(%)

第12表

症 候 別	郡									部					
	5 月			8 月			11 月			2 月			平 均		
	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均
貧 血	2.2	3.6	2.9	2.2	2.7	2.5	1.8	2.7	2.3	2.0	2.3	2.2	2.1	2.8	2.5
毛 孔 性 角 化 症	3.0	4.3	3.7	1.9	2.2	2.1	2.7	3.0	2.9	3.1	3.5	3.3	2.7	3.3	3.0
口 角 炎	5.8	5.1	5.4	5.8	5.1	5.4	8.4	7.0	7.7	7.0	5.7	6.3	6.8	5.7	6.2
腱 反 射 消 失	7.4	8.9	8.2	7.0	10.2	8.7	6.6	8.3	7.5	5.1	7.2	6.2	6.5	8.7	7.7
浮 腫	0.8	3.3	2.1	0.7	2.6	1.7	0.4	1.9	1.2	0.4	2.0	1.3	0.6	2.5	1.6
慢 性 胃 腸 障 害	6.5	5.5	6.0	4.6	4.0	4.3	4.0	3.3	3.6	3.0	2.5	2.7	4.5	3.8	4.2
徐 脈	7.5	2.3	4.6	6.2	3.1	4.5	4.5	1.6	2.8	3.5	1.1	2.1	5.4	2.0	3.5
月 經 遲 延 及 不 調	—	12.4	12.4	—	10.0	10.0	—	11.1	11.1	—	9.8	9.8	—	10.8	10.8
母 乳 分 泌 不 良	—	20.8	20.8	—	16.2	16.2	—	18.6	18.6	—	17.7	17.7	—	18.3	18.3
健 康 者	74.6	70.7	72.5	77.8	72.6	75.0	76.5	73.5	74.9	80.5	76.9	78.5	77.3	73.4	75.2
有 症 者	25.4	29.3	27.5	22.2	27.4	25.0	23.5	26.5	25.1	19.5	23.1	21.5	22.7	26.6	24.8

昭和28年度国民栄養調査

身体症候発現率表(%)

第13表

症 候 別	大 都 市														
	5 月			8 月			11 月			2 月			平 均		
	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均
貧 血	0.8	1.7	1.3	1.3	1.8	1.6	0.8	1.4	1.1	1.0	1.3	1.2	1.0	1.6	1.3
毛 孔 性 角 化 症	0.7	1.3	1.0	0.1	0.4	0.3	0.7	1.2	1.0	0.7	1.3	1.0	0.6	1.1	0.8
口 角 炎	1.5	1.2	1.3	0.9	0.4	0.6	0.9	0.8	0.8	1.3	1.5	1.4	1.2	1.0	1.0
腱 反 射 消 失	4.7	7.2	6.0	4.7	9.0	7.0	3.7	6.3	5.1	2.7	5.0	3.9	4.0	6.9	5.5
浮 腫	0.5	3.5	2.1	0.5	2.7	1.7	0.6	2.8	1.8	0.6	2.7	1.7	0.6	2.9	1.8
慢 性 胃 腸 障 害	4.3	4.0	4.1	3.1	3.7	3.4	2.7	3.4	3.1	2.1	2.7	2.4	3.1	3.5	3.3
徐 脈	3.2	1.6	2.3	3.0	1.7	2.3	2.5	1.8	2.1	1.7	1.2	1.5	2.6	1.6	2.1
月 經 遲 延 及 不 調	—	6.8	6.8	—	7.2	7.2	—	5.8	5.8	—	6.2	6.2	—	6.5	6.5
母 乳 分 泌 不 良	—	32.6	32.6	—	20.5	20.5	—	21.4	21.4	—	14.3	14.3	—	22.0	22.0
健 康 者	87.6	80.5	83.8	88.9	81.8	85.1	9.4	83.5	86.7	91.7	85.0	88.1	89.6	82.7	85.9
有 症 者	12.4	19.5	16.2	11.1	18.2	14.9	9.6	16.5	13.3	8.3	15.0	11.9	10.4	17.3	14.1

昭和28年度国民栄養調査

第14表

身体症候発現率表 (%)

症 候 別	中 都 市														
	5 月			8 月			11 月			2 月			平 均		
	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均
貧 血	4.0	6.4	5.3	4.6	6.2	5.4	2.3	4.5	3.5	1.5	3.0	2.3	3.1	5.0	4.1
毛 孔 性 角 化 症	1.8	2.4	2.1	1.1	2.0	1.6	1.9	2.7	2.3	2.6	3.5	3.1	1.9	2.7	2.3
口 角 炎	3.3	2.5	2.9	3.3	2.8	3.0	5.6	4.1	4.8	4.5	3.3	3.8	4.2	3.2	3.6
踵 反 射 消 失	4.7	7.7	6.3	8.7	13.0	11.0	4.9	7.1	6.1	5.5	8.0	6.9	6.0	9.0	7.6
浮 腫	0.8	4.3	2.7	1.1	3.6	2.5	0.2	3.0	1.7	0.4	2.4	1.5	0.5	3.3	2.1
慢 性 胃 腸 障 害	6.1	4.7	5.3	2.8	3.3	3.1	2.6	2.6	2.6	3.1	3.3	3.2	3.7	3.5	3.6
徐 脈	3.3	1.8	2.5	3.8	2.9	3.3	3.2	2.1	2.6	2.9	1.6	2.2	3.3	2.1	2.7
月 經 遲 延 及 〇 無 月 經	—	13.1	13.1	—	8.1	8.1	—	9.4	9.4	—	9.8	9.8	—	10.1	10.1
母 乳 分 泌 不 良	—	29.5	29.5	—	19.0	19.0	—	20.0	20.0	—	17.2	17.2	—	21.4	21.4
健 康 者	81.3	73.0	76.8	80.3	70.0	74.7	82.4	75.3	78.5	83.5	77.1	80.0	81.9	73.9	77.5
有 症 者	18.7	27.0	23.2	19.7	30.0	25.3	17.6	24.7	21.5	16.5	22.9	20.0	18.1	26.2	22.5

昭和28年度国民栄養調査

第15表

身体症候発現率表 (%)

症 候 別	小 都 市														
	5 月			8 月			11 月			2 月			平 均		
	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均
貧 血	2.2	3.6	3.0	2.5	4.2	3.4	1.3	3.0	2.2	1.9	2.6	2.3	2.0	3.4	2.7
毛 孔 性 角 化 症	1.4	2.1	1.8	0.6	1.0	0.9	1.2	2.6	1.9	1.9	2.2	2.1	1.3	2.0	1.7
口 角 炎	3.4	3.0	3.2	2.7	2.4	2.5	4.0	2.5	3.2	2.5	1.7	2.1	3.2	2.4	2.8
踵 反 射 消 失	6.5	8.9	7.8	9.1	12.6	11.0	7.2	10.2	8.9	6.0	7.8	7.0	7.2	9.9	8.7
浮 腫	0.7	3.3	2.1	0.9	3.1	2.1	0.5	2.8	1.8	0.4	2.0	1.2	0.6	2.8	1.8
慢 性 胃 腸 障 害	6.5	6.1	6.3	5.3	4.9	5.1	4.9	4.5	4.7	3.9	4.2	4.1	5.2	4.9	5.1
徐 脈	5.4	1.8	3.3	3.4	1.9	2.5	4.8	1.4	2.8	3.5	0.9	2.0	4.3	1.5	2.7
月 經 遲 延 及 〇 無 月 經	—	12.6	12.6	—	12.5	12.5	—	9.6	9.6	—	8.1	8.1	—	10.7	10.7
母 乳 分 泌 不 良	—	22.9	22.9	—	12.2	12.2	—	26.4	26.4	—	33.3	33.3	—	23.7	23.7
健 康 者	79.9	73.9	76.6	80.4	70.5	75.0	80.9	74.5	77.4	83.2	79.2	81.0	81.1	74.5	77.5
有 症 者	20.1	26.1	23.4	19.6	29.5	25.0	19.1	25.5	22.6	16.8	20.8	19.0	18.9	25.5	22.5

第16表

昭和28年度国民栄養調査

身体症候発現率表(%)

症 候 別	農									村					
	5 月			8 月			11 月			2 月			平 均		
	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均
貧 血	2.2	3.8	3.0	1.9	2.7	2.3	1.8	2.9	2.4	1.8	2.5	2.2	1.9	3.0	2.5
毛孔性角化症	3.1	4.6	3.9	2.2	2.3	2.3	2.9	3.8	3.4	3.7	4.7	4.2	3.0	3.9	3.5
口 角 炎	6.4	5.9	6.1	7.3	6.2	6.7	9.4	8.4	8.9	8.7	6.8	7.7	8.0	6.8	7.4
腱反射消失	8.3	9.2	8.8	7.3	10.2	8.8	7.2	8.7	8.0	5.6	7.5	6.6	7.1	8.9	8.1
浮 腫	0.6	3.0	1.8	0.8	2.7	1.8	0.3	1.3	0.9	0.5	2.0	1.3	0.6	2.3	1.5
慢性胃腸障害	6.3	5.0	5.6	4.4	3.6	4.0	3.8	2.8	3.2	3.1	2.3	2.7	4.4	3.4	3.9
徐 脈	8.2	2.6	5.2	6.4	3.1	4.6	5.1	1.8	3.3	3.5	1.0	2.1	5.8	2.1	3.8
月経遅延及び無月経	—	11.6	11.6	—	10.4	10.4	—	11.2	11.2	—	10.4	10.4	—	10.9	10.9
母乳分泌不良	—	20.7	20.7	—	16.1	16.1	—	24.2	24.2	—	16.8	16.8	—	19.5	19.5
健 康 者	73.4	70.5	71.9	76.1	71.9	73.9	74.9	71.9	73.3	78.3	74.5	76.3	75.7	72.2	73.9
有 症 者	26.6	29.5	28.1	23.9	28.1	26.1	25.1	28.1	26.7	21.7	25.5	23.7	24.3	27.8	26.1

第17表

昭和28年度国民栄養調査

身体症候発現率表(%)

症 候 別	そ の 他									平 均					
	5 月			8 月			11 月			2 月			平 均		
	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均
貧 血	2.2	3.1	2.7	2.9	2.9	2.9	2.0	2.3	2.2	2.4	2.0	2.2	2.4	2.6	2.5
毛孔性角化症	2.9	3.7	3.3	1.3	2.0	1.6	2.2	1.4	1.7	1.6	0.9	1.2	2.0	2.0	2.0
口 角 炎	4.4	3.4	3.8	2.3	2.7	2.5	6.1	4.1	5.0	3.1	3.3	3.2	4.0	3.4	3.6
腱反射消失	5.4	8.3	7.0	6.1	10.2	8.4	5.2	7.5	6.5	3.8	6.4	5.3	5.1	8.1	6.8
浮 腫	1.3	4.0	2.8	0.5	2.6	1.7	0.6	3.2	2.0	0.3	2.1	1.3	0.7	3.0	2.0
慢性胃腸障害	6.9	6.7	6.7	5.1	4.8	4.9	4.6	4.5	4.5	2.8	3.0	2.9	4.9	4.8	4.8
徐 脈	5.5	1.7	3.3	5.8	3.2	4.3	3.0	1.2	1.9	3.5	1.2	2.1	4.5	1.8	2.9
月経遅延及び無月経	—	13.8	13.8	—	9.3	9.3	—	10.8	10.8	—	8.7	8.7	—	10.7	10.7
母乳分泌不良	—	21.3	21.3	—	16.7	16.7	—	10.8	10.8	—	20.0	20.0	—	17.2	17.2
健 康 者	77.5	71.1	74.0	81.7	74.0	77.4	80.3	76.7	78.3	85.7	81.9	83.6	81.3	75.9	78.3
有 症 者	22.5	28.9	26.0	18.3	26.0	22.6	19.7	23.3	21.7	14.3	18.1	16.4	18.7	24.1	21.7

昭和28年度国民栄養調査

第18表

歯牙異常状態調査(男)

(昭和28年度平均)

年令	全 国				全 都 市				郡 部			
	欠 損 歯		う 歯		欠 損 歯		う 歯		欠 損 歯		う 歯	
	有 症 率	1 人 当 り 数	有 症 率	1 人 当 り 数	有 症 率	1 人 当 り 数	有 症 率	1 人 当 り 数	有 症 率	1 人 当 り 数	有 症 率	1 人 当 り 数
	%	本	%	本	%	本	%	本	%	本	%	本
0												
1												
2	2.6	2	26.0	4	2.5	2	28.4	4	2.7	2	24.7	4
3	4.3	3	47.4	4	2.5	3	46.7	4	5.4	3	47.8	4
4	4.2	2	68.1	5	3.8	1	71.0	5	4.6	3	66.0	5
5	8.2	2	72.0	5	9.7	3	76.2	5	7.2	2	69.2	6
6	11.7	3	72.2	5	12.3	2	73.4	5	11.2	3	71.3	5
7	8.0	2	70.1	4	11.5	2	74.7	4	5.3	2	66.7	4
8	7.8	2	62.5	4	6.6	2	67.0	4	8.5	2	60.0	4
9	6.3	2	52.2	3	10.2	2	48.1	3	4.1	2	54.4	3
10	5.3	2	52.9	3	5.0	2	43.3	3	5.5	2	57.7	3
11	7.2	2	40.1	2	10.1	3	44.2	3	5.5	2	37.6	2
12	7.5	3	42.3	2	8.2	3	40.2	3	7.1	2	43.6	2
13	4.7	2	33.8	2	7.8	2	31.4	2	3.2	2	35.0	2
14	5.5	3	36.0	2	7.2	2	35.5	2	4.7	3	36.2	2
15	5.5	3	34.4	2	8.9	3	36.7	3	3.6	3	32.7	2
16	9.8	3	41.0	2	11.9	3	38.4	2	7.7	2	43.6	2
17	10.0	2	45.3	3	10.8	2	41.5	3	9.5	3	48.3	3
18	11.4	2	46.6	2	11.6	2	44.2	2	11.1	2	57.1	2
19	15.6	2	51.5	3	15.9	2	55.1	3	15.3	2	49.0	3
20	20.8	2	58.0	3	23.7	2	59.0	3	18.2	2	57.1	3
21	23.7	2	57.1	3	26.4	2	58.9	3	21.5	2	55.7	3
22	23.2	2	54.3	3	25.4	2	47.5	3	21.5	2	59.5	3
23	26.6	2	58.6	3	30.1	2	56.6	4	24.0	2	60.0	3
24	19.6	2	58.9	3	25.4	2	54.9	4	14.9	2	62.2	3
25	29.2	2	58.8	4	31.6	3	58.8	4	27.5	2	58.8	4
26~30	38.6	2	67.3	4	38.7	2	66.7	4	38.6	2	67.8	4
31~40	54.7	4	70.2	5	54.4	4	67.2	5	54.9	4	72.4	4
41~50	67.6	7	68.6	5	69.2	7	68.0	5	66.0	7	69.0	4
51~60	81.2	11	64.3	5	79.5	10	64.3	5	82.1	11	64.2	5
61~70	90.5	16	58.7	5	88.8	17	54.9	5	91.3	16	60.6	5
71~	92.7	20	45.7	5	96.2	19	46.7	4	91.3	20	45.2	5

昭和28年度国民栄養調査

第19表

歯牙異常状態調査(女)

(昭和28年度平均)

年令	全 国				全 都 市				郡 部				
	欠 損 歯		う 歯		欠 損 歯		う 歯		欠 損 歯		う 歯		
	有 症 率	1人当り数	有 症 率	1人当り数	有 症 率	1人当り数	有 症 率	1人当り数	有 症 率	1人当り数	有 症 率	1人当り数	
	%	本	%	本	%	本	%	本	%	本	%	本	
0													
1													
2	2.8	2	23.8	3	3.2	2	26.1	3	2.6	2	22.7	3	
3	3.7	3	52.6	4	1.5	3	47.0	4	5.2	3	56.5	4	
4	3.6	2	62.5	5	3.9	2	61.4	5	3.3	2	63.3	5	
5	5.3	4	71.3	5	4.8	3	77.2	5	5.5	4	67.7	5	
6	7.4	3	70.2	5	7.7	2	71.3	5	7.3	3	69.5	5	
7	11.8	2	75.5	5	12.4	2	73.2	5	11.4	2	77.1	4	
8	9.4	2	63.0	4	10.4	2	63.9	4	8.7	2	62.4	4	
9	7.3	2	57.2	3	6.4	1	58.4	3	7.8	2	56.4	3	
10	8.2	2	50.8	2	8.3	2	49.8	2	8.1	1	51.6	2	
11	5.8	2	39.5	2	7.9	2	43.7	2	4.4	2	36.6	2	
12	4.8	2	40.9	2	5.6	2	38.4	3	4.3	3	42.4	2	
13	4.6	3	39.1	2	3.0	3	37.1	2	5.6	2	40.3	2	
14	4.3	4	36.7	3	5.8	7	38.3	3	3.6	2	36.0	3	
15	8.1	2	42.3	3	8.7	2	44.3	3	7.7	1	41.0	2	
16	8.0	2	47.6	2	10.9	2	53.1	3	6.2	2	43.8	2	
17	13.5	2	60.2	3	16.1	2	56.5	3	11.5	2	62.8	3	
18	12.5	2	56.1	3	15.7	2	56.2	3	10.3	2	56.1	3	
19	21.0	2	63.3	3	24.4	2	62.5	4	18.0	2	64.0	3	
20	24.7	2	64.0	4	25.6	2	58.5	4	23.9	2	68.8	3	
21	26.0	2	67.8	3	26.8	2	62.2	3	25.3	2	72.6	4	
22	28.7	2	67.4	4	30.3	2	65.8	4	27.6	2	68.6	4	
23	31.0	2	70.0	4	33.8	2	69.7	4	28.6	2	70.2	4	
24	31.6	2	76.3	4	35.9	2	75.0	4	27.5	2	77.5	4	
25	40.4	2	77.6	4	40.5	2	77.2	4	40.4	3	77.9	4	
26~30	46.0	3	78.4	5	47.0	3	76.6	5	45.2	3	79.9	5	
31~40	64.5	5	81.9	6	64.6	5	77.3	5	64.4	5	85.2	6	
41~50	81.0	9	77.9	6	80.5	9	77.2	7	81.4	9	78.3	6	
51~60	87.6	15	62.2	6	86.9	15	60.6	6	88.1	15	63.2	5	
61~70	90.8	20	50.3	6	91.8	20	49.7	6	90.3	20	50.6	5	
71~	91.5	22	42.5	6	90.1	22	39.5	5	92.2	22	44.0	6	

昭和 28 年度 国民 栄養 調査

第 20 表

身長、体重、胸囲、坐高の平均値及び標準偏差 (全国)

(昭和 28 年 5 月調査)

年 令	男								女							
	身長 (cm)		体重 (kg)		胸 囲 (cm)		坐 高 (cm)		身長 (cm)		体重 (kg)		胸 囲 (cm)		坐 高 (cm)	
	平均 値	標準 偏差	平均 値	標準 偏差	平均 値	標準 偏差	平均 値	標準 偏差	平均 値	標準 偏差	平均 値	標準 偏差	平均 値	標準 偏差	平均 値	標準 偏差
0	64.4	6.7	7.08	1.61	42.1	3.6	40.7	4.8	63.5	5.3	6.71	1.45	41.0	3.5	40.2	4.6
1	76.4	4.9	9.71	1.55	46.8	2.6	47.4	3.2	74.8	4.7	9.18	1.40	45.3	2.8	46.4	3.4
2	84.9	4.7	11.88	1.54	49.3	2.6	51.0	3.0	83.3	5.2	11.22	1.48	48.1	3.0	49.9	3.3
3	91.1	4.6	13.57	1.63	51.6	2.7	53.9	2.8	90.7	4.8	13.21	1.67	50.4	2.9	53.5	2.9
4	97.7	4.9	15.15	1.75	53.5	2.5	56.7	3.0	96.6	5.3	14.73	1.72	52.1	2.5	56.4	2.7
5	103.6	5.0	16.69	1.92	54.8	2.7	59.3	2.9	102.9	5.9	16.22	1.90	53.4	2.7	58.7	3.0
6	108.8	5.1	18.24	1.84	56.3	2.6	61.6	3.1	107.8	4.8	17.70	1.98	55.1	3.1	61.2	3.3
7	114.3	5.6	20.49	2.37	58.9	3.4	64.2	2.7	114.0	6.2	19.88	2.79	56.9	3.2	63.8	3.3
8	118.2	5.6	22.52	2.63	60.2	3.2	66.6	3.9	118.8	5.7	22.14	2.72	58.7	2.9	66.8	3.5
9	123.4	6.3	24.80	3.38	61.9	3.1	68.7	3.7	123.5	6.0	24.34	3.54	60.6	3.7	68.9	3.8
10	128.5	5.7	27.08	3.47	63.6	3.3	71.0	3.1	128.5	6.9	26.57	4.01	62.1	3.8	71.1	3.9
11	133.0	6.8	29.40	4.35	65.6	3.8	72.8	3.7	134.0	6.9	30.02	4.80	64.8	4.3	73.8	4.0
12	137.4	7.2	32.43	4.82	67.8	4.3	74.9	3.7	139.0	7.5	33.71	5.70	67.6	5.0	76.6	4.2
13	143.1	7.6	36.18	6.29	70.4	4.8	77.4	4.4	143.5	7.2	37.95	6.34	70.6	5.3	78.5	4.0
14	149.8	8.2	41.24	6.28	74.1	5.0	80.5	4.9	147.1	5.8	42.03	6.40	74.7	5.1	80.4	3.7
15	155.8	8.0	46.81	6.76	77.8	5.5	83.8	4.5	149.7	5.6	45.97	5.96	77.8	5.1	82.5	3.3
16	158.4	7.3	50.65	6.38	80.6	5.0	85.8	4.4	150.4	5.3	47.68	5.58	79.1	4.7	83.0	3.0
17	160.1	8.0	52.80	7.28	81.9	5.8	86.5	4.9	151.7	4.9	50.10	5.61	81.2	4.8	83.5	3.3
18	161.3	5.8	54.42	5.50	83.3	4.1	87.6	3.8	151.5	5.0	50.13	6.15	81.2	5.0	83.7	3.3
19	162.5	6.1	54.97	5.55	83.7	4.9	88.1	3.8	150.8	5.6	50.02	5.52	81.8	4.3	83.7	2.9
20	162.1	5.8	54.74	5.54	84.3	4.1	88.0	3.8	151.4	5.2	49.40	5.14	81.4	4.7	84.0	3.3
21	161.8	5.8	55.36	5.24	84.0	4.5	87.9	3.7	151.4	5.3	50.22	6.35	81.8	5.1	84.1	2.9
22	161.8	6.2	56.02	6.43	85.6	5.0	88.5	3.4	150.9	5.6	50.25	6.36	82.1	5.6	83.6	3.6
23	162.2	5.6	55.40	5.78	85.5	4.5	88.1	3.9	151.3	5.3	49.27	5.92	81.7	4.9	84.0	3.4
24	162.4	6.0	56.21	6.10	85.6	5.0	88.5	3.8	150.3	5.1	48.98	6.00	81.3	5.1	83.3	3.0
25	161.8	5.7	55.73	5.93	85.8	4.6	88.6	3.9	150.6	5.3	48.51	5.75	81.2	4.2	83.7	3.2
26~30	162.3	5.9	55.81	6.08	85.9	4.7	88.4	3.8	150.2	5.2	48.62	5.75	81.0	5.0	83.6	3.1
31~40	160.6	5.9	55.29	6.10	85.8	4.5	87.9	3.7	149.2	5.3	48.70	6.02	80.7	5.3	83.1	3.3
41~50	159.8	6.1	55.35	6.58	86.3	5.1	87.3	3.6	147.9	5.4	48.91	7.25	81.3	6.2	82.3	3.5
51~60	158.2	5.8	53.97	6.60	86.3	5.4	86.3	3.8	145.9	5.5	47.47	7.52	81.7	6.8	80.7	3.6
61~70	156.3	6.1	51.65	6.37	85.4	5.4	84.9	3.7	143.5	5.8	44.59	6.86	80.6	6.6	78.5	3.9
71~	153.5	6.0	49.42	6.96	84.1	5.0	82.7	4.7	140.6	6.9	41.45	6.19	79.0	5.9	75.5	4.5

第 21 表

昭和 28 年度 国民栄養調査

身長、体重、胸囲、坐高の平均値及び標準偏差(全都市)

(昭和 28 年 5 月調査)

年 令	被調査 人 員	男								女								
		身長 (cm)		体 重 (kg)		胸 囲 (cm)		坐 高 (cm)		身長 (cm)		体 重 (kg)		胸 囲 (cm)		坐 高 (cm)		
		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	
0	145	65.5	6.6	7.34	1.58	43.0	3.6	41.3	5.1	134	64.2	5.3	6.99	1.45	42.1	3.7	40.2	4.5
1	202	76.8	5.0	9.88	1.67	47.3	2.8	47.9	3.0	168	75.5	5.2	9.27	1.44	45.9	2.9	46.8	3.6
2	204	85.5	4.7	12.14	1.51	50.1	2.8	51.5	3.0	188	84.3	4.9	11.49	1.52	48.6	2.9	50.4	3.1
3	242	91.7	4.8	13.67	1.68	51.8	2.7	54.2	2.8	270	91.2	5.4	13.47	1.74	50.9	2.9	53.8	3.2
4	286	98.0	5.1	15.25	1.66	53.7	2.6	56.8	3.2	259	96.9	5.2	14.79	1.73	52.6	2.6	56.2	2.6
5	277	104.0	5.2	16.79	1.95	55.3	2.5	59.4	3.1	289	103.0	6.1	16.36	1.99	53.7	2.9	59.0	3.2
6	244	109.5	5.1	18.54	1.85	56.5	2.5	62.0	3.1	209	107.8	5.0	17.99	1.88	55.2	2.8	61.2	3.3
7	174	114.6	4.8	20.67	2.45	58.5	2.8	64.3	2.6	153	114.3	6.0	19.96	3.01	56.8	3.0	64.0	3.6
8	182	118.7	5.4	22.71	2.55	60.3	3.3	66.4	3.7	183	119.4	5.4	22.36	2.70	58.8	3.0	67.0	4.1
9	187	124.6	6.0	25.08	3.54	62.3	3.2	69.0	3.8	219	124.4	5.6	24.59	3.40	60.8	3.6	69.2	3.8
10	180	129.3	6.6	27.40	3.81	63.8	4.0	70.9	3.7	217	128.4	6.7	26.95	4.21	62.0	4.0	71.3	4.0
11	199	133.6	6.3	29.64	4.29	65.7	3.8	73.0	4.3	252	134.7	7.2	30.40	5.01	64.9	4.6	74.1	3.8
12	184	138.8	7.6	33.56	5.31	68.3	4.5	75.3	3.9	177	140.0	7.9	34.37	6.32	68.1	5.3	77.1	4.4
13	153	143.7	8.0	36.80	6.59	70.5	5.1	77.8	4.3	167	144.1	7.0	38.41	6.42	71.0	5.4	78.6	4.1
14	138	150.8	7.7	42.01	6.07	74.5	4.9	81.0	4.7	120	147.9	7.3	41.80	6.47	74.8	5.2	81.3	4.1
15	158	155.7	7.9	46.68	7.20	77.3	5.6	83.5	4.8	149	150.1	4.9	45.89	5.69	77.3	5.3	82.6	3.2
16	151	157.4	8.3	49.57	6.29	79.3	4.2	85.3	4.7	175	151.2	5.1	47.61	5.75	78.3	4.6	83.1	2.9
17	176	160.6	6.7	52.59	6.08	81.8	4.8	86.6	4.4	168	152.2	5.4	49.54	5.57	80.2	4.6	83.6	3.4
18	172	162.0	6.2	55.07	6.06	83.1	4.2	87.9	4.1	153	151.6	5.5	49.33	5.97	80.5	4.6	83.6	3.5
19	138	162.3	5.7	54.74	5.26	83.3	4.4	87.9	4.3	175	151.9	5.3	49.71	5.60	81.6	4.4	84.0	2.7
20	139	163.4	5.6	54.37	5.08	83.2	3.8	88.7	3.6	160	151.3	5.5	48.79	4.92	80.9	4.4	83.5	3.7
21	129	162.5	6.2	55.06	5.71	83.2	5.1	88.0	3.7	160	151.5	5.5	48.99	5.77	81.1	4.9	83.4	2.7
22	122	163.3	5.9	56.23	6.06	85.1	4.4	88.8	3.5	143	151.9	6.0	48.44	5.92	80.8	5.6	83.4	3.3
23	113	162.4	6.6	54.48	5.68	84.4	4.6	87.9	4.2	135	151.2	5.2	49.03	5.59	81.7	5.0	84.2	3.2
24	122	163.4	5.8	55.48	5.29	84.7	4.7	88.2	3.7	142	150.5	5.3	48.39	6.14	81.0	5.2	82.9	3.2
25	114	162.7	5.8	55.62	6.15	84.9	4.7	88.8	3.7	144	151.5	4.8	48.45	5.48	81.4	4.7	83.5	2.9
26~30	501	162.5	6.1	55.46	5.69	84.9	4.7	88.5	3.5	733	150.7	5.1	48.36	5.84	80.3	5.2	83.7	3.2
31~40	888	161.5	6.1	55.49	6.34	85.2	4.7	88.2	3.6	1,210	149.9	5.2	48.62	6.20	80.0	5.5	83.2	3.3
41~50	751	160.3	5.9	55.27	6.80	85.7	5.2	87.5	3.6	992	148.6	5.4	49.20	7.52	80.7	6.5	82.7	3.4
51~60	586	158.1	6.0	53.74	6.78	85.4	5.4	86.3	4.1	648	146.0	5.3	47.78	7.56	81.4	7.4	80.7	3.7
61~70	286	156.6	6.6	51.56	6.38	84.7	5.4	85.2	3.8	318	143.9	5.7	44.91	6.69	79.8	6.3	78.8	4.1
71~	105	153.6	6.4	49.73	7.73	83.5	5.9	83.2	5.1	162	141.5	7.0	42.39	6.74	78.9	6.9	76.1	4.5

註 坐高は測定不能があるため被調査人員に少数の違いがある。

男	0才~81名	1才~171名	2才~199名
女	0才~89名	1才~152名	2才~184名

第 22 表

昭和 28 年 度 国 民 栄 養 調 査

身長、体重、胸囲、坐高の平均値及び標準偏差 (郡部)

(昭和 28 年 5 月 調査)

年 令	男									女								
	身長 (cm)		体 重 (kg)		胸 囲 (cm)		坐 高 (cm)		被調査 人 員	身長 (cm)		体 重 (kg)		胸 囲 (cm)		坐 高 (cm)		
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	
0	123	63.8	6.7	6.93	1.61	41.6	3.4	40.4	4.5	133	63.1	5.3	6.57	1.43	40.4	3.2	40.2	4.6
1	165	76.2	4.8	9.61	1.46	46.5	2.4	47.1	3.3	141	74.4	4.3	9.13	1.38	44.9	2.7	46.2	3.2
2	185	84.5	4.7	11.73	1.54	48.9	2.3	50.7	2.9	194	82.8	5.3	11.09	1.44	47.8	3.0	49.7	3.4
3	205	90.7	4.5	13.51	1.60	51.5	2.7	53.8	2.8	193	90.3	4.3	13.03	1.60	50.0	2.9	53.3	2.7
4	194	97.4	4.8	15.08	1.81	53.3	2.4	56.7	2.9	180	96.4	5.4	14.68	1.71	51.8	2.4	56.5	2.8
5	208	103.4	4.8	16.63	1.89	54.5	2.8	59.2	2.8	235	102.9	5.7	16.13	1.83	53.2	2.6	58.5	2.9
6	178	108.4	5.0	18.03	1.80	56.2	2.6	61.3	3.0	164	107.8	4.7	17.52	2.02	55.0	3.3	61.2	3.3
7	114	114.1	6.1	20.35	2.30	59.2	3.8	64.1	2.8	105	113.7	6.4	19.82	2.61	57.0	3.1	63.6	3.1
8	165	118.0	5.7	22.41	2.66	60.1	3.2	66.7	4.0	149	118.5	5.8	22.01	2.73	58.6	2.8	66.7	3.1
9	169	122.8	6.4	24.64	3.27	61.7	3.1	68.5	3.6	179	122.9	6.2	24.19	3.61	60.5	3.8	68.7	3.8
10	182	128.1	5.1	26.92	3.28	63.5	2.9	71.0	2.7	161	128.5	7.0	26.31	3.85	62.1	3.7	71.0	3.8
11	165	132.6	7.0	29.25	4.38	65.5	3.8	72.7	3.3	183	133.6	6.7	29.76	4.64	64.7	4.1	73.6	4.1
12	156	136.6	6.8	31.76	4.37	67.5	4.1	74.6	3.5	139	138.4	7.2	33.29	5.23	67.3	4.8	76.3	4.1
13	157	142.8	7.3	35.88	6.11	70.3	4.6	77.2	4.4	144	143.2	7.3	37.67	6.28	70.4	5.3	78.4	3.9
14	149	149.3	8.4	40.89	6.35	74.1	5.0	80.3	5.0	139	146.8	4.9	42.13	6.37	74.6	5.0	80.0	3.4
15	110	155.8	8.0	46.91	6.43	78.1	5.3	84.0	4.3	117	149.4	6.6	46.02	6.13	78.1	5.0	82.4	3.3
16	78	159.3	6.0	51.69	6.30	81.9	5.4	86.3	4.0	130	149.8	5.4	47.73	5.46	79.7	4.7	82.9	3.1
17	116	159.7	8.8	52.96	8.07	82.0	6.4	86.5	5.3	113	151.3	4.4	50.52	5.61	81.9	4.9	83.5	3.3
18	90	160.6	5.2	53.80	4.82	83.4	3.9	87.4	3.4	107	151.4	4.6	50.70	6.21	81.7	5.2	83.8	3.1
19	98	162.7	6.4	55.14	5.73	83.9	5.2	88.3	3.6	99	149.9	5.6	50.29	5.43	82.0	4.3	83.4	3.0
20	77	161.0	5.7	55.08	5.90	85.3	4.2	87.4	3.8	91	151.4	4.9	49.93	5.26	81.8	4.9	84.5	2.8
21	79	161.2	5.4	55.60	4.81	84.7	3.8	87.9	3.7	90	151.4	5.1	51.31	6.64	82.5	5.1	84.7	2.9
22	79	160.7	6.2	55.86	6.70	86.0	5.3	88.2	3.3	103	150.2	5.2	51.50	6.35	83.0	5.4	83.8	3.8
23	75	162.0	4.8	56.09	5.76	86.3	4.2	88.2	3.6	78	151.4	5.4	49.48	6.14	81.7	4.8	83.8	3.6
24	74	161.6	6.0	56.81	6.63	86.4	5.1	88.7	3.9	72	150.1	5.0	49.56	5.80	81.5	5.1	83.7	2.7
25	80	161.2	5.6	55.80	5.77	86.4	4.4	88.4	4.1	91	149.8	5.5	48.56	5.95	81.1	3.8	83.9	3.4
26~30	342	162.1	5.8	56.07	6.33	86.6	4.6	88.4	4.0	435	149.8	5.2	48.84	5.66	81.5	4.7	83.5	3.1
31~40	587	159.9	5.6	55.14	5.90	86.2	4.3	87.7	3.8	816	148.6	5.3	48.76	5.88	81.2	5.1	83.0	3.3
41~50	583	159.4	6.2	55.40	6.44	86.7	4.9	87.2	3.6	717	147.4	5.3	48.71	7.05	81.7	6.0	82.1	3.6
51~60	503	158.2	5.7	54.10	6.48	86.8	5.3	86.3	3.6	494	145.8	5.6	47.27	7.48	81.9	6.4	80.7	3.6
61~70	289	156.1	5.9	51.70	6.36	85.7	5.4	84.8	3.7	340	143.3	5.8	44.44	6.93	81.0	6.7	78.3	3.8
71~	126	153.4	5.8	49.29	6.60	84.3	4.6	82.5	4.5	166	140.1	6.8	40.99	5.84	79.1	5.4	75.2	4.4

註 坐高は測定不能があるため被調査人員に少数の違いがある。

男 0才~70名 1才~139名 2才~183名

女 0才~80名 1才~122名 2才~192名 3才~192名

昭和 28 年度 国民 栄養 調査

第 23 表

身長、体重、胸囲、坐高の各期別平均値 (全国)

年 令	男															
	身 長 (cm)				体 重 (kg)				胸 囲 (cm)				坐 高 (cm)			
	5 月	8 月	1 1 月	2 月	5 月	8 月	1 1 月	2 月	5 月	8 月	1 1 月	2 月	5 月	8 月	1 1 月	2 月
0	64.4	65.9	66.7	66.4	7.08	7.38	7.65	7.54	42.1	43.1	43.5	43.6	40.7	40.6	41.4	41.7
1	76.4	76.8	76.3	76.3	9.71	9.68	9.90	9.95	46.8	46.6	47.2	47.6	47.4	47.2	47.0	47.5
2	84.9	84.2	84.8	84.4	11.88	11.81	12.08	12.03	49.3	49.4	50.2	50.5	51.0	50.9	51.0	51.1
3	91.1	91.6	91.7	91.5	13.57	13.57	13.96	13.76	51.6	51.6	52.2	52.3	53.9	53.8	54.1	54.1
4	97.7	98.1	98.1	97.7	15.15	15.11	15.47	15.24	53.6	53.2	54.0	53.9	56.7	56.7	56.9	56.9
5	103.6	103.7	103.6	104.0	16.69	16.47	16.80	16.99	54.8	54.7	55.2	55.6	59.3	58.9	59.2	59.5
6	108.8	109.1	109.0	108.9	18.24	18.24	18.47	18.36	56.3	56.5	56.6	56.6	61.6	61.7	61.4	61.7
7	114.3	114.5	114.1	114.0	20.49	20.19	20.79	20.77	58.9	58.7	58.8	59.0	64.2	63.7	64.0	64.4
8	118.2	119.4	118.7	119.1	22.52	22.39	22.61	22.90	60.2	60.3	60.5	60.6	66.6	66.2	66.4	66.4
9	123.4	123.5	123.7	124.2	24.80	24.39	24.94	25.34	61.9	62.1	62.1	62.2	68.7	68.4	68.8	68.9
10	128.5	129.0	128.5	128.2	27.08	26.78	26.86	27.39	63.6	63.8	64.0	63.8	71.0	71.0	71.0	70.9
11	133.0	133.2	132.8	133.0	29.40	29.20	29.37	30.14	65.6	65.9	65.4	65.9	72.8	72.7	72.7	72.9
12	137.4	137.8	138.1	137.6	32.43	31.96	32.75	32.92	67.8	67.7	67.9	67.5	74.9	74.8	74.8	75.0
13	143.1	144.1	143.9	143.0	36.18	36.28	36.82	36.76	70.4	70.9	70.8	70.3	77.4	77.4	77.7	77.5
14	149.8	150.3	150.4	149.6	41.24	40.97	41.86	42.48	74.1	74.2	74.2	74.1	80.5	81.0	80.9	80.9
15	155.8	155.7	155.5	155.5	46.81	45.68	46.84	47.37	77.8	77.3	77.1	77.4	83.8	83.8	84.3	84.0
16	158.4	158.9	159.0	159.1	50.65	48.96	50.30	50.68	80.6	79.9	80.0	79.7	85.8	85.3	85.8	86.1
17	160.1	160.9	160.2	160.6	52.80	51.76	52.21	53.32	81.9	82.0	81.5	81.7	86.5	86.7	86.1	86.6
18	161.3	161.8	162.0	162.3	54.42	53.46	53.85	54.94	83.3	83.2	82.8	83.1	87.6	87.3	87.7	88.0
19	162.5	162.3	162.5	162.5	54.97	53.44	54.90	55.36	83.7	83.8	84.0	83.7	88.1	87.7	88.4	88.0
20	162.1	161.9	162.0	161.8	54.74	54.05	55.09	55.44	84.3	84.4	83.6	84.6	88.0	87.8	87.5	88.0
21	161.8	161.6	161.9	162.2	55.36	54.45	54.46	54.82	84.0	84.5	84.1	83.8	87.9	87.2	87.7	88.2
22	161.8	161.3	161.6	161.8	56.02	54.14	55.88	55.65	85.6	84.2	85.1	84.2	88.5	87.7	88.3	88.2
23	162.2	162.0	161.8	162.1	55.40	54.42	55.24	55.67	85.5	85.3	85.0	84.8	88.1	88.2	88.1	88.4
24	162.4	163.6	162.9	162.9	56.21	55.88	56.09	56.29	85.6	85.1	85.2	85.3	88.5	88.8	88.8	88.9
25	161.8	162.7	161.9	162.8	55.73	55.03	54.66	56.12	85.8	85.9	84.9	84.8	88.6	87.9	87.9	88.3
26~30	162.3	162.3	161.9	162.2	55.81	54.81	55.38	56.13	85.9	85.6	85.3	85.4	88.4	88.1	88.5	88.7
31~40	160.6	160.8	160.3	160.5	55.29	54.31	54.77	55.56	85.8	85.6	85.5	85.5	87.9	87.5	87.7	87.8
41~50	159.8	159.6	159.5	159.8	55.35	54.42	54.98	55.89	86.3	86.2	86.1	86.3	87.3	87.0	87.1	87.5
51~60	158.2	158.6	158.2	158.2	53.97	53.15	53.60	54.39	86.3	86.1	85.8	85.9	86.3	86.0	86.0	86.3
61~70	156.3	156.8	156.5	156.6	51.65	50.42	50.87	52.07	85.4	84.8	84.6	85.4	84.9	84.8	84.7	85.3
71~	153.5	154.1	153.6	153.7	49.42	48.02	48.11	48.84	81.1	83.7	83.7	83.7	82.7	82.5	82.7	83.2

昭和 28 年 度 国 民 栄 養 調 査

第 24 表

身長、体重、胸囲、坐高の各期別平均値 (全国)

年 令	女															
	身 長 (cm)				体 重 (kg)				胸 囲 (cm)				坐 高 (cm)			
	5 月	8 月	1 1 月	2 月	5 月	8 月	1 1 月	2 月	5 月	8 月	1 1 月	2 月	5 月	8 月	1 1 月	2 月
0	63.5	64.3	64.3	65.0	6.71	6.89	7.09	7.37	41.0	41.9	42.7	42.3	40.2	39.9	41.2	41.0
1	74.8	75.3	74.6	74.9	9.18	9.16	9.14	9.29	45.3	45.7	46.1	46.1	46.4	45.9	46.2	46.2
2	83.3	83.9	83.5	83.7	11.22	11.28	11.56	11.47	48.1	48.3	49.1	49.0	49.9	50.0	49.9	50.3
3	90.7	91.3	91.4	91.1	13.21	13.18	13.45	13.48	50.4	50.4	50.8	51.2	53.5	53.5	53.8	54.0
4	96.6	96.9	97.2	97.1	14.73	14.57	14.86	14.94	52.1	51.9	52.6	52.8	56.4	56.0	56.4	56.6
5	102.9	103.0	103.0	102.9	16.22	16.01	16.38	16.34	53.4	53.5	53.9	53.9	58.7	58.6	58.9	59.3
6	107.8	108.3	108.4	108.5	17.70	17.57	18.00	17.99	55.1	54.9	55.4	55.4	61.2	61.0	61.5	61.7
7	114.0	113.8	113.2	113.1	19.88	19.55	19.80	20.01	56.9	56.6	56.7	57.0	63.8	63.9	63.5	63.5
8	118.8	118.8	119.3	118.6	22.14	21.98	22.19	22.30	58.7	58.7	59.1	59.1	66.8	66.3	66.8	66.8
9	123.5	124.1	123.6	123.9	24.34	24.17	24.56	24.87	60.6	60.4	60.8	60.9	68.9	68.8	69.1	69.2
10	128.5	129.0	129.4	129.0	26.57	26.60	26.97	27.30	62.1	62.3	62.9	62.7	71.1	71.1	71.1	71.4
11	134.0	134.7	134.5	134.4	30.02	30.17	30.14	30.39	64.8	65.3	64.9	65.1	73.8	73.6	73.9	74.1
12	139.0	139.7	139.7	139.7	33.71	33.33	33.77	34.66	67.6	68.1	67.8	68.1	76.6	76.2	76.6	76.7
13	143.5	144.1	143.8	144.2	37.95	37.30	37.95	38.96	70.6	71.2	71.0	71.5	78.5	78.7	78.9	79.1
14	147.1	146.9	147.5	147.4	42.03	40.82	41.81	41.82	74.7	74.3	74.4	74.0	80.4	80.4	80.8	80.6
15	149.7	149.5	149.9	149.4	45.97	44.80	45.57	45.56	77.8	77.2	77.3	77.1	82.5	81.9	82.1	82.2
16	150.4	150.3	150.0	151.0	47.68	46.76	47.73	48.29	79.1	79.2	79.7	79.4	83.0	82.7	83.1	83.2
17	151.7	150.6	150.9	150.6	50.10	47.68	48.71	49.08	81.2	79.7	80.0	80.4	83.5	83.0	83.3	83.0
18	151.5	151.8	151.2	151.1	50.13	49.65	50.82	50.68	81.2	81.2	81.6	81.7	83.7	83.5	83.6	83.5
19	150.8	150.9	151.1	151.6	50.02	48.78	50.17	50.31	81.8	81.0	81.7	81.3	83.7	83.0	83.6	83.9
20	151.4	151.1	150.9	150.8	49.40	48.53	49.59	50.74	81.4	81.2	82.0	82.4	84.0	83.4	83.3	83.4
21	151.4	151.3	151.0	151.6	50.22	48.43	48.96	49.68	81.8	80.8	81.0	81.8	84.1	83.6	83.5	83.8
22	150.9	150.9	150.8	150.8	50.25	48.66	49.40	49.40	82.1	81.3	81.9	82.3	83.6	83.0	83.5	83.5
23	151.3	150.9	150.6	151.0	49.27	48.35	48.93	49.46	81.7	81.2	81.3	81.5	84.0	83.6	83.7	83.8
24	150.3	150.1	150.5	150.7	48.98	47.52	48.71	49.07	81.3	80.6	81.3	81.6	83.3	83.0	83.9	83.6
25	150.6	150.1	150.4	150.2	48.51	47.76	48.10	48.64	81.2	80.9	81.2	81.6	83.7	83.2	83.5	83.7
26~30	150.2	150.1	150.0	150.2	48.62	47.52	48.47	49.04	81.0	80.7	80.9	81.5	83.6	83.1	83.3	83.6
31~40	149.2	149.2	149.2	149.2	48.70	47.63	48.42	49.09	80.7	80.3	80.7	81.2	83.1	82.8	83.0	83.1
41~50	147.9	147.9	147.8	147.9	48.91	47.81	48.55	49.02	81.3	81.1	81.2	81.4	82.3	81.7	81.6	82.4
51~60	145.9	145.8	145.9	146.1	47.47	46.67	47.24	47.78	81.7	81.6	81.5	81.7	80.7	80.2	80.7	80.9
61~70	143.5	143.4	143.1	143.2	44.59	43.95	44.41	45.16	80.6	80.5	80.7	81.0	78.5	78.1	78.2	78.4
71~	140.6	140.2	139.8	141.0	41.45	41.02	40.72	41.39	79.0	78.6	78.9	78.6	75.5	75.1	75.3	75.8

第 2 部 年 次 別 成 績

昭和 28 年度 国民 栄養 調査

摂取 栄養 量 (1人1日当り)

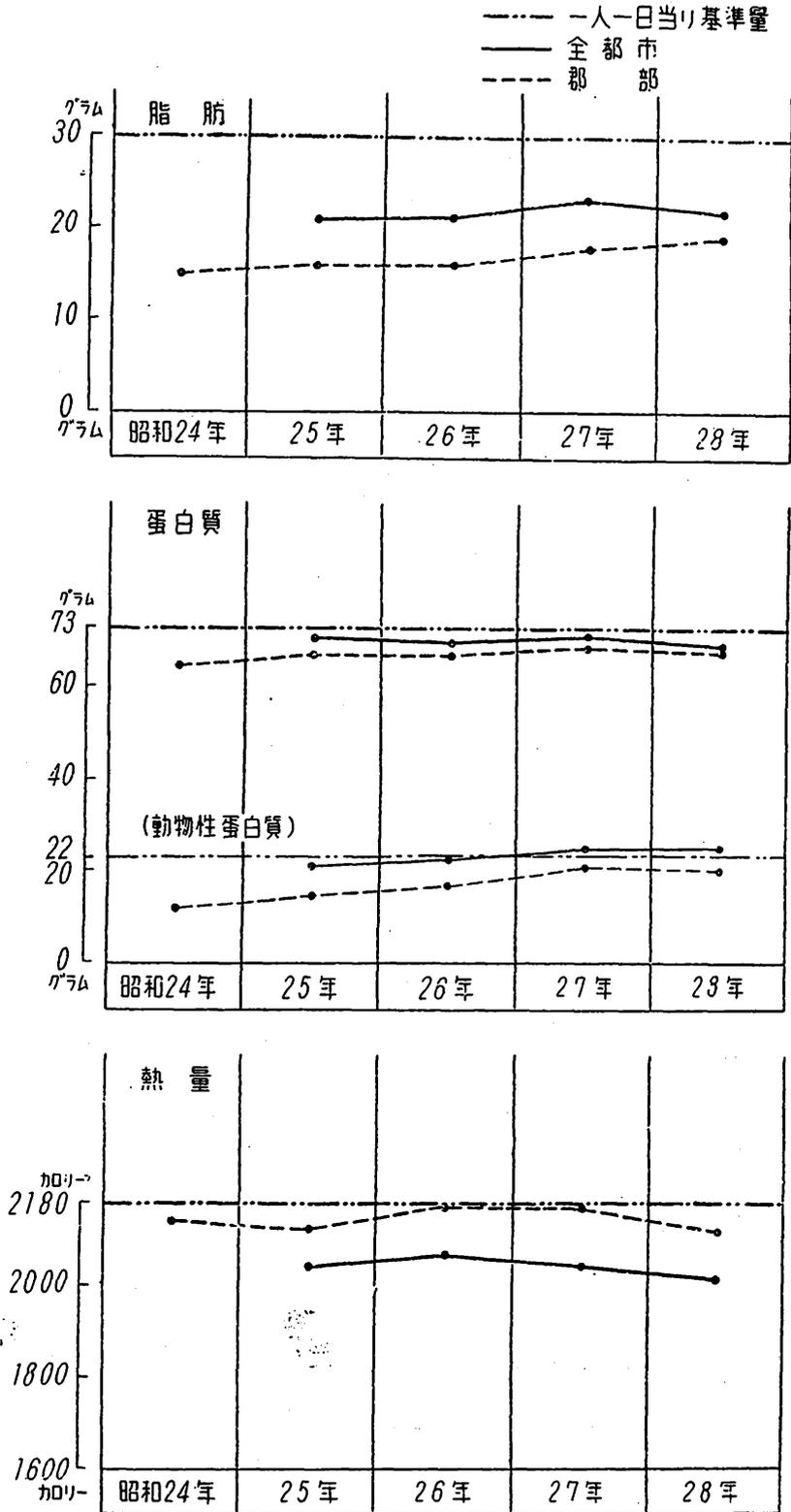
第 25 表

	全 国					全 都 市					郡 部					栄養基準量	
	24年	25年	26年	27年	28年	24年	25年	26年	27年	28年	24年	25年	26年	27年	28年		
成 換 算 率 {	蛋 白 質	0.855	0.853	0.903	0.891	0.891	—	0.859	0.885	0.878	0.883	0.853	0.850	0.918	0.900	0.896	—
	熱 量	0.836	0.829	0.854	0.857	0.848	—	0.810	0.838	0.838	0.839	0.849	0.838	0.899	0.869	0.855	—
蛋 白 質 g {	動 物 性	14	17	19	23	22	—	21	23	25	25	12	15	17	21	20	(総蛋白質の 30%以上)
	植 物 性	51	51	49	47	47	—	50	47	46	44	53	52	50	48	48	
	計	65	68	68	70	69	—	71	70	71	69	65	67	67	69	68	
脂 肪 g	16	18	18	20	20	—	21	21	23	22	15	16	16	18	19	30	
含 水 炭 素 g	423	418	424	412	403	—	394	398	390	381	437	430	439	427	418	—	
熱 量 Cal	2,097	2,098	2,125	2,109	2,068	—	2,041	2,061	2,042	2,002	2,140	2,126	2,171	2,153	2,112	2,180	
無 機 質 {	カルシウム g	0.2	0.27	0.27	0.37	0.37	—	—	0.27	0.35	0.35	0.2	0.26	0.27	0.39	0.38	1.0
	磷 g	1.8	1.82	1.82	1.79	1.84	—	—	1.82	1.78	1.82	1.8	1.66	1.81	1.79	1.85	—
	鉄 mg	47	46	49	65	61	—	—	50	63	58	46	44	47	67	62	10
ビ タ ミ ン {	A I. U.	2,416	2,459	2,262	2,700	2,721	—	—	2,292	3,014	2,902	2,335	2,417	2,245	2,496	2,601	3,700
	B ₁ mg	1.6	1.52	1.58	1.14	1.07	—	—	1.61	1.18	1.11	1.6	1.50	1.58	1.12	1.05	1.2
	B ₂ mg	0.7	0.72	0.76	0.66	0.65	—	—	0.79	0.66	0.65	0.7	0.69	0.74	0.68	0.64	1.2
	C mg	115	107	99	77	72	—	—	88	75	72	118	112	105	79	71	60

(註) 栄養量はすべて調理による損耗を考慮していない。

栄養基準量は昭和29年8月19日栄養審議会承認、日本人1人1日当り栄養基準量 (第39表) による。

第1図 摂取栄養量の変遷



昭和 28 年度 国民 栄養 調査

第 26 表

食品 群別 摂取量 (1人1日当り)

単位 = g

食 品 群	全 国					全 都 市					郡 部					
	24年	25年	26年	27年	28年	24年	25年	26年	27年	28年	24年	25年	26年	27年	28年	
穀 類	米	333.1	338.7	354.7	352.5	349.8	—	305.3	328.9	330.6	323.0	354.1	355.2	370.2	366.8	367.6
	小麦	62.7	63.9	59.7	56.2	51.7	—	50.3	49.4	48.2	45.9	71.4	70.6	65.8	61.5	55.6
	大麦	65.8	68.7	76.3	68.0	72.4	—	110.4	108.8	91.2	90.8	46.5	48.1	56.9	52.8	60.2
	雑穀	11.5	5.5	5.6	4.5	4.4	—	2.5	2.7	3.6	3.4	13.4	7.1	7.3	5.1	5.1
	計	473.1	476.8	496.3	481.2	478.3	—	468.5	489.8	473.6	463.1	485.4	481.0	500.2	486.2	488.5
堅 果 類	果糖	0.8	0.9	0.7	0.6	0.5	—	0.6	0.6	0.5	0.4	0.8	1.0	0.8	0.6	0.6
	甘馬	108.3	76.3	67.4	43.2	32.6	—	50.7	40.6	26.1	21.0	115.9	89.0	83.4	54.4	40.3
	その他	41.8	34.5	31.0	27.8	27.9	—	28.4	25.1	25.2	26.1	41.4	37.5	34.5	29.4	29.1
	計	19.8	16.5	15.2	13.2	13.7	—	9.7	12.1	9.3	11.6	23.2	19.8	17.0	15.7	15.1
油 類	砂糖	5.2	7.2	11.3	14.5	14.8	—	10.2	14.1	15.3	16.9	4.2	5.7	9.5	14.0	13.4
	油脂	1.8	2.6	3.2	3.9	4.2	—	3.8	4.2	4.7	5.0	1.5	2.1	2.7	3.4	3.7
	大豆	2.5	2.5	2.6	2.6	2.2	—	1.9	2.1	2.1	1.7	2.7	2.8	2.8	3.0	2.6
	豆類	4.18	30.1	32.1	29.9	29.9	—	24.5	26.5	24.7	26.0	41.3	32.9	35.5	33.4	32.4
	計	5.5	6.4	6.9	7.7	7.6	—	23.5	31.5	37.5	35.7	10.3	15.3	22.2	26.1	26.1
動物性食品	魚介類	55.8	51.2	62.9	71.1	69.6	—	69.1	75.3	78.9	80.3	47.9	42.3	55.5	66.1	62.4
	生乾肉	—	9.8	9.6	11.2	10.4	—	10.2	9.6	9.0	9.2	—	9.8	9.5	12.7	11.1
	鳥類	5.4	8.4	7.2	10.6	10.3	—	13.9	12.4	16.1	16.2	3.1	6.6	4.1	7.0	6.3
	卵類	3.2	5.6	7.4	10.0	10.3	—	8.5	11.1	13.3	12.7	2.4	4.2	5.9	7.9	8.6
	乳製品	4.1	6.8	7.4	10.2	9.8	—	9.9	10.1	14.2	14.1	3.5	5.3	5.9	7.5	7.0
野菜及果実類	緑黄色野菜	76.0	75.6	66.4	63.8	61.0	—	74.6	63.8	60.9	58.0	76.5	76.1	67.9	65.8	63.0
	黄緑色の野菜	12.0	14.8	21.2	18.6	13.0	—	22.9	30.1	27.0	19.5	8.5	10.8	15.9	13.0	8.8
	果実	15.5	26.7	25.9	30.3	24.8	—	37.4	31.5	31.4	22.4	13.0	21.5	22.6	29.7	26.5
	その他	118.9	119.5	111.0	110.0	102.1	—	94.9	90.6	95.4	92.6	126.7	131.6	123.1	119.3	108.4
	計	222.4	236.6	224.5	222.7	200.9	—	229.8	216.0	214.7	192.5	224.7	240.0	229.5	227.8	206.7
海 産 物	海藻	3.4	3.0	3.3	4.1	4.4	—	3.5	4.4	4.5	4.4	2.8	2.7	3.5	3.8	4.5
	乾物	2.6	2.4	2.1	1.6	1.3	—	1.5	1.6	1.3	1.1	3.1	2.8	2.4	1.8	1.5
	計	47.4	44.5	41.2	46.6	49.1	—	39.5	40.4	43.7	45.9	52.1	47.1	41.8	48.6	50.5
調味嗜好品	醬油	50.0	46.9	43.3	48.2	50.4	—	41.0	42.0	45.0	48.0	55.2	49.9	44.2	50.4	52.0
	その他	28.1	32.0	31.3	32.8	30.9	—	34.8	30.8	27.7	28.0	28.1	30.6	31.6	36.1	32.8
合 計	1,073.0	1,068.7	1,094.8	1,084.2	1,050.4	—	1,048.7	1,076.4	1,061.4	1,032.2	1,090.0	1,078.9	1,105.4	1,099.5	1,062.4	

昭和 28 年度 国民栄養調査

第 27 表

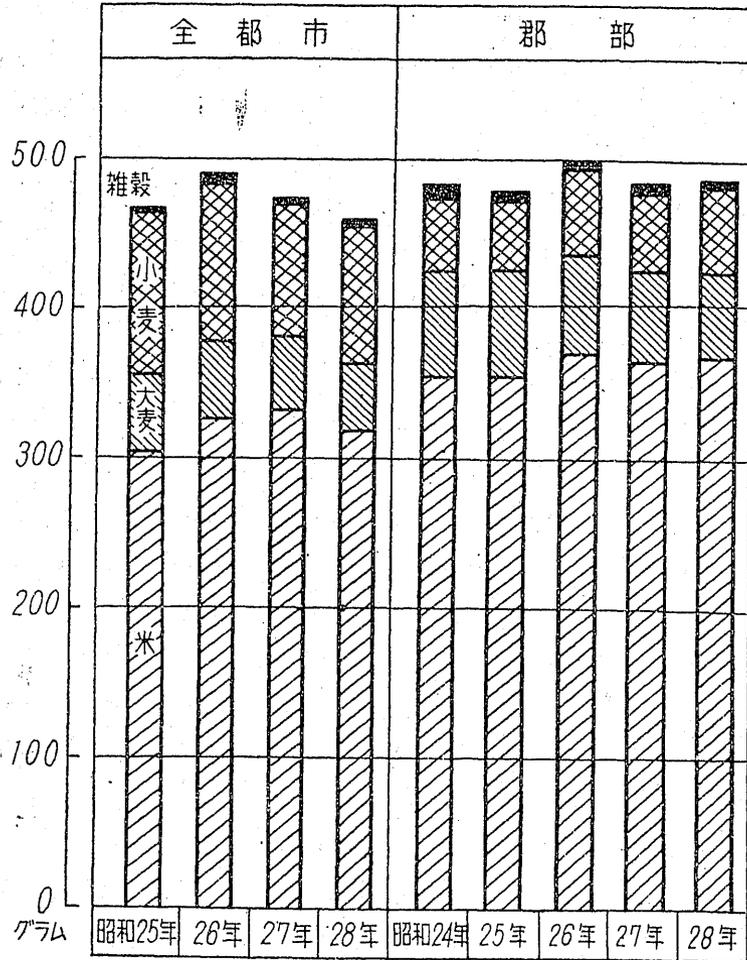
食品群別熱量及び栄養素比率

単位 = %

食 品 群	全 国						全 都 市						郡 部						
	熱 量		蛋 白 質		脂 肪		熱 量		蛋 白 質		脂 肪		熱 量		蛋 白 質		脂 肪		
	27年	28年	27年	28年	27年	28年	27年	28年	27年	28年	27年	28年	27年	28年	27年	28年	27年	28年	
穀 類	米	56.9	57.2	32.8	32.7	15.4	15.5	55.1	55.0	30.5	30.3	13.6	13.8	58.0	58.6	34.0	34.2	17.2	16.5
	交 麥	9.1	8.5	7.6	7.1	3.9	3.5	8.0	7.9	6.3	6.2	3.1	2.7	9.7	8.9	8.4	7.7	4.3	4.3
	大 小 雑 穀	8.6	9.2	7.0	7.4	4.9	5.0	10.7	10.7	8.5	8.5	5.7	5.4	7.2	8.2	5.9	6.7	4.3	5.3
	計	0.6	0.6	0.6	0.6	0.4	0.5	0.3	0.3	0.3	0.4	0.0	0.0	0.8	0.7	0.7	0.7	1.1	1.1
	計	75.2	75.5	48.0	47.8	24.6	24.5	74.1	73.9	45.6	45.4	22.4	21.9	75.7	76.4	49.0	49.3	26.9	27.2
堅 い も 類	類 薯 芋 類	0.1	0.1	0.1	0.1	1.0	1.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.9	0.9	0.1	0.2	0.1	0.1	1.1	1.6
	果 糖 類	2.5	1.9	0.8	0.7	0.4	0.5	1.5	1.3	0.6	0.4	0.5	0.0	3.0	2.4	1.0	0.9	0.5	0.5
	鈴 芋 類	1.0	1.1	0.7	0.9	0.4	0.0	1.0	1.0	0.7	0.7	0.4	0.4	1.0	1.1	0.9	0.9	0.0	0.0
	其 他	0.5	0.6	0.4	0.4	0.0	0.0	0.4	0.5	0.3	0.4	0.0	0.0	0.6	0.6	0.6	0.6	0.0	0.0
	計	4.0	3.6	1.9	2.0	0.8	0.5	2.9	2.8	1.6	1.5	0.9	0.4	4.6	4.1	2.5	2.4	0.5	0.5
砂 油	類 豆 類	2.6	2.7	0.1	0.3	0.5	0.5	2.8	3.1	0.1	0.3	0.4	0.4	2.5	2.4	0.1	0.1	0.5	0.5
	豆 類	1.6	1.8	0.0	0.0	18.9	20.5	2.0	2.1	0.0	0.0	20.2	21.0	1.4	1.6	0.0	0.0	18.3	19.7
	大 豆	0.5	0.4	1.3	1.2	2.4	2.0	0.4	0.3	1.0	0.9	1.8	1.3	0.6	0.5	1.6	1.3	2.7	2.1
	其 他	2.3	2.3	5.1	5.2	4.4	4.5	1.9	2.1	4.2	4.4	3.5	4.0	2.5	2.4	5.8	5.7	5.9	5.3
	計	1.8	2.0	3.4	3.8	11.9	12.5	2.3	2.3	4.4	4.3	13.2	13.0	1.5	1.7	2.7	3.3	10.8	12.2
豆 類	製 品 類	1.1	1.1	2.1	2.0	2.0	1.5	1.1	1.1	2.0	1.3	1.3	1.1	1.1	2.2	2.2	2.2	2.2	1.6
	計	5.7	5.8	11.9	12.2	20.7	20.5	5.7	5.8	11.6	11.6	20.3	19.6	5.7	5.7	12.3	12.5	21.6	21.2
	魚 介 類	4.0	4.0	18.2	18.2	15.4	15.5	4.7	4.9	20.2	20.4	16.2	17.0	3.5	3.4	16.9	16.7	14.5	13.9
	鳥 肉	1.4	1.4	8.4	8.2	3.4	3.5	1.2	1.3	6.9	7.0	2.2	2.7	1.6	1.5	9.3	9.0	4.3	3.7
	其 他	0.7	0.7	3.3	3.2	3.4	3.5	1.2	1.2	4.8	4.9	4.8	5.4	0.5	0.5	2.2	2.0	2.1	2.1
動 物 性 食 品	乳 製 品	0.7	0.8	1.8	1.9	5.9	5.5	1.0	1.0	2.5	2.5	6.6	6.3	0.6	0.6	1.4	1.6	5.4	4.8
	及 び 乳 製 品	0.3	0.3	0.4	0.4	1.5	1.5	0.4	0.4	0.6	0.6	2.2	1.8	0.2	0.2	0.4	0.4	1.6	1.6
	計	0.1	0.1	0.1	0.2	0.5	0.5	0.1	0.1	0.1	0.3	0.4	0.4	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.5
	計	7.2	7.3	32.2	32.1	30.1	30.0	8.6	8.9	35.1	35.7	32.4	33.6	6.4	6.2	30.2	29.9	27.9	26.6
	野 菜 及 び 果 菜 類	1.1	1.0	2.0	2.0	1.0	1.0	1.1	1.0	2.3	2.0	0.9	0.9	1.0	1.1	2.0	2.1	1.1	1.1
野 菜 類	黄 色 野 菜	0.3	0.2	0.3	0.1	0.5	0.0	0.5	0.3	0.4	0.3	0.4	0.0	0.2	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0
	其 他	0.5	0.4	0.3	0.1	0.5	0.5	0.6	0.4	0.3	0.1	0.4	0.4	0.5	0.5	0.1	0.1	0.5	0.5
	計	1.0	0.9	2.1	1.9	1.0	0.5	0.9	0.9	1.8	1.7	0.4	0.4	1.1	1.0	2.3	2.1	1.1	0.5
	計	2.9	2.5	4.7	4.1	3.0	2.0	3.1	2.6	4.8	4.1	2.1	1.7	2.8	2.7	4.5	4.4	2.7	2.1
	海 産 物	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
海 産 物 類	乾 菜	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0
	野 菜	0.6	0.6	1.0	1.2	0.4	0.5	0.6	0.6	1.0	1.2	0.4	0.5	0.6	0.6	1.2	1.2	0.5	0.5
	其 他	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	計	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	計	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
合 計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

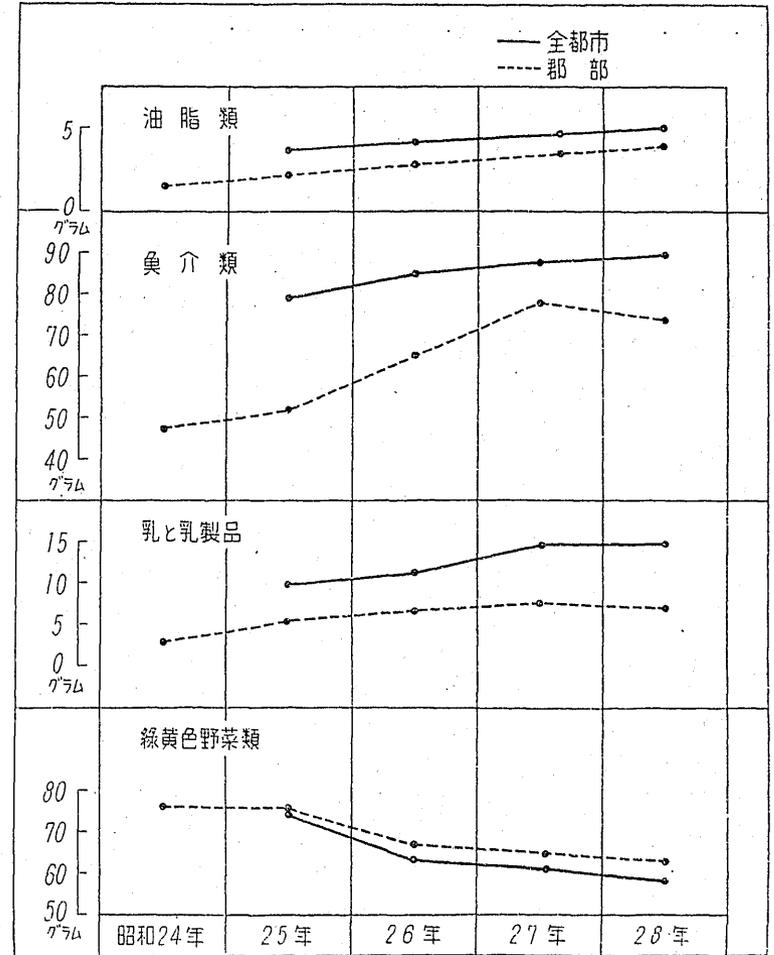
第2図

穀類の摂取量



第3図

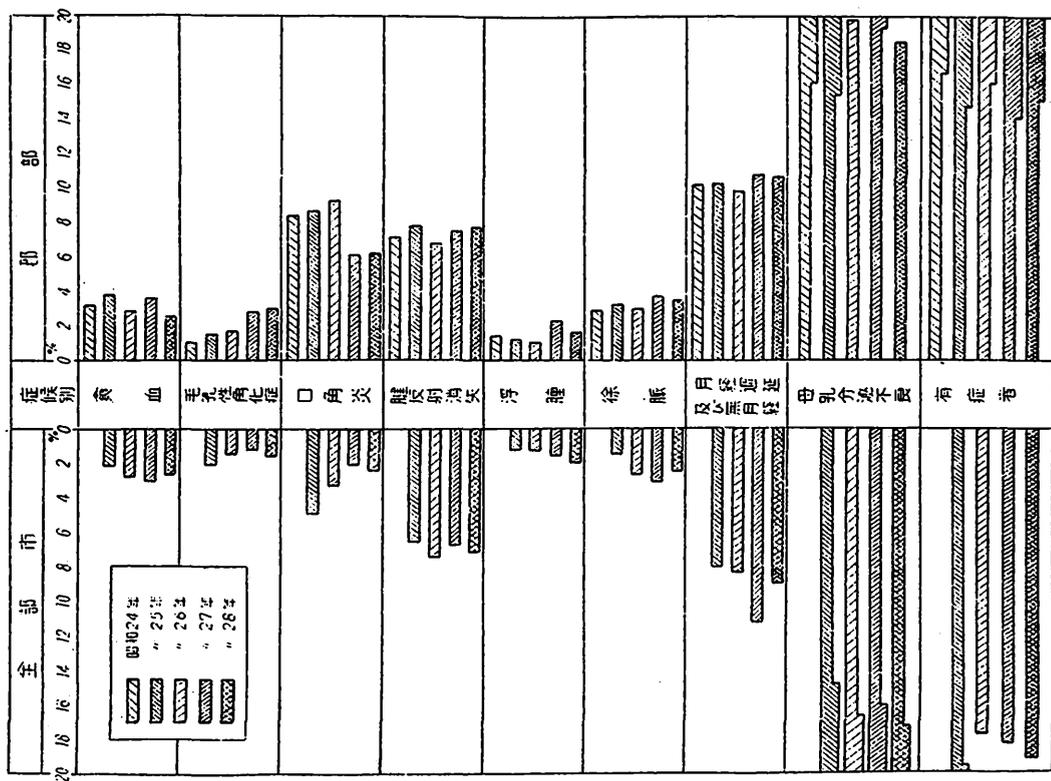
食品群別の摂取状況



第 28 表 昭和 28 年度 国民 栄養 調査 身体 症候 発現 率 表 (%)

症 候 別 種	全 国					全 都 市					郡 部				
	24年	25年	26年	27年	28年	24年	25年	26年	27年	28年	24年	25年	26年	27年	28年
貧 血	2.7	3.3	2.8	3.4	2.5	—	2.4	2.7	3.1	2.6	3.3	3.8	2.9	3.6	2.5
毛 孔 性 角 化 症	1.1	1.7	1.8	2.2	2.4	—	2.1	1.4	1.2	1.6	1.0	1.5	1.7	2.9	3.0
角 膜 乾 燥、軟 化 症	0.1	0.1	0.1	—	—	—	0.1	0.1	—	—	0.1	0.2	0.2	—	—
口 角 炎	5.9	7.4	7.1	4.5	4.7	—	4.9	3.3	2.1	2.4	8.3	8.7	9.4	6.1	6.2
舌 炎 及 び 口 内 炎	1.0	1.6	1.1	—	—	—	1.8	1.1	—	—	1.4	1.5	1.1	—	—
瞳 反 射 消 失	6.7	8.0	7.0	7.3	7.4	—	6.5	7.4	6.7	7.1	7.2	7.8	6.8	7.6	7.7
浮 腫	1.5	1.2	1.1	2.0	1.7	—	1.2	1.2	1.5	1.9	1.4	1.2	1.0	2.3	1.6
慢 性 下 痢	0.6	0.6	0.5	—	—	—	0.6	0.5	—	—	0.7	0.5	0.6	—	—
慢 性 胃 腸 障 害	—	—	—	4.0	4.1	—	—	—	3.8	3.9	—	—	—	4.1	4.2
徐 脈	2.4	3.0	2.8	3.4	3.1	—	2.5	2.6	2.9	2.4	2.9	3.3	3.0	3.8	3.5
月 經 遲 延 及 び 無 月 經	9.5	9.6	9.3	11.0	10.0	—	8.0	8.3	11.3	8.9	10.2	10.3	9.9	10.8	10.8
母 乳 分 泌 不 良	25.1	22.4	23.4	21.7	19.6	—	25.2	23.9	24.0	22.8	23.8	24.5	19.9	20.6	18.3
健 康 者	80.3	76.3	78.4	77.1	77.4	—	79.7	82.2	81.6	80.8	76.9	74.8	76.2	74.2	75.2
有 症 者	19.7	23.7	21.6	22.9	22.6	—	20.3	17.8	18.4	19.2	23.1	25.2	23.8	25.8	24.8

第 4 図 身 体 症 候 発 現 率



第 29 表

昭和 28 年度 国民 栄養 調査

身長 の 平均 値 (全 国)

単位 = cm

(37)

年 令	男								女								基 準	
	22 年	23 年	24 年	25 年	26 年	27 年	28 年	22 年	23 年	24 年	25 年	26 年	27 年	28 年	男	女		
0	64.4	65.4	64.9	65.8	66.0	64.8	64.4	63.3	63.8	64.2	64.9	64.3	64.2	63.5	64.7	63.7		
1	75.4	74.5	74.4	75.1	75.4	76.5	76.4	72.9	73.4	73.6	74.0	73.9	75.0	74.8	75.9	74.7		
2	83.5	82.4	83.2	83.3	83.8	84.5	84.9	82.3	81.9	82.0	82.2	82.4	83.6	83.3	84.5	83.3		
3	90.2	89.8	90.3	90.8	91.4	90.9	91.1	88.7	89.3	89.2	89.6	90.0	89.7	90.7	91.3	90.2		
4	96.2	96.0	96.4	96.7	97.2	97.6	97.7	95.0	95.2	95.5	95.9	96.0	96.8	96.6	97.5	96.3		
5	101.7	101.8	102.7	102.6	103.0	103.5	103.6	101.0	100.5	101.4	101.6	102.0	102.6	102.9	103.1	102.2		
6	107.1	107.3	108.2	108.4	108.5	108.7	108.8	106.0	105.6	107.1	107.2	107.7	107.9	107.8	108.8	107.9		
7	111.8	112.3	113.2	113.7	113.9	113.9	114.3	110.8	110.7	112.5	112.7	112.8	113.3	114.0	114.2	112.9		
8	116.2	116.9	117.5	118.1	118.9	118.9	118.2	115.7	115.8	117.2	117.5	117.8	118.4	118.8	119.1	118.0		
9	121.5	121.6	122.0	122.7	123.3	123.4	123.4	120.5	121.0	121.3	122.1	122.4	122.7	123.5	123.6	122.7		
10	125.5	125.9	126.0	126.9	127.6	127.3	128.5	125.5	126.0	125.8	126.8	127.3	127.7	128.5	128.2	128.1		
11	129.7	130.3	130.2	131.1	132.1	132.9	133.0	129.9	130.9	130.8	131.6	132.5	123.3	134.0	132.8	132.8		
12	133.6	135.0	134.5	136.1	136.8	137.0	137.4	134.8	136.0	136.1	136.8	137.8	138.2	139.0	137.7	139.7		
13	138.6	139.7	139.8	141.1	142.3	142.5	143.1	139.6	140.7	141.1	142.0	142.8	142.9	143.5	143.9	143.8		
14	143.8	144.9	145.3	147.3	148.4	149.5	149.8	144.0	144.5	145.0	145.8	146.7	147.7	147.1	152.4	148.4		
15	150.3	150.2	151.3	152.7	153.7	154.7	155.8	147.9	147.3	147.7	148.5	148.9	149.2	149.7	157.0	150.0		
16	155.6	154.6	155.7	156.5	157.7	157.4	158.4	149.3	149.2	149.1	150.0	150.3	150.5	150.4	159.5	150.4		
17	158.9	158.2	158.4	158.9	159.8	159.2	160.1	150.2	150.1	150.2	150.6	150.7	151.5	151.7	161.0	150.5		
18	160.1	160.3	160.0	160.3	160.8	160.8	161.3	150.3	150.7	150.7	150.8	150.8	150.7	151.5	161.7	151.0		
19	160.9	160.9	160.8	161.0	161.1	161.4	162.5	150.6	151.1	151.0	150.9	150.7	151.6	150.8	161.8	151.0		
20	161.5	161.2	161.2	161.5	161.7	162.1	162.1	150.4	150.9	151.1	150.8	150.5	151.5	151.4	162.0	150.8		
21	161.0	161.5	161.6	161.9	162.1	162.0	161.8	150.2	150.6	151.0	151.0	150.2	150.8	151.4	161.8	150.8		
22	161.3	161.6	161.5	161.8	162.3	162.5	161.8	150.3	150.5	150.9	150.9	150.2	151.4	150.9	161.8	150.9		
23	161.4	161.6	161.6	162.0	162.3	162.3	162.1	149.4	150.4	150.5	150.8	150.3	151.4	151.3	161.8	150.9		
24	161.0	161.6	161.8	161.8	162.2	162.4	162.4	150.1	150.6	150.3	150.7	150.4	151.0	150.3	161.8	150.1		
25	161.1	161.3	161.6	161.5	161.8	161.9	161.8	150.0	150.5	150.1	150.4	150.4	150.8	150.6	161.8	150.1		
26~30	160.3	160.7	161.2	161.1	161.4	161.5	162.3	149.4	149.8	149.5	149.7	149.7	150.4	150.2	161.8	150.1		
31~40	160.1	160.0	160.3	160.3	160.5	160.5	160.6	148.7	148.8	148.6	148.9	148.9	149.5	149.2	160.8	149.0		
41~50	158.7	158.8	159.1	159.1	159.3	159.7	159.8	147.0	147.4	147.3	147.7	147.3	148.0	147.9	160.0	148.2		
51~60	157.9	157.4	157.5	157.8	157.8	157.8	158.2	145.5	145.6	145.5	146.0	145.6	146.1	145.9	159.0	147.0		
61~70	155.6	155.8	155.7	156.1	156.1	156.4	156.3	143.3	143.2	143.3	143.8	143.3	143.0	143.5	156.5	144.0		
71~	154.2	154.2	153.6	154.3	154.1	153.8	153.5	140.5	140.4	140.6	141.7	140.7	140.3	140.6	156.5	144.0		

(註) 基準は第 43 表参照のこと。

第30表

昭和28年度国民栄養調査
身長の平均値(全都市)

単位=cm

年 令	男							女							基 準	
	22年	23年	24年	25年	26年	27年	28年	22年	23年	24年	25年	26年	27年	28年	男	女
0	64.3	65.2	66.5	66.3	67.0	65.3	65.5	63.4	64.5	65.0	65.4	65.5	64.6	64.2	64.7	63.7
1	75.5	74.6	75.2	75.4	76.5	77.1	76.8	74.0	73.8	74.3	74.4	74.8	75.3	75.5	75.9	74.7
2	83.3	83.1	82.7	83.5	85.0	85.2	85.5	82.3	82.2	82.3	82.8	83.2	84.2	84.3	84.5	83.3
3	90.1	90.6	90.1	91.2	92.8	91.4	91.7	88.8	89.6	89.4	90.1	90.7	90.5	91.2	91.3	90.2
4	96.3	96.9	96.3	97.3	98.5	98.3	98.0	94.6	95.9	95.8	96.4	96.9	97.0	96.9	97.5	96.3
5	101.4	102.6	102.4	103.3	103.7	103.6	104.0	100.7	101.3	102.0	102.1	102.6	103.2	103.0	103.1	102.2
6	106.4	107.5	108.1	108.8	109.3	108.7	109.5	105.4	106.3	107.7	107.3	108.5	107.4	107.8	108.8	107.9
7	111.9	112.5	113.0	113.9	114.7	113.7	114.6	110.8	111.1	113.2	112.6	113.7	113.3	114.3	114.2	112.9
8	115.7	116.9	117.0	118.4	119.5	119.1	118.7	115.3	116.1	118.0	117.3	118.7	118.3	119.4	119.1	118.0
9	121.0	121.4	121.4	123.1	124.0	123.6	124.6	120.0	121.1	121.8	122.2	123.5	122.7	124.4	123.6	122.7
10	124.6	125.7	125.4	127.3	128.2	127.2	129.3	125.9	126.1	126.1	127.3	128.3	127.7	128.4	128.2	128.1
11	128.0	130.2	129.7	131.3	132.6	133.5	133.6	129.6	131.0	131.0	132.6	133.5	133.3	134.7	132.8	132.8
12	132.8	134.8	133.5	136.0	137.1	137.1	138.8	133.6	136.0	136.4	137.8	138.9	139.2	140.0	137.7	139.7
13	137.5	139.6	138.7	141.7	142.7	144.4	143.7	139.0	140.7	141.1	142.8	143.5	142.9	144.1	143.9	143.8
14	143.7	144.6	144.8	147.1	148.9	151.4	150.8	143.5	144.8	145.4	146.7	147.3	149.4	147.9	152.4	148.4
15	150.4	149.7	150.9	152.4	154.4	155.5	155.7	148.6	148.0	147.8	149.2	149.3	149.8	150.1	157.0	150.0
16	156.3	154.6	155.8	156.6	158.3	157.8	157.4	149.9	149.9	149.0	150.6	150.8	151.7	151.2	159.5	150.4
17	159.4	158.4	159.0	159.3	160.6	159.3	160.6	150.8	151.0	149.9	151.1	151.3	152.1	152.2	161.0	150.5
18	160.4	160.8	160.0	161.1	161.2	161.2	162.0	150.8	151.5	150.8	151.5	151.6	151.7	151.6	161.7	151.0
19	161.2	161.8	160.7	162.2	161.5	162.1	162.3	151.4	151.7	151.3	152.0	151.4	152.2	151.9	161.8	151.0
20	162.6	162.1	161.5	162.5	162.1	162.5	163.4	151.2	151.7	151.7	151.8	151.3	152.0	151.3	162.0	150.8
21	161.5	162.1	161.6	162.7	162.4	162.0	162.5	150.8	151.5	151.7	152.1	151.0	151.0	151.5	} 161.8 }	} 150.1
22	161.7	162.3	161.5	162.9	162.8	163.1	163.3	150.8	151.4	151.7	151.7	151.2	152.1	151.9		
23	162.4	162.8	161.2	162.9	162.7	162.4	162.4	150.7	151.2	151.3	151.5	151.3	151.6	151.2		
24	161.7	162.9	161.3	162.7	162.5	163.4	163.4	151.4	151.2	151.2	151.2	151.3	151.2	150.5		
25	162.0	162.6	161.5	162.5	162.3	163.7	162.7	150.2	151.0	150.9	151.0	151.3	151.5	151.5	} 160.8 }	} 149.0
26~30	160.6	161.7	161.7	162.0	162.0	162.0	162.5	149.7	150.6	150.4	150.4	150.6	151.1	150.7		
31~40	160.6	160.6	161.0	161.1	161.0	161.1	161.5	149.1	149.7	149.4	149.6	149.6	150.0	149.9		
41~50	159.0	159.2	159.5	159.9	160.0	160.3	160.3	147.5	148.3	147.7	148.6	148.1	148.6	148.6		
51~60	158.9	157.9	157.8	158.6	158.5	158.0	158.1	145.8	146.3	145.8	146.9	146.4	147.0	146.0		
61~70	155.7	156.4	155.6	157.1	156.9	157.2	156.6	143.9	143.8	143.6	144.7	144.0	144.0	143.9	} 156.5 }	} 144.0
71~	154.8	154.7	153.0	155.2	154.9	154.3	153.6	141.0	140.8	140.9	142.2	141.2	141.3	141.5		

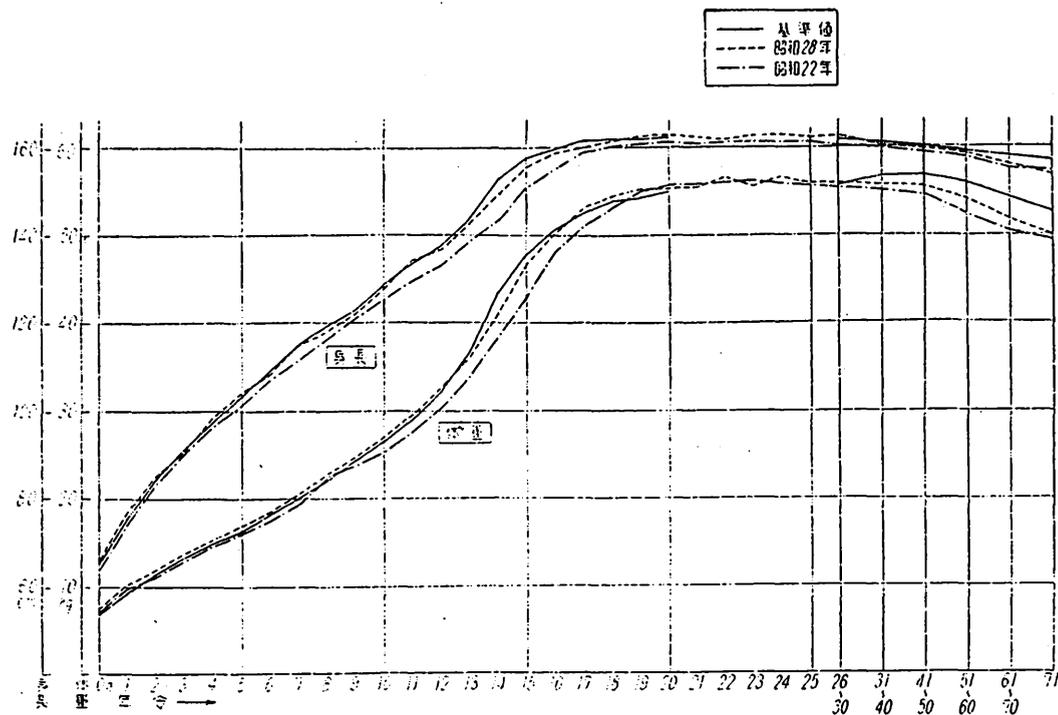
(註) 基準は第43表参照のこと。

年 令	男							女							基 準	
	22 年	23 年	24 年	25 年	26 年	27 年	28 年	22 年	23 年	24 年	25 年	26 年	27 年	28 年	男	女
0	64.6	65.5	64.1	65.6	65.4	64.6	63.8	63.3	63.2	63.8	64.7	63.6	63.9	63.1	64.7	63.7
1	75.2	74.0	73.9	74.9	74.7	76.1	76.2	73.8	73.0	73.3	73.7	73.4	74.9	74.4	75.9	74.7
2	83.8	81.9	83.4	83.2	83.1	84.0	84.5	82.2	81.0	81.8	81.9	82.1	83.2	82.8	84.5	83.3
3	90.4	89.1	90.4	90.6	90.6	90.6	90.7	88.6	88.6	89.1	89.3	89.8	89.1	90.3	91.3	90.2
4	96.2	93.9	96.4	96.4	96.4	97.2	97.4	95.4	94.5	95.3	95.6	95.7	96.7	96.4	97.5	96.3
5	102.1	101.3	102.8	102.3	102.5	103.4	103.4	101.4	99.3	101.0	101.4	101.8	102.3	102.9	103.1	102.2
6	107.6	107.1	108.2	108.2	108.0	108.8	108.4	106.5	105.0	106.8	107.2	107.3	108.4	107.8	108.8	107.9
7	112.0	112.0	113.3	113.5	113.4	113.5	114.1	110.7	110.4	112.1	112.8	112.5	113.3	113.7	114.2	112.9
8	117.6	117.0	117.8	118.0	118.5	118.8	118.0	116.0	115.0	116.8	117.6	117.4	118.5	118.5	119.1	118.0
9	122.0	121.8	122.3	122.5	122.8	123.3	122.8	120.9	121.0	121.0	122.0	121.9	122.8	122.9	123.6	122.7
10	126.5	126.3	126.3	126.6	127.2	127.4	128.1	125.0	126.0	125.7	126.5	126.9	127.6	128.5	128.2	128.1
11	130.6	130.5	130.4	131.0	131.9	132.6	132.6	130.2	130.8	130.7	131.2	132.1	131.8	133.6	132.8	132.8
12	134.6	135.1	135.0	136.1	136.6	136.9	136.6	136.0	135.9	136.0	136.3	137.5	137.7	138.4	137.7	139.7
13	139.4	139.7	140.4	141.7	142.1	141.3	142.8	140.2	140.5	141.1	141.5	142.5	143.0	143.2	143.9	143.8
14	145.8	145.1	145.6	147.4	148.1	148.5	149.3	144.5	144.3	144.8	145.3	146.5	146.8	146.8	152.4	148.4
15	150.3	150.4	151.5	152.8	153.2	154.3	155.8	147.2	147.0	147.6	148.1	148.9	148.9	149.4	157.0	150.0
16	155.0	154.7	155.6	156.5	157.2	157.2	159.3	148.7	149.0	149.1	149.7	150.3	149.8	149.8	159.5	150.4
17	158.5	157.8	158.1	158.7	159.4	159.1	159.7	149.7	149.7	150.4	150.3	150.5	151.1	151.3	161.0	150.5
18	159.9	159.8	160.0	159.9	160.4	160.5	160.6	149.9	150.3	150.6	150.5	150.6	150.0	151.4	161.7	151.0
19	160.8	160.5	160.9	160.4	160.8	160.8	162.7	150.1	150.6	150.9	150.4	150.6	151.2	149.9	161.8	151.0
20	160.8	160.8	161.1	160.9	161.4	161.6	161.0	149.8	150.3	150.8	150.2	150.3	151.1	151.4	162.0	150.8
21	160.7	160.9	161.6	161.5	161.9	162.0	161.2	149.7	150.0	150.6	150.5	149.9	150.7	151.4	} 161.8 }	} 150.1 }
22	160.9	160.9	161.5	161.3	161.9	162.1	160.7	149.6	150.0	150.5	150.5	149.9	150.9	150.2		
23	160.7	161.1	161.8	161.5	162.0	161.7	162.0	149.2	149.9	150.1	150.5	149.9	151.2	151.4		
24	160.4	161.0	162.0	161.4	162.0	161.8	161.6	149.6	150.0	149.8	150.5	150.0	150.8	150.1		
25	160.5	160.5	161.6	161.0	161.5	160.8	161.2	149.6	149.8	149.7	150.1	150.0	150.3	149.8	} 160.8 }	} 149.0 }
26~30	160.1	159.7	161.0	160.7	160.9	161.3	162.1	148.8	148.8	149.1	149.4	149.4	149.8	149.8		
31~40	159.6	159.2	159.9	160.0	160.1	160.1	159.9	148.1	147.9	148.2	148.6	148.6	149.1	148.6		
41~50	158.5	157.2	158.9	158.7	158.9	159.3	159.4	146.4	146.6	147.1	147.3	147.1	147.5	147.4		
51~60	157.2	157.0	157.4	157.3	157.4	157.7	158.2	145.2	144.9	145.4	145.5	145.3	145.5	145.8	159.0	147.0
61~70	155.6	155.4	155.8	155.6	155.6	156.0	156.1	143.0	142.8	143.2	143.4	143.1	142.6	143.3	} 156.5 }	} 144.0 }
71~	153.8	153.7	153.9	153.8	153.6	153.6	153.4	140.3	140.3	140.5	140.9	140.6	139.9	140.1		

(註) 基準は第 43 表参照のこと。

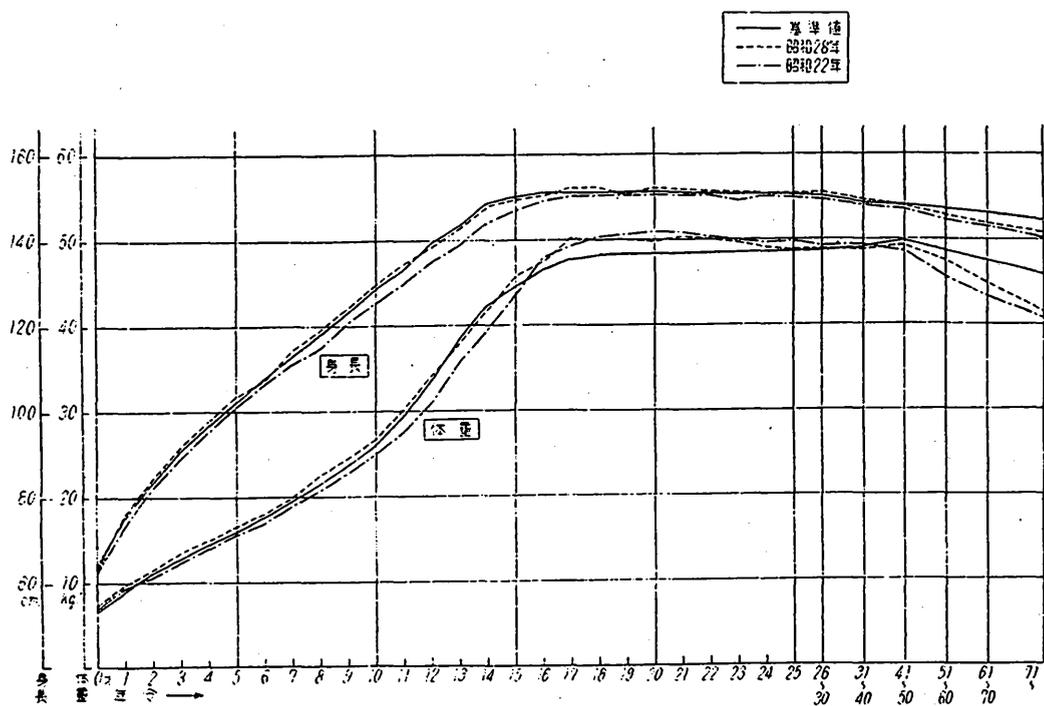
第 5 图

昭和28年度 全国身長・体重表 (男子)



第 6 图

昭和28年度 全国身長・体重表 (女子)



昭和28年度国民栄養調査

第32表

体重の平均値(全国)

単位=kg

(41)

年 令	男							女							基 準	
	22年	23年	24年	25年	26年	27年	28年	22年	23年	24年	25年	26年	27年	28年	男	女
0	6.97	7.13	6.82	7.18	7.24	6.98	7.08	6.58	7.10	6.77	6.92	6.90	6.59	6.71	6.7	6.4
1	9.34	9.41	9.22	9.56	9.53	9.72	9.71	8.99	9.02	8.73	9.04	9.09	9.08	9.18	9.2	8.8
2	11.40	11.36	11.27	11.61	11.53	11.70	11.88	10.97	10.84	10.61	10.98	11.11	11.30	11.22	11.5	11.0
3	13.11	13.28	13.18	13.48	13.45	13.53	13.57	12.58	12.57	12.44	12.87	12.96	12.88	13.21	13.3	12.8
4	14.69	14.63	14.78	14.87	15.03	15.02	15.15	14.06	13.80	14.07	14.50	14.50	14.55	14.73	15.0	14.3
5	16.09	16.04	16.26	16.68	16.69	16.54	16.69	15.72	15.70	15.76	16.05	16.06	16.02	16.22	16.2	15.8
6	17.58	17.79	17.72	18.78	18.43	18.05	18.24	16.90	17.23	17.60	17.73	17.79	17.64	17.70	18.2	17.6
7	19.37	19.55	19.41	20.71	20.42	20.27	20.49	18.95	18.91	19.32	19.63	19.63	19.70	19.82	20.0	19.4
8	21.20	21.46	21.27	22.55	22.41	22.48	22.52	20.76	20.74	21.29	21.57	21.63	21.89	22.14	22.1	21.4
9	23.28	23.63	23.52	24.36	24.35	24.29	24.80	22.85	22.79	23.27	23.52	23.67	23.93	24.34	24.3	23.6
10	24.99	26.13	25.51	26.07	26.42	26.54	27.08	25.00	25.21	25.53	25.79	26.13	26.12	26.57	26.5	26.1
11	27.39	28.04	27.79	28.46	28.77	29.14	29.40	27.49	28.10	28.38	28.61	29.21	29.02	30.02	29.0	29.4
12	30.24	30.84	30.52	31.51	31.75	31.89	32.43	30.90	31.51	32.06	32.20	33.02	32.70	33.71	32.2	33.7
13	34.00	34.32	34.17	35.36	35.75	35.29	36.18	35.06	35.53	36.27	36.43	37.13	36.99	37.95	36.5	38.3
14	37.92	38.63	38.65	39.88	40.48	41.04	41.24	39.37	39.67	40.51	40.60	41.18	41.47	42.03	43.3	42.0
15	43.12	43.38	43.80	44.63	45.21	46.17	46.81	43.90	43.57	44.25	44.24	44.64	44.29	45.97	47.5	44.5
16	48.01	47.38	47.61	48.57	49.09	48.97	50.65	47.73	46.50	47.09	47.04	47.23	47.51	47.68	50.5	46.5
17	51.81	50.79	50.65	51.58	51.90	51.19	52.80	49.03	49.04	49.10	48.73	48.77	48.81	50.10	52.7	47.5
18	53.01	53.02	52.69	53.53	53.69	53.18	54.42	50.14	50.48	50.25	49.92	49.85	49.35	50.13	53.8	48.0
19	54.88	54.11	53.85	54.66	54.66	54.12	54.97	50.49	51.08	50.76	50.52	50.19	49.93	50.02	54.3	48.2
20	55.56	55.09	54.57	55.27	55.46	55.18	54.74	50.89	51.17	51.02	50.67	50.23	50.51	49.40	54.8	48.3
21	55.75	55.81	55.09	55.62	55.91	55.47	55.36	50.74	50.82	50.80	50.63	49.97	49.43	50.22		
22	55.83	55.68	55.28	55.59	56.08	56.07	56.02	50.30	50.34	50.46	50.13	49.70	49.33	50.25		
23	55.93	55.94	55.38	55.78	56.24	55.72	55.40	50.04	50.06	50.33	49.68	49.39	48.99	49.27		
24	55.49	55.76	55.38	55.77	56.02	55.58	56.21	49.88	49.91	50.16	49.46	49.37	49.24	48.98	55.5	48.5
25	55.44	55.45	54.13	55.78	55.59	55.07	55.73	49.93	49.70	49.93	49.29	49.27	48.97	48.51		
26~30	55.50	55.00	54.70	55.61	55.48	55.15	55.81	49.20	49.14	49.99	49.37	49.28	48.39	48.62		
31~40	55.00	55.08	54.56	55.29	55.27	54.95	55.29	49.11	48.49	49.53	49.20	49.03	48.76	48.70	56.4	49.0
41~50	54.23	54.48	54.06	54.50	54.87	54.90	55.35	47.65	47.39	48.32	48.25	48.19	48.80	48.91	56.7	50.0
51~60	52.69	53.11	52.82	53.14	53.63	53.48	53.97	45.22	46.35	46.66	46.69	46.71	47.03	47.47	55.7	48.7
61~70	50.69	51.14	50.83	51.20	51.85	51.15	51.65	43.22	44.02	44.45	44.53	45.03	44.02	44.59	52.5	45.5
71~	48.48	48.56	48.80	48.97	49.50	48.57	49.42	40.89	41.07	41.70	41.78	41.98	41.99	41.45		

(註) 基準は第43表参照のこと。

第33表

昭和28年度国民栄養調査
体重の平均値(全都市)

単位=kg

年 令	男								女								基 準	
	22年	23年	24年	25年	26年	27年	28年	22年	23年	24年	25年	26年	27年	28年	男	女		
0	6.97	7.16	7.31	7.33	7.28	7.23	7.34	6.52	6.50	7.39	7.23	7.16	6.61	6.99	6.7	6.4		
1	9.38	9.17	9.35	9.61	9.71	9.95	9.88	8.95	8.70	9.11	9.25	9.28	9.22	9.27	9.2	8.8		
2	11.17	11.09	11.30	11.70	11.65	11.78	12.14	10.85	10.72	10.78	11.05	11.25	11.30	11.49	11.5	11.0		
3	12.79	12.90	13.14	13.60	13.59	13.47	13.67	12.37	12.57	12.56	12.95	13.07	13.08	13.47	13.3	12.8		
4	14.55	14.53	14.78	15.16	15.16	15.05	15.25	13.96	14.24	14.21	14.54	14.58	14.63	14.79	15.0	14.3		
5	15.88	16.17	16.45	16.44	16.72	16.42	16.79	15.49	15.68	15.74	16.08	16.14	16.14	16.36	16.2	15.8		
6	17.25	17.78	18.21	18.53	18.45	17.81	18.54	16.59	17.07	17.61	17.72	17.92	17.43	17.99	18.2	17.6		
7	18.99	19.54	20.02	20.41	20.51	20.42	20.67	18.54	18.57	19.34	19.59	19.84	19.75	19.96	20.0	19.4		
8	20.75	21.42	21.85	22.39	22.54	22.48	22.71	20.24	20.22	21.39	21.54	21.84	21.89	22.36	22.1	21.4		
9	22.92	23.57	23.93	24.30	24.55	24.26	25.08	22.29	22.16	23.34	23.45	24.00	23.94	24.59	24.3	23.6		
10	24.29	26.30	25.73	26.33	26.62	26.34	27.40	24.58	24.58	25.61	25.83	26.56	26.04	26.95	26.5	26.1		
11	26.92	27.97	28.08	28.47	28.85	29.07	29.64	27.20	27.52	28.33	28.79	29.82	29.43	30.40	29.0	29.4		
12	29.83	30.76	30.70	31.32	31.69	32.14	33.56	29.84	31.09	31.76	32.45	33.68	33.36	34.37	32.2	33.7		
13	33.86	34.24	34.10	35.03	35.64	36.83	36.80	33.88	35.14	35.81	36.73	37.33	36.78	38.41	36.5	38.3		
14	36.73	38.59	38.70	39.50	40.52	41.29	42.01	37.94	39.35	40.03	40.97	41.10	42.44	41.86	43.3	42.0		
15	42.29	43.48	44.33	44.12	45.32	46.83	46.68	42.75	43.24	43.48	44.28	44.28	44.19	45.89	47.5	44.5		
16	47.54	48.42	47.74	48.16	49.10	49.05	49.57	46.37	46.39	46.10	46.87	46.70	47.99	47.61	50.5	46.5		
17	51.26	51.04	50.78	51.28	51.64	51.31	52.59	48.47	48.67	48.13	48.41	48.54	48.51	49.54	52.7	47.5		
18	52.37	53.06	52.14	53.24	53.10	53.78	55.07	49.61	50.00	49.37	49.63	49.64	49.43	49.33	53.8	48.0		
19	54.18	54.03	53.36	54.32	53.78	53.76	54.74	50.15	50.32	50.16	50.41	49.57	49.92	49.71	54.3	48.2		
20	55.40	55.03	53.88	54.59	54.47	54.43	54.37	51.00	50.26	50.65	50.58	49.74	49.74	48.79	54.8	48.3		
21	54.87	55.31	54.45	54.49	54.94	54.07	55.06	50.25	49.97	50.57	50.17	49.12	48.61	48.97				
22	55.51	55.72	54.26	54.42	55.36	55.98	56.23	50.09	49.60	50.22	49.58	48.92	48.03	48.44				
23	55.68	55.91	54.33	54.69	55.59	55.27	54.48	49.54	49.44	50.09	49.06	48.79	48.15	49.03				
24	54.48	55.86	54.46	54.97	55.47	55.00	55.48	49.58	49.41	49.92	49.00	48.63	48.55	48.39	55.5	48.5		
25	55.35	55.42	54.58	55.44	55.32	54.90	55.62	49.61	49.37	49.20	48.91	48.58	48.54	48.45				
26~30	55.07	54.55	54.51	55.18	55.26	54.73	55.46	48.72	49.16	49.23	49.08	48.91	47.80	48.36				
31~40	54.34	54.35	54.68	54.81	55.14	54.68	55.49	48.80	48.48	49.01	49.09	48.75	48.42	48.62	56.4	49.0		
41~50	53.43	53.53	54.16	54.30	54.91	54.91	55.27	47.37	47.38	48.05	48.25	48.42	48.87	49.20	56.7	50.0		
51~60	51.79	52.31	53.33	53.15	53.58	53.35	53.74	44.71	45.58	46.63	46.79	47.16	47.42	47.78	55.7	48.7		
61~70	49.41	50.77	50.31	51.25	51.48	51.10	51.56	42.11	42.74	44.65	44.71	45.20	44.60	44.91	52.5	45.5		
71~	47.19	48.92	48.49	49.52	48.61	47.95	49.73	40.01	39.11	42.15	42.02	42.55	42.32	42.39				

(註) 基準は第43表参照のこと。

第34表

昭和28年度国民栄養調査
体重の平均値(郡部)

単位=kg

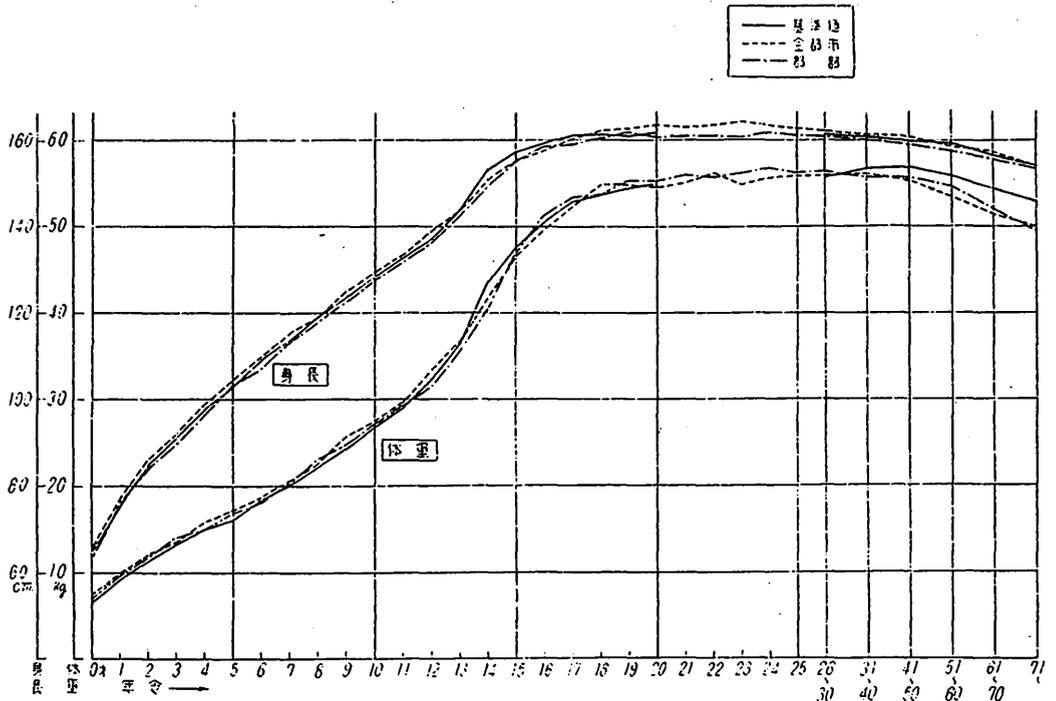
(43)

年 令	男							女							基 準	
	22年	23年	24年	25年	26年	27年	28年	22年	23年	24年	25年	26年	27年	28年	男	女
0	6.96	7.06	6.57	7.10	7.22	6.85	6.93	6.64	7.64	6.46	6.76	6.73	6.58	6.57	6.7	6.4
1	9.30	9.93	6.15	9.54	9.42	9.56	9.61	9.03	9.29	8.54	8.93	8.97	8.99	9.13	9.2	8.8
2	11.62	11.52	11.26	11.57	11.46	11.64	11.73	11.09	10.94	10.52	10.95	11.03	11.30	11.09	11.5	11.0
3	13.42	13.35	13.20	13.42	13.36	13.57	13.51	12.78	12.56	12.38	12.83	12.90	12.75	13.03	13.3	12.8
4	14.83	14.74	14.78	14.73	14.95	14.99	15.08	14.16	13.35	14.00	14.48	14.45	14.50	14.68	15.0	14.3
5	16.24	15.95	16.17	16.80	16.67	16.63	16.63	15.94	15.73	15.77	16.04	16.01	15.96	16.13	16.2	15.8
6	17.89	17.84	17.48	18.92	18.41	18.22	18.03	17.18	17.35	17.60	17.73	17.71	17.80	17.52	18.2	17.6
7	19.72	19.56	19.10	20.86	20.37	20.17	20.35	19.31	19.17	19.40	19.65	19.51	19.66	19.82	20.0	19.4
8	21.63	21.50	20.98	22.63	22.33	22.49	22.41	21.25	21.08	21.24	21.59	21.51	21.89	22.01	22.1	21.4
9	23.64	23.70	23.31	24.40	24.23	24.32	24.64	23.43	23.25	23.23	23.55	23.47	23.92	24.19	24.3	23.6
10	25.78	25.95	25.40	25.94	26.30	26.66	26.92	25.26	25.73	25.49	25.78	25.87	26.17	26.31	26.5	26.1
11	27.93	28.13	27.65	28.46	28.72	29.18	29.25	27.84	28.61	28.41	28.52	28.84	28.83	29.76	29.0	29.4
12	30.68	30.87	30.43	31.61	31.79	31.67	31.76	31.99	31.92	32.20	32.07	32.62	32.33	33.29	32.2	33.7
13	34.09	34.29	34.20	35.52	35.81	34.39	35.88	35.97	35.84	36.50	36.29	37.00	37.10	37.69	36.5	38.3
14	38.83	38.49	38.62	40.07	40.44	40.90	40.89	40.53	39.86	40.74	40.41	41.23	40.98	42.13	43.3	42.0
15	43.71	43.31	43.54	44.89	45.13	45.84	46.91	44.92	43.70	44.63	44.22	44.84	44.35	46.02	47.5	44.5
16	48.34	47.11	47.55	48.77	49.09	48.92	51.69	47.73	46.66	47.58	47.12	47.55	47.21	47.73	50.5	46.5
17	52.23	50.51	50.58	51.73	52.05	51.11	52.96	49.51	49.48	49.58	48.89	48.91	48.99	50.52	52.7	47.5
18	53.41	52.79	52.96	53.68	54.04	52.33	53.80	50.52	51.02	50.68	50.06	49.96	49.29	50.70	53.8	48.0
19	55.35	54.22	54.10	54.82	55.19	54.21	55.14	50.75	51.79	51.09	50.57	50.56	49.94	50.29	54.3	48.2
20	55.67	55.18	54.91	55.61	56.04	55.60	55.08	50.82	51.76	51.20	50.71	50.52	51.03	49.93	54.8	48.3
21	56.16	55.93	55.41	56.18	56.50	56.22	55.60	51.17	51.27	50.92	50.86	50.48	49.99	51.31		
22	56.05	55.98	55.78	56.17	56.51	56.12	55.86	50.63	50.81	50.58	50.41	50.16	50.27	51.50		
23	56.32	55.89	55.90	56.32	56.62	56.00	56.09	50.58	50.48	50.45	49.99	49.75	49.51	49.48		
24	56.51	55.56	55.83	56.17	56.35	55.92	56.81	50.20	50.27	50.27	49.68	49.80	49.69	49.56	55.5	48.5
25	55.82	55.48	55.40	55.95	55.75	55.16	55.80	50.34	49.98	50.31	49.48	49.68	49.31	48.56		
26~30	55.58	55.40	54.80	55.83	55.61	55.38	56.07	49.81	49.09	50.36	49.52	49.51	48.87	48.84		
31~40	55.58	55.32	54.50	55.52	55.35	55.14	55.14	49.49	48.50	49.78	49.26	49.20	49.03	48.76	56.4	49.0
41~50	54.83	55.26	54.01	54.60	54.84	54.90	55.40	47.97	47.40	48.45	48.25	48.04	48.74	48.71	56.7	50.0
51~60	53.15	53.79	52.56	53.14	53.67	53.55	54.10	45.70	46.82	46.67	46.64	46.43	46.79	47.27	55.7	48.7
61~70	51.31	51.51	51.09	51.18	52.07	51.17	51.70	44.00	44.76	44.35	44.44	44.93	43.76	44.44	52.5	45.5
71~	49.15	48.47	48.95	48.70	50.03	48.78	49.29	41.32	42.13	41.48	41.66	41.63	41.86	40.99		

(註) 基準は第43表参照のこと。

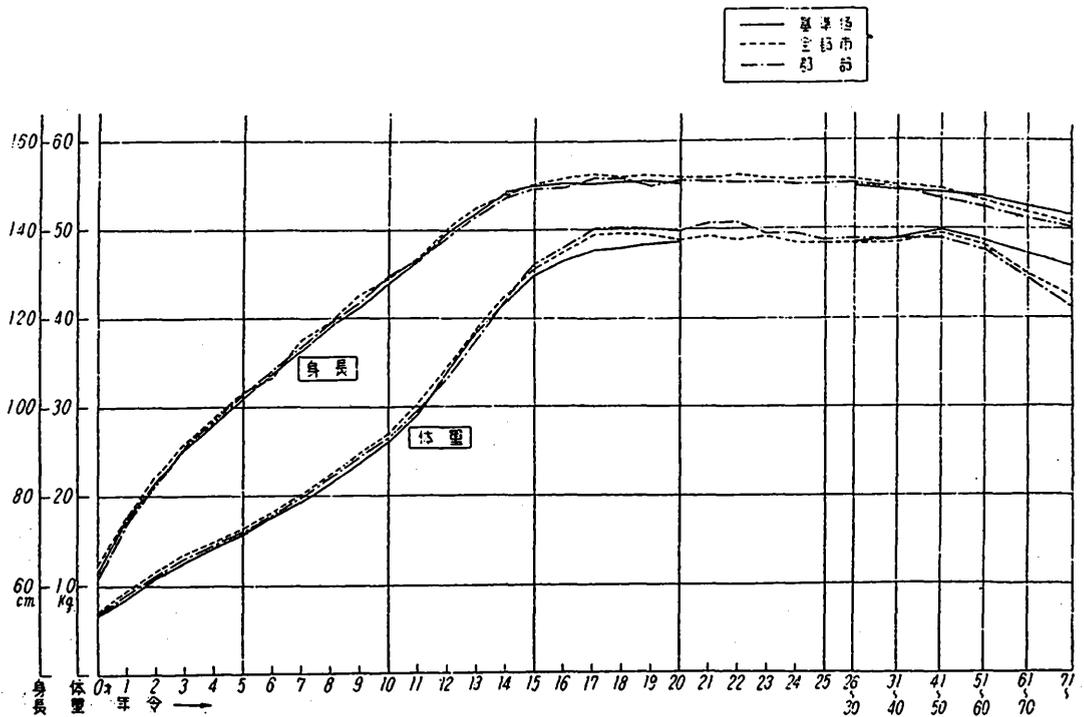
第 7 图

昭和28年度 都市、郡部別 身長、体重表 (男子)



第 8 图

昭和28年度 全都市、郡部別 身長、体重表 (女子)



昭和 28 年 度 国 民 栄 養 調 査
胸 囲 の 平 均 値

単位 = cm

年 令	全 国								全 都 市								郡 部							
	男				女				男				女				男				女			
	25年	26年	27年	28年	25年	26年	27年	28年	25年	26年	27年	28年	25年	26年	27年	28年	25年	26年	27年	28年	25年	26年	27年	28年
0	42.6	42.7	41.8	42.1	41.7	41.8	41.1	41.0	42.6	43.4	42.4	43.0	41.8	42.5	41.8	42.1	42.6	42.2	41.4	41.6	41.7	41.5	40.6	40.4
1	46.1	46.1	46.6	46.8	45.0	45.1	45.4	45.3	46.2	46.8	47.1	47.3	45.1	45.7	46.0	45.9	46.0	45.5	46.3	45.5	44.9	44.8	45.0	44.9
2	49.0	49.0	49.5	49.3	47.7	47.9	48.1	48.1	49.2	49.6	50.0	50.1	47.9	48.3	48.5	48.6	48.9	48.6	49.1	48.9	47.6	47.6	47.9	47.8
3	51.5	51.5	51.7	51.6	50.1	50.3	49.9	50.4	51.6	52.1	51.8	51.8	50.4	50.6	50.4	50.9	51.4	51.2	51.6	51.5	50.0	50.0	49.6	50.0
4	53.2	53.2	53.4	53.5	41.9	51.7	52.1	52.1	53.2	53.7	53.7	53.7	52.0	52.1	52.6	52.6	53.1	52.9	53.3	53.3	51.9	51.5	51.8	51.8
5	54.8	54.9	54.8	54.8	53.4	53.3	53.3	53.4	54.9	55.2	54.7	55.3	53.1	53.7	53.8	53.7	54.8	54.7	54.8	54.5	53.5	53.1	52.9	53.2
6	56.7	56.5	56.3	56.3	54.9	55.0	54.8	55.1	56.6	56.8	56.5	56.5	54.6	55.3	54.9	55.2	56.7	56.3	56.1	56.2	55.1	54.8	54.7	55.0
7	58.2	58.3	58.5	58.9	56.9	56.6	56.3	56.9	58.3	58.4	58.8	58.5	56.1	56.8	56.0	56.8	58.2	58.2	58.3	59.2	56.7	56.4	56.6	57.0
8	59.9	60.0	60.1	60.2	58.1	58.2	58.3	58.7	59.9	60.2	60.1	60.3	57.8	58.4	57.8	58.8	59.9	59.9	60.1	60.1	58.3	58.0	58.6	58.6
9	61.6	61.7	61.6	61.9	59.8	59.7	59.6	60.6	61.6	61.8	61.4	62.3	59.5	59.9	59.1	60.8	61.6	61.6	61.7	61.7	60.0	59.5	59.8	60.5
10	63.2	63.2	63.4	63.6	61.8	61.5	61.2	62.1	63.0	63.3	63.1	63.8	61.5	61.9	61.0	62.0	63.2	36.2	63.5	63.5	61.9	61.3	61.4	62.1
11	64.9	65.0	65.3	65.6	64.0	64.0	63.8	64.8	64.4	64.8	65.1	65.7	63.9	64.4	63.4	64.9	65.1	65.1	65.5	65.5	64.0	63.6	64.0	64.7
12	67.0	67.0	66.9	67.8	66.6	66.8	66.6	67.6	66.5	66.7	66.9	68.3	66.7	67.3	66.4	68.1	67.3	67.2	66.9	67.5	66.6	66.6	66.7	67.3
13	69.6	69.8	70.0	70.4	69.8	70.2	69.6	70.6	68.8	69.2	70.4	70.5	69.7	70.1	68.1	71.0	70.0	70.0	69.8	70.3	69.8	70.2	70.5	70.4
14	72.8	72.9	73.5	74.1	73.1	73.4	73.8	74.7	71.9	72.6	73.1	74.5	73.0	73.0	73.4	74.8	73.2	73.1	73.8	74.1	73.1	73.6	73.9	74.6
15	76.2	76.5	77.2	77.8	76.2	76.3	76.1	77.8	75.2	76.2	77.1	77.3	75.7	75.8	75.1	77.3	76.6	76.6	77.3	78.1	76.4	76.7	76.7	78.1
16	79.1	79.3	79.4	80.6	78.4	78.7	78.7	79.1	78.4	78.8	79.2	79.3	77.7	78.0	78.4	78.3	79.5	79.5	79.5	81.9	78.8	79.0	78.9	79.7
17	81.4	81.4	81.4	81.9	80.1	80.1	79.6	81.2	80.5	80.8	80.8	81.8	79.2	79.9	78.5	80.2	81.8	81.8	81.8	82.0	80.6	80.2	80.3	81.9
18	82.8	82.9	83.0	83.8	81.1	81.2	81.0	81.2	82.0	82.0	82.6	83.1	80.1	80.9	80.6	80.5	83.2	83.3	83.3	83.4	81.6	81.5	81.2	81.7
19	83.7	83.9	83.8	83.7	81.6	81.7	81.1	81.8	82.8	82.6	82.6	83.3	80.5	80.9	80.8	81.6	84.2	84.4	84.7	83.9	82.2	82.2	81.4	82.0
20	84.3	84.5	84.9	84.3	82.1	81.9	82.0	81.4	83.0	83.3	83.9	83.2	80.8	80.9	81.8	80.9	85.0	85.2	85.4	85.3	82.7	82.5	82.1	81.8
21	84.8	85.0	85.2	84.0	82.0	81.7	81.8	81.8	83.4	83.8	83.8	83.2	80.4	80.8	81.0	81.1	85.5	85.8	86.0	84.7	82.8	82.7	82.1	82.5
22	85.0	85.2	85.5	85.6	81.9	81.9	81.8	82.1	83.5	83.9	84.2	85.1	80.3	80.9	80.5	80.8	85.7	85.9	86.3	86.0	82.7	82.5	82.8	83.0
23	85.3	85.3	85.4	85.5	81.7	81.7	81.3	81.7	83.9	84.1	84.5	84.4	80.2	80.9	80.9	81.7	86.0	86.0	86.0	86.3	82.5	82.2	81.5	81.7
24	85.2	85.1	85.3	85.6	81.6	81.7	81.8	81.3	83.9	84.1	84.4	84.7	80.3	80.8	80.9	81.0	85.9	85.7	85.8	86.4	82.3	82.3	82.3	81.5
25	85.4	85.0	85.6	85.8	81.4	81.5	81.3	81.2	84.1	84.3	85.0	84.9	80.2	80.5	80.5	81.4	86.0	85.5	85.9	86.4	82.0	82.0	81.9	81.1
26~30	85.4	85.3	85.7	85.9	81.3	81.5	80.6	81.0	84.1	84.5	84.7	84.9	80.3	80.5	80.1	80.3	86.1	85.8	86.2	86.6	81.8	82.0	81.1	81.5
31~40	85.6	85.7	85.5	85.8	81.2	81.3	80.7	80.7	84.5	85.1	84.6	85.2	80.0	80.4	80.1	80.0	86.2	86.0	86.2	86.2	81.8	81.8	81.1	81.2
41~50	85.2	85.8	86.1	86.3	81.2	81.3	81.2	81.3	84.3	85.1	85.4	85.7	80.0	80.8	80.8	80.7	85.6	86.2	86.5	86.7	81.8	81.6	81.5	81.7
51~60	84.6	85.3	85.8	86.3	80.6	80.8	81.2	81.7	83.9	84.6	84.9	85.4	79.5	80.4	80.7	81.4	84.9	85.8	86.4	86.8	81.2	80.9	81.5	81.9
61~70	83.8	84.7	85.1	85.4	79.7	80.1	80.1	80.6	83.4	83.9	84.4	84.7	78.8	80.0	79.6	79.8	84.1	85.1	85.5	85.7	80.2	80.1	80.3	81.0
71~	82.8	83.5	83.3	84.1	78.6	79.2	79.0	79.0	82.5	82.4	82.4	83.5	77.9	79.1	79.0	78.9	83.0	84.1	83.7	84.3	78.9	79.2	79.0	79.1

第 36 表

昭 和 28 年 度 国 民 栄 養 調 査
坐 高 の 平 均 値

単位 = cm

年 令	全 国				全 都 市				郡 部			
	男		女		男		女		男		女	
	昭和27年	28 年	27 年	28 年	27 年	28 年	27 年	28 年	27 年	28 年	27 年	28 年
0	41.1	40.7	40.7	40.2	41.4	41.3	40.3	40.2	40.9	40.4	40.9	40.2
1	47.2	47.4	46.1	46.4	47.0	47.9	46.0	46.8	47.3	47.1	46.2	46.2
2	50.9	51.0	49.9	49.9	51.2	51.5	50.0	50.4	50.8	50.7	49.9	49.7
3	53.9	53.9	52.8	53.5	53.9	54.2	53.1	53.8	53.9	53.8	52.5	53.3
4	56.4	56.7	56.2	56.4	56.4	56.8	56.1	56.2	56.4	56.7	56.3	56.5
5	59.2	59.3	58.5	58.7	59.0	59.4	58.5	59.0	59.3	59.2	58.4	58.5
6	61.5	61.6	61.0	61.2	61.3	62.0	60.2	61.2	61.6	61.3	61.5	61.2
7	63.7	64.2	63.8	63.8	63.4	64.3	63.6	64.0	63.8	64.1	63.9	63.6
8	66.4	66.6	66.2	66.8	66.7	66.4	66.5	67.0	66.3	66.7	66.1	66.7
9	68.6	68.7	68.3	68.9	68.9	69.0	68.0	69.2	68.4	68.5	68.5	68.7
10	70.3	71.0	70.5	71.1	70.3	70.9	70.4	71.3	70.4	71.0	70.5	71.0
11	72.4	72.8	72.9	73.8	72.7	73.0	73.1	74.1	72.3	72.7	72.9	73.6
12	74.2	74.9	75.5	76.6	74.4	75.3	75.1	77.1	74.1	74.6	75.2	76.3
13	76.7	77.4	78.2	78.5	77.0	77.8	78.3	78.6	76.5	77.2	78.1	78.4
14	80.4	80.5	80.7	80.4	80.9	81.0	81.2	81.3	80.2	80.3	80.4	80.0
15	83.3	83.8	81.6	82.5	83.5	83.5	81.7	82.6	83.2	84.0	81.5	82.4
16	84.7	85.8	82.6	83.0	84.7	85.3	82.5	83.1	84.8	86.3	82.7	82.9
17	86.5	86.5	83.2	83.5	86.5	86.6	83.0	83.6	86.4	86.5	83.3	83.5
18	87.2	87.6	82.9	83.7	87.2	87.9	82.6	83.6	87.2	87.4	83.1	83.8
19	87.3	88.1	83.5	83.7	87.1	87.9	83.2	84.0	87.4	88.3	83.7	83.4
20	87.8	88.0	83.7	84.0	87.8	88.7	83.5	83.5	87.8	87.4	83.9	84.5
21	88.0	87.9	83.9	84.1	87.7	88.0	83.7	83.4	88.1	87.9	84.1	84.7
22	87.9	88.5	83.5	83.6	87.4	88.8	83.2	83.4	88.2	88.2	83.8	83.8
23	88.4	88.1	83.3	84.0	88.3	87.9	82.9	84.2	88.4	88.2	83.6	83.8
24	88.5	88.5	83.6	83.3	88.8	88.2	83.6	82.9	88.4	88.7	83.6	83.7
25	88.1	88.6	83.4	83.7	88.1	88.8	83.2	83.5	88.1	88.4	83.6	83.9
26~30	87.9	88.4	83.2	83.6	87.8	88.5	83.3	83.7	87.9	88.4	83.2	83.5
31~40	87.6	87.9	83.0	83.1	87.7	88.2	83.2	83.2	87.6	87.7	82.8	83.0
41~50	87.0	87.3	81.9	82.3	87.2	87.5	82.1	82.7	86.8	87.2	81.9	82.1
51~60	86.0	86.3	80.4	80.7	86.0	86.3	80.7	80.7	86.1	86.3	80.2	80.7
61~70	84.6	84.9	78.0	78.5	84.8	85.2	78.3	78.8	84.5	84.8	77.8	78.3
71~	82.9	82.7	76.0	75.5	83.1	83.2	76.9	76.1	82.8	82.5	75.7	75.2

第 3 部 参 考 资 料

第 37 表

日本人年令別・性別・労作別熱量及び蛋白質所要量

(1) 日本人年令別・性別熱量及び蛋白質所要量

年 令	男		女	
	熱 量 (カロリー)	蛋 白 質 (g)	熱 量 (カロリー)	蛋 白 質 (g)
新 生 児	245	10	240	10
0	720	25	680	25
1	1,060	35	980	35
2	1,280	45	1,180	40
3	1,420	50	1,320	45
4	1,500	50	1,400	50
5	1,650	55	1,460	50
6	1,690	60	1,590	55
7	1,770	60	1,640	60
8	1,830	65	1,700	60
9	1,900	65	1,750	60
10	1,950	70	1,830	65
11	2,030	70	1,930	70
12	2,130	75	2,040	70
13	2,250	80	2,110	75
14	2,490	90	2,230	80
15	2,580	90	2,230	80
16	2,630	90	2,220	80
17	2,640	95	2,210	80
18	2,650	95	2,190	80
19	2,650	95	2,190	80
20	2,650	95	2,180	75
21~30	2,580	85	2,140	70
31~40	2,560	85	2,070	70
41~50	2,500	80	2,040	65
51~60	2,390	80	1,990	65
61~70	2,200	70	1,700	55
71以上	1,940	65	1,630	55

- 〔註〕 1) 0才とは生後満1年まで、1才とは1年1日から満2才までを指す。以下同じ。かつ栄養所要量の数値はその年間の中央値を示す。
 2) 新生児は0才中に含まれるのであるが、生後2週間以内の状態を示すために特に掲げたものである。
 3) 0才の蛋白質所要量は人工栄養で30g。

(2) 日本人成年労作別熱量及び蛋白質所要量

勞 作 別	男		女	
	熱 量 (カロリー)	蛋 白 質 (g)	熱 量 (カロリー)	蛋 白 質 (g)
輕 勞 作	2,200	70	1,800	60
中 勞 作	2,500	80	2,100	70
強 勞 作	3,000	95	2,400	75
重 勞 作	3,500	110	2,800	85
激 勞 作	4,000	120	—	—

- 〔註〕 21~60才を成年とする。17才から20才までの発育期及び61才以上の老年期のものにて、特殊の労働に携わる場合は、中労作とその労作度との差額をそれぞれの年令別所要量に附加するものとする。

(3) 妊婦及び授乳婦熱量及び蛋白質所要量

種 別	妊 婦		授 乳 婦
	前 半 期 (5カ月まで)	後 半 期 (6カ月以後)	全 期 (満1年まで)
熱 量 (カロリー)	2,400	2,700	3,000
蛋 白 質 (g)	85	95	100

- 〔註〕 妊娠及び授乳は成年期として年令別考慮を要せず、又この両期間中は特殊な労働に従事せぬのを原則として労作別考慮を要しない。

第 38 表

日本人年令別・性別・労作別無機質及びビタミン所要量

種 類	単 位	熱 量	蛋 白 質	カ ル シ ウ ム	鉄	ビ タ ミ ン A	ビ タ ミ ン B ₁ (サイアミン)	ビ タ ミ ン B ₂ (リボフラビン)	ナ イ ア シ ン (ニコチン酸)	ビ タ ミ ン C (アスコルビン酸)	ビ タ ミ ン D	食 塩
		Cal	g	g	mg	I. U.	mg	mg	mg	mg	I. U.	g
男 (56kg)												
軽 労 作		2,200	70	0.8	10	4,000	1.1	1.1	11	65	400	15
中 労 作		2,500	80	0.8	10	4,000	1.3	1.3	13	65	400	15
強 労 作		3,000	95	0.8	10	4,000	1.5	1.5	15	65	400	20
重 労 作		3,500	110	0.8	10	4,000	1.8	1.8	18	65	400	20
激 労 作		4,000	120	0.8	10	4,000	2.0	2.0	20	65	400	25
女 (49kg)												
軽 労 作		1,800	60	0.8	10	4,000	0.9	0.9	9	60	400	15
中 労 作		2,100	70	0.8	10	4,000	1.1	1.1	11	60	400	15
強 労 作		2,400	75	0.8	10	4,000	1.2	1.2	12	60	400	20
重 労 作		2,800	85	0.8	10	4,000	1.4	1.4	14	60	400	20
妊 婦												
前 期		2,400	85	1.0	12	5,000	1.5	1.5	15	80	400	15
後 期		2,700	95	1.5	15	5,000	1.8	1.8	18	100	400	15
授 乳 婦		3,000	100	2.0	15	7,000	2.0	2.0	20	150	400	20
小 児 (13才未満)												
1 才 未 満		700	25	1.0	6	1,500	0.4	0.4	4	25	400	1
1 ~ 3 才		1,200	45	1.0	7	2,000	0.6	0.6	6	30	400	3
4 ~ 6 才		1,550	55	1.0	8	2,500	0.8	0.8	8	40	400	6
7 ~ 9 才		1,800	65	1.0	9	3,000	0.9	0.9	9	55	400	8
10 ~ 12 才		2,000	70	1.2	10	4,000	1.0	1.0	10	70	400	10
青少年 (13才以上)												
男												
13 ~ 15 才		2,450	90	1.4	13	4,000	1.3	1.3	13	80	400	12
16 ~ 20 才		2,650	95	1.4	13	5,000	1.3	1.3	13	90	400	15
女												
13 ~ 15 才		2,200	80	1.3	13	4,000	1.1	1.1	11	75	400	12
16 ~ 20 才		2,200	80	1.0	13	4,000	1.1	1.1	11	75	400	15

〔註〕 同一国際単位 I. U. で表示されたビタミンAの効力は、カロチンによる場合は、ビタミンAによる場合の1/2である。

備考：第4表は昭和29年8月19日、栄養審議会において承認された。

第 39 表

日本人一人一日当り栄養基準量

		1 人 1 日 当 り 基 準 量	
熱 量		2,180	カ ロ リ ー
蛋 白 質		73	g
カ ル シ ウ ム (Ca)		1.0	g
鉄 (Fe)		10	mg
ビ タ ミ ン A		3,700	I. U.
ビ タ ミ ン B ₁		1.2	mg
ビ タ ミ ン B ₂		1.2	mg
ナ イ ア シ ン (ニコチン酸)		12	mg
ビ タ ミ ン C		60	mg
ビ タ ミ ン D		400	I. U.
食 塩 (NaCl)		13	g

〔註〕 1. 動物性蛋白質は、全蛋白質の30%以上。 2. 脂肪は当面の目標として1人1日30g。
3. I. U. は国際単位の略号。 (昭和28. 11. 24. 総理府資源調査会決定)

第 40 表

日本人食糧構成試案 (1人1日当り)

食 品 群 別			さしあたり	10 年 後	備 考 28年度摂取量
穀	類	米	335g	248g	349.8g
		小麦	36	15	51.7
		雑穀	45	45	72.4
		大豆	14	12	4.4
堅	果	果類	—	—	0.5
		いも類	160	85	32.6
い	も	甘馬	85	85	27.9
		その他	—	—	13.7
砂	油	糖類	10	39	14.8
		脂類	7	10	4.2
豆	類	大豆	25	36	2.2
		豆類	—	—	29.9
		豆類	—	—	29.9
		豆類	9	9	7.6
動 物 性 食 品	類	魚介	84	140	80.0
		鳥肉	9	21	10.3
		肉類	19	16	10.3
		乳類	8	95	9.8
野 菜 及 び 果 物	類	野菜	105	140	61.0
		果物	40	80	13.0
		果物	112	75	24.8
		野菜	—	—	102.1
海	藻	類	11	7	4.4
加 工 野 菜	乾漬	—	—	1.3	
調 味 嗜 好 品	類	醬油	—	—	49.1
		その他	—	—	30.9
			—	—	11.3

〔註〕 1. 昭和 22 年 3 月 11 日、食糧及び栄養対策審議会決定のもの。

2. 昭和 28 年摂取量は、国民栄養調査成績 28 年度のもの。

第 41 表

外国人の摂取食糧構成 (1人1年間平均)

単位=kg

品 名 国 名	年 度	(2)	(3)	(4)	豆 類 kg	獸 鳥 肉 類 kg	(5)	油脂類 kg	一人一日当り(6)	
		穀 類 kg	いも類 kg	砂糖類 kg			乳 及 乳 製 品 kg		總熱量 Cal	總熱量に 対する動物性 食品熱量比率 %
日本	(1) 1952	179	31	5	25	4	4	1	2,109	13
インド	1948~49	110	6	12	17	2	46	3	1,620	7
オーストラリア	〃	153	5	12	11	4	73	2	2,030	10
デンマーク	1949~50	96	53	53	2	112	196	14	3,210	41
フランス	〃	107	138	31	1	65	210	19	3,180	39
イタリ	〃	117	129	23	3	57	148	11	2,680	28
ニュージーランド	〃	153	33	11	6	17	81	10	2,370	15
イギリス	〃	92	37	50	2	106	240	16	3,280	45
カナダ	〃	103	115	35	3	52	210	21	3,090	36
アメリカ	〃	75	93	45	4	71	238	20	3,140	44
エジプト	〃	77	50	40	4	76	245	20	3,170	45
	〃	164	10	14	12	10	29	6	2,300	10

〔註〕 (1) 日本の数値は昭和27年度国民栄養調査成績による。外国のものはF. A. O食糧生産統計による。

(2) 穀類は粉及び精米、日本のものは米、小麦、小麥、雑穀。

(3) いも類は甘藷、カッサバ等を含む(いも粉、マニオック粉、その他いも及びカッサバという言葉で呼ばれる根菜粉を含む)(日本のものは甘藷、馬鈴薯、その他いも類)

(4) 精糖を云い、シロップ蜂蜜を除く、日本のものは砂糖及び砂糖製品を含む。

(5) 乳及び乳製品は生乳及び乳製品でバターを除く。日本のものも同じ。

(6) 總熱量に対する動物性食品熱量比率は肉、卵、魚、乳、チーズ、バター、油脂の熱量比率、日本のものはバター、油脂を除く。

第 42 表

栄養素の欠乏に基づく体身候症

体 候 症	熱 蛋 白		ビ タ ミ ン A	ビ タ ミ ン B ₁	ビ タ ミ ン B ₂	ビ タ ミ ン B 複 合 体	ビ タ ミ ン C	カ ル シ ウ ム	鉄 燐
	+	+							
体 重 減 少	+	+				+		+	+
貧 血						+	+		+
毛 孔 性 角 化 症			+		+				
角 膜 乾 燥 症			+						
角 膜 軟 化 症									
口 角 炎					+				
舌 炎 及 び 口 内 炎	+			+	+	+			
腱 反 射 消 失				+					
浮 腫	+		+						
慢 性 下 痢	+							+	
徐 脈	+		+						
月 經 遲 延	+		+						
無 月 經	+								
母 乳 分 泌 不 良	+							+	

第 43 表

国民平均体位基準表

(食糧及び栄養対策審議会)

年 令	男		女	
	身 長 (cm)	体 重 (kg)	身 長 (cm)	体 重 (kg)
新生児	50.2	3.05	49.3	2.97
0~1	64.7	6.7	63.7	6.4
1~2	75.9	9.2	74.7	8.3
2~3	84.5	11.5	83.3	11.0
3~4	91.3	13.3	90.2	12.8
4~5	97.5	15.0	96.3	14.3
5~6	103.1	16.2	102.2	15.8
6~7	108.8	18.2	107.9	17.6
7~8	114.2	20.0	112.9	19.4
8~9	119.1	22.1	118.0	21.4
9~10	123.6	24.3	122.7	23.6
10~11	128.2	26.5	128.1	25.1
11~12	132.8	29.0	132.8	29.4
12~13	137.7	32.2	139.7	33.7
13~14	143.9	36.5	143.8	38.3
14~15	152.4	43.3	148.4	42.0
15~16	157.0	47.5	150.0	44.5
16~17	159.5	50.5	150.4	46.5
17~18	161.0	52.7	150.5	47.5
18~19	161.7	53.8	151.0	48.0
19~20	161.8	54.3	151.0	48.2
20~21	162.0	54.8	150.8	48.3
21~30	161.8	55.5	150.1	48.5
31~40	160.8	56.4	149.0	49.0
41~50	160.0	56.7	148.2	50.0
51~60	159.0	55.7	147.0	48.7
61~	156.5	52.5	144.0	45.5

〔註〕 本表は日本人の体位を判定する上の暫定的統一基準を得るために設定されたものであり、厚生省衛生統計委員会の体力及び栄養に関する第八専門部会に於いて承認採択されたものである。資料は満5才以下を斎藤梁氏の昭和15年~17年間に亘る全国都鄙調査24,709人の平均を用い、満6才より13才間は文部省の昭和12年度全国学童統計の平均値を用い、満14才より60までは一色嗣蔵氏の昭和2年~10年に亘る帝國生命保険会社の保険申込者男子103,870人、女子28,981人の平均値を保険年令より満年令に換算したるものを用い、61才以上は厚生省全国栄養調査の昭和23年11月分調査の集計値に一定の補正を加えたるものを用いて作つたものである。但し女子21才~30才の体重は他の資料に照し若干修正した。

第 44 表

全都市・全世帯年平均1カ月間の費目別支出

(総理府統計局家計調査年報より)

種別	年次	總計	飲食費			被服費	光熱費	住居費	雑費
			計	主食	非主食				
実数	昭和22年平均	4,684	3,095	—	—	492	214	200	683
	23 "	8,780	5,302	2,203	3,099	993	392	368	1,725
	24 "	11,885	7,138	2,929	4,209	1,288	498	548	2,413
	25 "	11,980	6,880	2,692	4,188	1,473	596	547	2,484
	26 "	14,389	7,822	2,909	4,913	1,954	754	651	3,208
	27 "	17,838	9,134	3,420	5,714	2,579	982	866	4,277
	28 "	21,304	10,764	3,966	6,798	2,881	1,180	1,128	5,351
指数	22 "	32.6	39.6	—	—	25.2	28.4	30.7	21.8
	23 "	61.0	67.8	75.7	63.1	50.8	52.0	56.5	53.8
	24 "	82.6	91.3	100.7	85.7	65.9	66.0	84.2	75.2
	25 "	83.3	88.0	92.5	85.2	75.4	79.0	84.0	77.4
	26 "	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	27 "	124.0	116.8	117.6	116.3	132.0	130.2	133.0	133.3
	28 "	148.1	137.6	136.3	138.4	147.4	156.5	173.3	166.8
比率	22 "	100.0	66.1	—	—	10.5	4.5	4.3	14.6
	23 "	100.0	60.4	25.1	35.3	11.3	4.5	4.2	19.6
	24 "	100.0	60.0	24.6	35.4	10.8	4.2	4.7	20.3
	25 "	100.0	57.4	22.5	34.9	12.3	5.0	4.6	20.7
	26 "	100.0	54.4	20.2	34.2	13.6	5.2	4.5	22.3
	27 "	100.0	51.2	19.2	32.0	14.5	5.5	4.8	24.0
	28 "	100.0	50.5	18.6	31.9	13.5	5.6	5.3	25.1
対前年比率	23 "	187.4	171.3	—	—	201.8	183.2	184.0	252.6
	24 "	135.4	134.6	133.0	135.8	129.7	127.0	148.9	139.9
	25 "	100.8	96.4	91.9	99.5	114.4	110.7	99.8	102.9
	26 "	120.1	113.6	108.1	117.3	132.6	126.5	119.0	129.1
	27 "	124.0	116.8	117.6	116.3	132.0	130.2	133.0	133.3
	28 "	119.4	117.8	116.0	119.0	111.7	120.0	130.3	125.1

第 45 表

一般消費世帯並びに不完全保有世帯に対する配給基準量

(食糧庁資料)

満年齢別	配給基準量	備考
0～1才	210 グラム	(イ) 本基準は精米換算重量である。
2～4才	270 "	(ロ) 本基準量は、米麦の総合配給基準量である。
5～8才	320 "	
9～13才	400 "	
14～24才	405 "	
25～59才	385 "	
60才以上	330 "	

(昭和24年10月25日閣議決定)

昭和24年11月9日附24食糧第8425号通達)

第 46 表

穀類 国別 輸入 状況

単位=1,000トン (大蔵省資料)

年次	種類	米				大 麦					小 麦			
		合計	タイ	ビルマ	その他	合計	カナダ	アメリカ合衆国	オーストラリア	その他	合計	カナダ	アメリカ合衆国	その他
昭和5年		180	163	—	17	5	—	—	—	5	484	—	—	484
6		126	109	—	17	3	—	—	—	3	722	—	—	722
7		153	134	—	19	0	—	—	—	0	747	—	—	747
8		143	137	—	6	3	—	—	—	3	511	—	—	511
9		7	—	—	7	10	—	—	—	10	489	—	—	489
10		39	35	—	4	3	—	—	3	—	445	53	3	389
11		55	53	—	2	10	—	—	3	7	310	97	—	209
12		33	31	—	2	12	—	—	7	5	187	40	1	146
13		23	23	—	—	2	—	—	—	1	66	—	—	66
14		44	29	—	15	0	—	—	—	0	32	0	—	32
15		1249	284	421	544	3	—	—	—	3	193	—	—	193
16		1441	435	437	569	4	—	—	—	4	83	—	26	57
17		1382	508	40	834	0	—	—	—	0	0	—	—	0
18		752	176	18	558	0	—	—	—	0	—	—	—	—
19		74	35	—	39	—	—	—	—	—	—	—	—	—
20		0	0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
21		16	—	—	16	—	—	—	—	—	340	—	340	—
22		3	—	—	3	169	—	169	—	—	694	—	694	—
23		42	—	—	42	191	—	191	—	—	695	—	688	7
24		136	84	45	7	433	—	372	—	61	1955	—	1909	46
25		663	329	145	189	260	12	99	26	123	1535	138	868	529
26		799	316	162	321	881	124	620	94	43	1654	388	1204	62
27		979	317	126	536	946	475	314	70	87	1662	443	1190	29
28		1079	424	200	455	706	274	211	211	10	1687	686	928	73

第 47 表

重 量 換 算 表

匁より瓦へ換算

瓦より匁へ換算

匁	瓦	匁	瓦	匁	瓦	匁	瓦	瓦	匁	瓦	匁	瓦	匁		
1	3.75	26	97.50	51	191.25	76	285.00	1	0.3	26	6.9	51	13.6	76	20.3
2	7.50	27	101.25	52	195.00	77	288.75	2	0.5	27	7.2	52	13.9	77	20.5
3	11.25	28	105.00	53	198.75	78	292.50	3	0.8	28	7.5	53	14.1	78	20.6
4	15.00	29	108.75	54	202.50	79	296.25	4	1.1	29	7.7	54	14.4	79	21.1
5	18.75	30	112.50	55	206.25	80	300.00	5	1.3	30	8.0	55	14.7	80	21.3
6	22.50	31	116.75	56	210.00	81	303.75	6	1.6	31	8.3	56	14.9	81	21.6
7	26.25	32	120.00	57	213.75	82	307.50	7	1.9	32	8.5	57	15.2	82	21.9
8	30.00	33	123.75	58	217.50	83	311.25	8	2.1	33	8.8	58	15.5	83	22.1
9	33.75	34	127.50	59	221.25	84	315.00	9	2.4	34	9.1	59	15.7	84	23.4
10	37.50	35	131.25	60	225.00	85	318.75	10	2.7	35	9.3	60	16.0	85	22.7
11	41.25	36	135.00	61	228.75	86	322.50	11	2.9	36	9.6	61	16.3	86	22.9
12	45.00	37	138.75	62	232.50	87	326.25	12	3.2	37	9.9	62	16.5	87	23.2
13	48.75	38	142.50	63	236.25	88	330.00	13	3.5	38	10.1	63	16.8	88	23.5
14	52.50	39	146.25	64	240.00	89	333.75	14	3.7	39	10.4	64	17.1	89	23.7
15	56.25	40	150.00	65	243.75	90	337.50	15	4.0	40	10.7	65	17.3	90	24.0
16	60.00	41	153.75	66	247.50	91	341.25	16	4.3	41	10.9	66	17.6	91	24.3
17	63.75	42	157.50	67	251.25	92	345.00	17	4.5	42	11.2	67	17.9	92	24.5
18	67.50	43	161.25	68	255.00	93	348.75	18	4.8	43	11.5	68	18.1	93	24.8
19	71.25	44	165.00	69	258.75	94	352.50	19	5.1	44	11.7	69	18.4	94	25.1
20	75.00	45	168.75	70	262.50	95	356.25	20	5.3	45	12.0	70	18.7	95	25.3
21	78.75	46	172.50	71	266.25	96	360.00	21	5.6	46	12.3	71	18.9	96	25.6
22	82.50	47	176.25	72	270.00	97	363.75	22	5.9	47	12.5	72	19.2	97	25.9
23	86.25	48	180.50	73	273.75	98	337.50	23	6.1	48	12.8	73	19.5	98	26.1
24	90.00	49	183.75	74	277.50	99	371.25	24	6.4	49	13.1	74	19.8	99	26.4
25	93.75	50	187.50	75	281.25	100	375.00	25	6.7	50	13.3	75	20.0	100	26.7