

## 結 果 の 概 要

### 概 説

#### ——順調にのびる栄養摂取量——

昭和38年度の国民1人1日当り栄養摂取量は、前年度に比べ熱量、動物性蛋白質、脂肪、カルシウム、ビタミンA、ビタミンB<sub>2</sub>、ビタミンCなどビタミンB<sub>1</sub>を除いて必要な栄養成分が増加しており、特に脂肪が29.2グラムで(+ )3.2%、ビタミンAは1,452国際単位で(+ )9.4%と順調な伸びを示している。

また、従来摂取量の過多をいましめてきた含水炭素の摂取量が漸減の傾向を示しているなど全般的には順調な結果である。しかし、ビタミンB<sub>1</sub>の摂取量が1.03ミリグラムで昨年よりも(- )6.4%の減少を示していることは、今後の問題の1つであって、わが国における白米食偏重の傾向が依然として強いことを示している。

また、昭和38年度の栄養摂取量は相当な改善をみたが、昭和45年の栄養基準量と比較すると、すべての栄養素についてかなり不足の状態にあり、国民平均の食生活はなお改善の余地を多く残していることを示している。

次に、世帯業態別に生産者世帯（農村部）と消費者世帯（都市部）を比較すると、熱量および含水炭素摂取量は生産者世帯が多く、動物性蛋白質および脂肪の摂取量は消費者世帯が多い。両者の動物性蛋白質の差は前年より少なく、生産者世帯の向上がみられる。

#### ——改善されてきた食事の内容——

昭和38年度における食品群別摂取量は、前年に比べ穀類は(- )1.8%、いも類(- )1.9%と減少を示し、反面油脂類は(+ )6.6%、動物性食品(+ )3.9%と前年にひきつづき摂取量は増加し、さらにこの数年伸び悩みの状態にあった緑黄色野菜、その他の野菜、果実類も(+ )5.4%、(+ )3.5%、(+ )25.5%とそれぞれ摂取量の増加を示している。昭和38年度の食品群別摂取量を昭和45年の目標値である食糧構成基準と比較すると食品の選択は一段と45年の目標に近づきつつあり、食糧消費の内容は質的にかなり改善されてきている。すなわち、穀類カロリー／総カロリー比および動物性蛋白質／総蛋白質比をみると、穀類カロリー比は年々下降し、動物性蛋白質比が上昇していて、望ましい質的改善がなされていることを示している。

今後さらに米中心の澱粉性食品にその熱量の大部分を依存する食生活を積極的に改善するためには、油脂類および良質蛋白質源としての動物性食品並びにビタミン源としての野菜、果実類の大幅な増加が必要である。

世帯業態別には、生産者世帯は消費者世帯に比べて穀類、いも類の摂取量が多く、穀類カロリー比は高く、また動物性食品特に肉類、卵類、乳および乳製品の摂取量が少ないため、動物性蛋白質比が低くなっているが、昭和36年、37年と比較すると、その比はそれぞれ下降および上昇を示し、生産者世帯においても食生活の内容は向上しつつあることを示している。

なお、昭和38年度における口角炎、けん反射消失などの栄養欠かんに関係するとみられる身体症候の有症者率は前年度とほぼ同様である。

昭和38年度の国民1人1日当りの食材料費は157.47円（うち動物性食品の入手に要した費用49.36円）で前年に比して(+)10.2%の増となっており、特に魚介類及び肉、卵、乳等の動物性食品、油脂類、野菜類並びに果実類など栄養的に重要な食品は摂取量の増加とともに食材料費の上昇がみられている。また穀類及びいも類については、前年同様、摂取量の減少にもかかわらず、食材料費の支出は、それぞれ前年に比してやや増加している。

世帯業態別にみると、消費者世帯の食材料費支出は、生産者世帯をはるかに上回っており、特に動物性食品については59.13円で生産者世帯32.47円の約2倍の材料費を支出している結果になっている。

#### —青少年の体位—

昭和38年度における青少年の体位は全般的には平年並みの変化をみせているが、身長（男子）について昭和34年、昭和36年及び昭和45年推計値（栄養審議会発表）と比較するとかなり順調に伸びていることがわかる。

なお、昭和36年以来減少を続けている18才～19才の女子の体重が今年度においても引続き減少していることが注目される。

#### —世帯別にみた成人1人1日当り熱量および蛋白質摂取量—

次に述べる成績は、世帯単位の栄養状態を明らかにするため、昭和38年11月の国民栄養調査の対象の中から約1,000世帯を無作為に抽出して世帯別集計を行なった結果である。

世帯の栄養摂取量は、家族の性、年齢あるいは、労働条件によって差があるが、これを成人1人1日当りに換算して比較してみると熱量、蛋白質ともに世帯間に大きな差があり、全世帯の成人1人1日当り熱量の分布状態をみると、熱量摂取量がその所要量（2,500カロリー）に達しない世帯数は、総数で62.7%、生産者世帯で66.3%、消費者世帯で61.5%で過半数を占め、特に生産者世帯で1,700カロリー未満のものが9.2%を占めている。

蛋白質について成人1人1日当り摂取量の分布をみると、最低は50グラムに達しない世帯から最高は150グラム以上摂取している世帯もあり、各世帯間に大きな差が認められる。さらに摂取量70グラム（成人1人1日当り所要量は70グラム）に満たない世帯は35%に及んでいる。

#### —地区層別・食品群別摂取量—

昭和38年度の調査では、地区の特性による層別に食品群別摂取量を集計したところ、次のような結果が得られた。

すなわち、各地区とも総摂取量はほぼ同量であるが、勤め人労務者地区は、穀類の摂取量が405.6グラム、油脂類9.8グラム、動物性食品199.9グラム、その他の野菜類122.7グラム、その他の果実類72.4グラムで全般的にこの地区は、食品の種類及び質的内容が最もすぐれていることを示している。これを動物性食品量／総摂取量の比率でみると、勤め人労務者地区及び商業地区の比率が最も高く以下工業地区、漁業地区、農業地区の順に低くなっている。

## A 全国成績

### 1) 全国1人1日当り栄養摂取量

昭和38年度の国民1人1日当り栄養摂取量は前年に引き続き順調な向上を示しているがこれを昭和45年の目標値である栄養基準量と比較すると第1図のとおりで各栄養素はまだかなり不足の状態にある。

#### (イ) 熱量

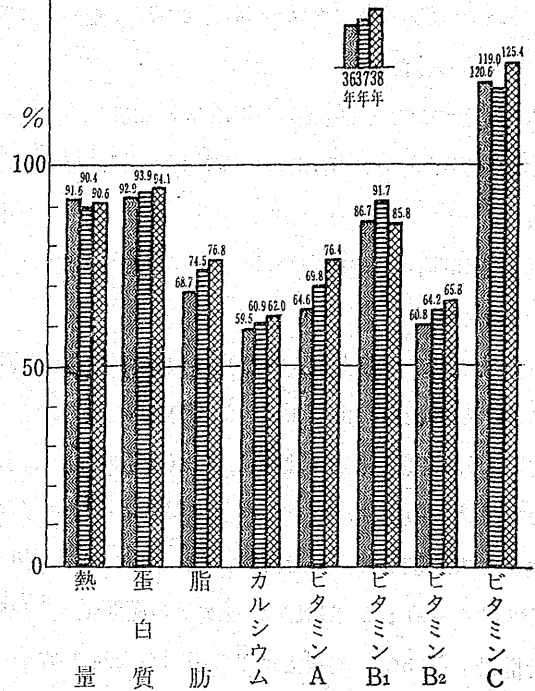
熱量の摂取量は、2,083カロリーで前年に比べて(+)0.1%と僅かな増加にとどまっている。

最近5年間の推移をみると、34年に比べて(一)1.6%減少しておりこの数年は殆んど増加はみられず伸び悩みの傾向を示している。

この傾向は従来から、食糧摂取の面で、穀類偏重の是正と油脂、動物性食品の増量の必要性を強調してきたことがこの数年間に実行されつつある反面、増量すべき油脂類、動物性食品の摂取が穀類、いも類の減少による熱量を補うまでにいたっていないためと考えられる。

第 1 図

昭和45年目標値に対する36~38年の栄養状態  
(昭和45年=100)



第4表

昭和38年度栄養摂取量対前年増減(%)

	全 国			
	37 年 度	38 年 度	対前年増減%	
熱量 Cal 総量	2,080.2	2,082.7	(+) 0.1	
蛋白質 g {	総量	70.4	70.6	(+) 0.3
	動物性	27.3	27.7	(+) 1.5
脂 肪 g {	植物性	43.2	42.9	(-) 0.7
	動物性	28.3	29.2	(+) 3.2
含水炭素 g	386.0	381.5	(-) 1.2	
カルシウム mg	40.2	409	(+) 1.7	
リン mg	1,315	1,323	(+) 0.6	
鉄 mg	13	13	0	
ビタミン {	A I.U.	1,327	1,452	(+) 9.4
	B1 mg	1.10	1.03	(-) 6.4
	B2 mg	0.77	0.79	(+) 2.6
	C mg	75	79	(+) 5.3

第5表

栄養摂取量の年次推移 (34年=100)

	34年	35年	36年	37年	38年
熱量 Cal	100.0	99.0	99.5	98.3	98.4
蛋白質 g	100.0	100.6	100.6	101.6	101.9
動物性蛋白質 g	100.0	105.1	107.2	116.2	117.9
脂肪 g	100.0	103.8	109.7	118.9	122.7
カルシウム mg	100.0	101.0	102.1	104.4	106.2
ビタミンA mg	100.0	96.3	100.2	108.3	118.5
ビタミンB <sub>1</sub> mg	100.0	0	99.0	104.8	98.1
ビタミンB <sub>2</sub> mg	100.0	97.3	98.6	104.1	106.8
ビタミンC mg	100.0	96.2	97.4	96.2	101.3

## (ロ) 蛋白質

蛋白質の摂取量は、70.6グラムで前年に比べて(+ )0.3%と僅かに増加している。

最近5年間の推移をみると目立った変化はみられず本年の摂取量を34年に比べても (+ )1.9%の増加にとどまっている。

このように蛋白質が総量として大きな増加がみられないのは、熱量と同様に蛋白質の40%以上を占める主要給源の穀類およびいも類、豆類が減少していることによるものであろう。

しかし、動物性蛋白質は、27.7グラムで前年に比べて(+ )1.5%増加しており、最近5年間の推移をみても動物性食品の摂取増に比例して年々順調な増加を示し、34年摂取量に比べても本年は(+ )17.9%と大幅に増加している。

## (ハ) 脂肪

脂肪の摂取量は、29.2グラムで前年に比べて(+ )3.2%増加している。

最近5年間の推移をみると他の栄養素に比較して最も大きい伸びを示しており、34年に比べて35年は(+ )3.8%、36年(+ )9.7%、37年(+ )18.9%、38年は(+ )22.7%となっている。

これは、食糧摂取の面で動物性食品、油脂類の摂取量の増加によるものである。

## (ニ) カルシウム

カルシウムの摂取量は、409ミリグラムで前年に比べ(+ )1.7%増加している。

最近5年間の推移をみると昭和34年以来、毎年わずかながら増加を示しており、本年の摂取量は34年に比べて(+ )6.2%の増加となっている。

このようにカルシウムが伸びているのは、動物性食品、特に乳、乳製品がこの数年大きく伸びていることによるものである。

## (ホ) ビタミン

昭和38年度調査におけるビタミン類の摂取量は前年に比べてビタミンB<sub>1</sub>以外のものは、いずれも増加を示した。

なお、この調査では、調理による損耗を考慮していないが、ビタミン類は他の栄養素と異なり調理の過程における損耗がかなり著しいので、この点基準量などと比較する場合には注意が必要である。

ビタミンAの摂取量は、1,452国際単位で前年に比べて(+)9.4%と全栄養素中最も大きい増加を示した。

最近5年間の推移をみると、昭和34年の摂取量1,225国際単位と比べて35年は(-)3.7%、36年は(+)0.2%と大きな変化はみられなかったが、37年は(+)8.3%、38年は(+)18.5%とこの1~2年かなり大きい増加を示している。

これは、ビタミンAの主要給源で年々減少しつつあった緑黄色野菜がこの1~2年はかなり増量され、また動物性食品、特に卵類、乳類、肉類および油脂類が目立って増加していることによるものである。

#### ——ビタミンB<sub>1</sub>——

ビタミンB<sub>1</sub>の摂取量は、1.03ミリグラムで前年に比べて(-)6.4%減少を示した。

最近5年間の推移をみると34年の摂取量1.05ミリグラムに比べて35年の摂取量は変わらず、36年は(-)1.0%、37年は(+)4.8%、38年は(-)1.9%とこの数年は伸び悩みの状態にあり、特に本年は著しく減少している。

このようにビタミンB<sub>1</sub>が減少の傾向を示している原因としては、次のことが考えられる。

すなわち、ビタミンB<sub>1</sub>の主な摂取源は穀類であるが、この数年は穀類のうちビタミンB<sub>1</sub>の多い大麦および雑穀の摂取減並びに穀類摂取の主体をなす米の精白度が高まっていること等によってビタミンB<sub>1</sub>の摂取量は伸び悩んでいるものであろう。

#### ——ビタミンB<sub>2</sub>——

ビタミンB<sub>2</sub>の摂取量は、0.79ミリグラムで前年に比べて(+)2.6%の増加が認められる。

最近5年間のビタミンB<sub>2</sub>の摂取推移をみると昭和34年に比べて35年は(-)2.7%、36年(-)1.4%、37年(+)4.1%、38年(+)6.8%と若干ながらも増加の傾向を示している。

このようにビタミンB<sub>2</sub>がB<sub>1</sub>と異なりこの1~2年増加しているのは、ビタミンB<sub>1</sub>はその50%近くまでを穀類から摂取しているのに対して、B<sub>2</sub>は動物性食品、そのうち卵類、乳類が40%を占めるのでこの数年の動物性食品の摂取増にもなって増加しているものである。

#### ——ビタミンC——

ビタミンCの摂取量は、79ミリグラムで前年に比べて(+)5.3%増加している。

最近5年間の摂取推移をみると特に大きな増減はみられず横ばい状態にある。これは、34年以来果実類その他食品の摂取量が増大してこれら食品からのビタミンCの摂取量は増加しているものの反面、いも類野菜類からの摂取量が減少しているものである。

### 2) 全国1人1日当り食品群別摂取量

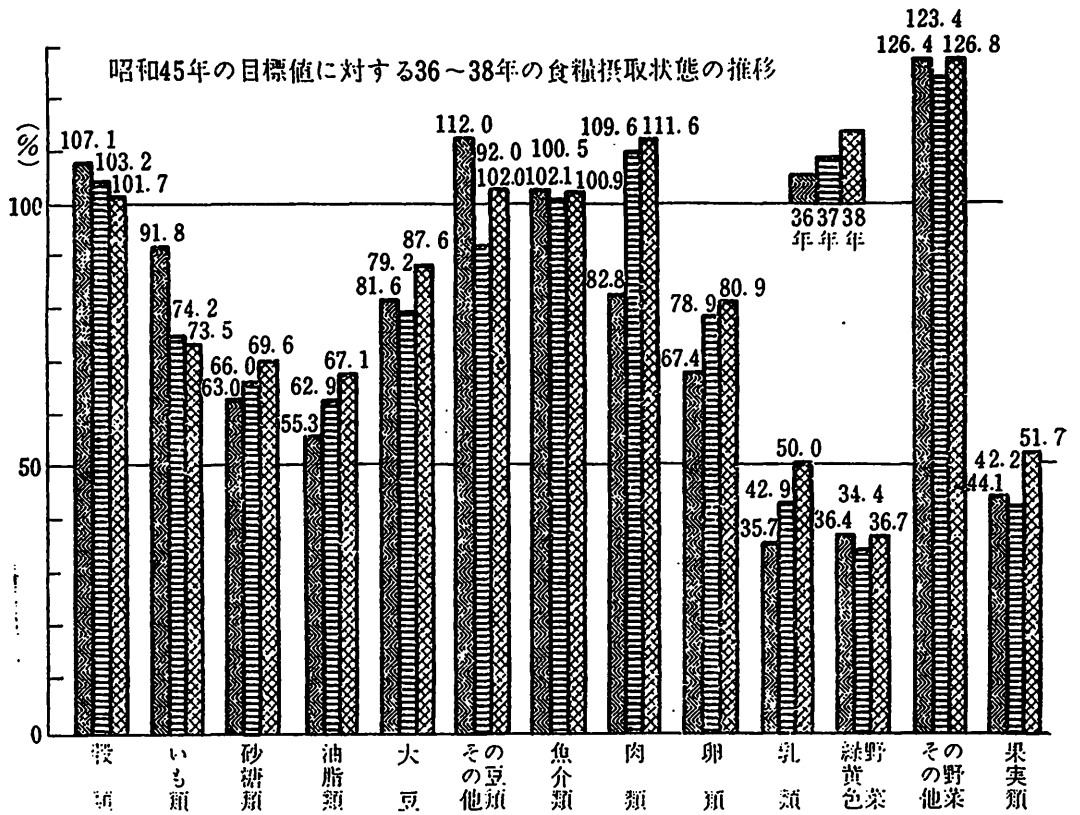
昭和38年度の国民1人1日当り食品群別摂取量についてみると食糧消費の内容は質的に改善されてきているが、これを昭和45年の目標値である食糧構成基準と比較すると第2図のとおりで、まだかなり食品のかたよりが目立っている。

#### (イ) 穀 類

穀類の摂取量は、428.2グラムで前年に比べて(-)1.8%減少している。

最近5年間の摂取推移をみると年々減少をたどっており、34年に比べて38年度の摂取量は(-)7.4%と下回っている。

第 2 図



第6表

食品群別摂取量(全国)

単位=g

		37年度	38年度	対前年度比			37年度	38年度	対前年度比
総	量	1,134.2	1,137.6	(+) 2.1	総	量	171.2	177.8	(+) 3.9
穀類	米	436.2	428.2	(-) 1.8	動物性食品	魚介類	74.5	77.5	(+) 4.0
	大小	352.0	350.7	(-) 0.4		獣鳥肉類	27.8	28.2	(+) 1.4
	雑	15.0	12.3	(-) 18.0		卵類	27.3	27.6	(+) 1.1
	堅	68.4	64.6	(-) 5.6		乳及び乳製品	41.7	44.7	(+) 7.2
果	果	0.8	0.6	(-) 25.0	緑黄色野菜	38.6	40.7	(+) 5.4	
	いも類	0.5	0.4	(-) 20.0	その他の野菜	121.0	125.2	(+) 3.5	
いも類	総	53.8	52.8	(-) 1.9	乾燥野菜(加工品を含む)	2.2	2.3	(+) 4.5	
	甘馬	10.8	9.9	(-) 8.3	野菜漬物	47.4	49.3	(+) 4.0	
	鈴薯	24.7	25.0	(+) 1.2	柑橘類・トマト	27.6	29.7	(+) 7.6	
	その他のいも	18.4	18.0	(-) 2.2	その他の果実	52.5	65.9	(+) 25.5	
砂糖	13.4	14.0	(+) 4.5	海藻類	4.6	4.6	0		
油脂	7.6	8.1	(+) 6.6	調味嗜好品	26.5	26.2	(-) 1.1		
豆類	総	70.8	69.4	(-) 2.0	その他	60.5	63.3	(+) 4.6	
	大豆	1.2	1.3	(+) 8.3					
	大豆製品	25.5	25.1	(-) 1.6					
	大豆製品・その他加工品	38.5	37.3	(-) 3.1					
	5.6	5.7	(+) 1.8						

第7表

穀類の消費推移(昭和34年=100)

単位=%

		34年	35年	36年	37年	38年
総	量	100.0	97.9	97.3	94.3	92.6
	米	100.0	98.4	99.8	96.6	96.1
大	麦	100.0	84.7	67.9	45.0	36.9
小	麦	100.0	102.2	99.5	107.4	101.4
雑	穀	100.0	111.1	55.6	88.9	66.7

## — 米 —

米の摂取量は、350.7グラムで前年に比べて(-)0.4%とわずかに減少している。

最近5年間の摂取推移をみると、34年に比べて35年は(-)1.6%、36年(-)0.2%、37年(-)3.4%、38年(-)3.9%となっており、減少の傾向がみとめられる。これは30年からの米の豊作などの関係から31年以来上昇しつづけてきた摂取量の増加が34年度の364.4グラムを頂点として改善され、この1~2年動物性食品、油脂類、その他嗜好的商品の摂取の増加に切り替えられる傾向になりはじめたことによるものと考えられる。

## — 大 麦 —

大麦の摂取量は、12.3グラムで前年に比べて(-)18.0%減少している。

最近5年間の摂取推移をみるとこの1~2年は特に減少が目立っており、34年に比べて37年は(-)55.0%、38年は(-)63.1%と激減している。

## — 小 麦 —

小麦の摂取量は、64.6グラムで前年に比べて(-)5.6%減少している。

最近5年間の摂取推移をみると34年に比べて35年は(+ )2.2%、36年(-)0.5%、37年(+ )7.4%、38年(+ )1.4%となっており、かなり不安定な摂取の傾向を示している。

これを品目別に細分してみると、この数年は小麦粉と乾めんがわずかながら減少しつづけており、菓子パン、生めん、小麦加工品は横ばいを示し、パンだけが34年に比べて35年は(+ )0.6%、36年(+ )1.1%、37年(+ )17.2%、38年(+ )22.2%と増加を示している。

## — 雑 穀 —

雑穀の摂取量は、0.6グラムで、この数年は特に減少が著しい。

## (口) いも類

いも類の摂取量は、52.8グラムで前年に比べて(-)1.9%減少している。

この数年の摂取推移をみると34年に比べて35年~36年は、(-)3.4%37年、(-)19.3%、38年は(-)20.8%と年々減少の傾向にある。

## — 甘 藷 —

甘藷の摂取量は、9.9グラムで前年に比べて(-)8.3%減少している。

最近5年間の摂取推移をみると34年に比べて37年は(-)41.6%、38年(-)46.5%と年々減少している。

## — 馬 鈴 薯 —

第8表

いも類の消費推移(昭和34年=100)

単位=%

	34年	35年	36年	37年	38年
総量	100.0	96.6	96.6	80.7	79.2
甘藷	100.0	92.4	83.2	58.4	53.5
馬鈴薯	100.0	103.8	107.6	93.9	95.1
その他のいも類・加工品	100.0	92.7	94.5	84.0	82.2

馬鈴薯の摂取量は、25.0グラムで前年に比べて(+ )1.2%と若干増加している。

最近5年間の摂取推移をみると34年に比べて37年は(-)6.1%、38年は(-)4.9%と減少しているが、馬鈴薯は甘藷と異なり利用範囲が広いので今後は大きな減少はないものと考えられる。

## (ハ) 砂糖類

砂糖の摂取量は、14.0グラムで前年に比べて(+ )4.5%増加している。

最近5年間の摂取推移をみると砂糖の摂取量は年々増加しており、34年に比べて38年は(+ )12.0%上回っている。

第9表

砂糖、油脂類の消費推移(昭和34年=100)

単位=%

	34年	35年	36年	37年	38年
砂糖類	100.0	98.4	103.2	107.2	112.0
油脂類	100.0	105.2	113.8	131.0	139.7

## (ニ) 油脂類

油脂類の摂取量は、8.1グラムで前年に比べて(+ )6.6%増加している。

最近5年間の摂取推移をみると全食品中最も大きい増加傾向を示している。すなわち、34年に比べて35年は、(+ )5.2%、36年(+ )13.8%、37年(+ )31.0%、38年(+ )39.7%となっている。

砂糖と同じく、油脂類は今後も順調に増加するものと考えられる。

## (ホ) 豆類

豆類の摂取量は、69.4グラムで前年に比べて(-)2.0%減少している。

最近5年間の摂取推移をみると、特に大きい増減はみられず横ばいの状態を示している。

なお、豆類を品目別にみると大豆は1.3グラムで前年摂取量を若干上回ったが、味噌は25.1グラム、大豆製品37.3グラム、その他豆類加工品は5.7グラムでいずれも前年摂取量を下回っている。

この数年の傾向としては大豆と味噌は減少の傾向にあり、大豆製品とその他豆類加工品については大きい増減はみられない。

## (ヘ) 動物性食品

動物性食品の摂取量は177.8グラムで前年に比べて(+ )3.9%増加している。

最近5年間の摂取推移をみると年々順調な増加を示しており、34年に比べて37年は(+ )25.8%、38年は(+ )30.6%となっている。

品目別にみると卵類と乳、乳製品の増加が特に目立っている。



第10表

豆類の消費推移(昭和34年=100)

単位=%

	34年	35年	36年	37年	38年
総量	100.0	103.2	100.6	102.6	100.6
大豆	100.0	93.8	93.8	75.0	81.3
味噌	100.0	92.9	93.2	91.1	89.6
大豆製品	100.0	79.1	103.8	111.6	108.1
その他の豆	100.0	108.5	101.7	94.9	96.6

第11表

動物性食品の消費推移(昭和34年=100)

単位=%

	34年	35年	36年	37年	38年
総量	100.0	108.3	112.1	125.8	130.6
魚介類	100.0	105.9	101.7	102.6	106.7
獣鳥肉類	100.0	101.1	113.5	150.3	152.4
卵類	100.0	114.5	137.0	165.5	167.3
乳及び乳製品	100.0	115.4	123.5	146.3	156.8

## —魚介類—

魚介類の摂取量は、77.5グラムで前年に比べ(+)4.0%増加しており、この数年の推移を品目別にみると、生物、加工品は大きい増減はみられない。また乾物の摂取量は減少の傾向にあり、練製品のみ若干ながら増加の傾向を示している。

第12表

獣鳥肉類の消費推移(品目別)

単位=g

	34年	35年	36年	37年	38年
牛肉	4.7	4.9	4.7	5.4	6.2
豚肉	4.6	3.8	5.6	8.5	6.9
その他の肉類・加工品	9.2	10.0	10.8	13.9	15.2

魚介類の消費推移(品目別)

単位=g

	34年	35年	36年	37年	38年
生物	41.2	43.1	39.9	40.7	43.1
半乾物	9.6	9.1	9.6	9.2	8.6
乾物	4.8	4.8	4.5	3.9	3.6
練製品	11.0	13.1	12.7	13.7	14.9
加工品	6.2	6.9	7.3	7.1	7.3

## —獣鳥肉類—

獣鳥肉類の摂取量は、28.2グラムで前年に比べて(+)1.4%増加している。

最近数年間の摂取推移をみると34年に比べて37年は(+) $50.3\%$ 、38年(+) $52.4\%$ と大幅な増加を示している。

これをさらに品目別にみると牛肉とその他の肉類加工品は毎年増加の傾向がみられる。

—卵 類—

卵類の摂取量は、27.6グラムで前年に比べて(+) $1.1\%$ 増加している。

最近5年間の摂取推移をみると34年に比べて37年は(+) $65.5\%$ 、38年(+) $67.3\%$ と動物性食品中で最も大きい増加傾向を示している。

—乳 類—

乳類の摂取量は、44.7グラムで前年に比べて(+) $7.2\%$ 増加している。

この数年の摂取推移をみると卵類について順調に伸びている。

(ト) 野 菜 類

緑黄色野菜はこの数年減少の傾向にあったが、38年の摂取量は40.7グラムで前年に比べ僅かに増加がみとめられた。34年に比べて38年の摂取量は(-) $5.6\%$ 減少している。これを品目別にみるとこの数年は、

第13表

野菜，果実類の消費推移(昭和34年=100)

単位=%

	34 年	35 年	36 年	37 年	38 年
緑 黄 色 野 菜	100.0	90.5	92.8	89.6	94.4
そ の 他 の 野 菜	100.0	98.5	95.3	96.4	99.8
乾 燥 野 菜 (加工品を含む)	100.0	100.6	98.2	96.3	100.2
野 菜 漬 物	100.0	100.6	98.2	96.3	100.2
柑 橘 類 ・ ト マ ト	100.0	108.1	96.6	116.9	125.8
そ の 他 の 果 実	100.0	100.6	114.3	97.6	122.5

第14表

その他の野菜類の消費推移

単位=g

	34 年	35 年	36 年	37 年	38 年
だ い こ ん	22.5	23.5	20.8	20.4	22.6
き や べ つ	13.6	13.5	13.1	15.8	17.4
は く さ い	14.2	15.1	14.1	14.0	15.6
そ の 他	75.3	71.6	71.6	70.8	69.7

緑黄色野菜の消費推移

単位=g

	34 年	35 年	36 年	37 年	38 年
に ん じ ん	7.6	7.9	7.8	8.4	9.0
ほ う れ ん そ う	11.7	10.3	9.8	9.8	11.6
か ぼ ち や	7.7	7.0	7.3	5.8	6.5
そ の 他	16.2	13.8	15.2	14.6	13.7

(34)

にんじん、ほうれんそうは安定して摂取されているが、かぼちや、その他緑黄色野菜は減少の傾向がみられる。

またその他の野菜類は若干減少の傾向にあり、だいこん、きやべつ、はくさい等は大きな増減はみられない。

### (子) 果実類

果実類の摂取量は、95.6グラムで前年に比べ(+ )19.4%増加している。そのうち柑橘類・トマトの摂取量は29.7グラムで前年に比べ(+ )7.6%増加している。

最近5年間の摂取推移をみるとこの1~2年の増加が著しく34年に比べて37年は(+ )16.9%、38年(+ )25.8%となっている。

その他の果実は65.9グラムで前年に比べ25.5%の増加を示した。

最近の摂取推移をみると摂取量の増減の変動の大きいことが目立っている。

### 3) 食品群別栄養構成(熱量および各栄養素の摂取比率)

前項までは、各栄養素とこれを供給する食品の摂取量について記述してきたが、さらにこの両者を組みあわせて熱量および各栄養素がいかなる食品によって摂取されているか、その構成内容を検討してみよう。

#### (イ) 熱 量

昭和38年度における熱量の摂取構成をみると穀類から67.0%摂取しており、次いで動物性食品が11.3%、豆類5.1%となっている。

また、熱源として極めて熱効率の高い油脂類が占める割合は3.2%にすぎない。

最近5年間の推移をみると穀類、いも類からの摂取率は漸減しており、動物性食品、油脂類、その他食品の比率が高くなって熱量の摂取構成は質的に改善されてきている。

第15表

熱量の摂取構成(年次推移)

単位=%

	総数	穀類	いも類	油脂類	豆類	動物性食品	野菜・果実	砂糖類	その他
昭和34年	100.0	71.5	2.8	2.3	5.2	8.7	4.4	2.3	3.0
昭和35年	100.0	70.6	2.7	2.4	5.3	9.4	4.1	2.3	3.2
昭和36年	100.0	69.7	2.7	2.6	5.1	9.8	4.2	2.4	3.5
昭和37年	100.0	68.1	2.2	3.0	5.1	11.1	4.1	2.5	3.9
昭和38年	100.0	67.0	2.1	3.2	5.1	11.3	4.6	2.6	4.1

第16表

蛋白質の摂取構成(年次推移)

単位=%

	総数	穀類	いも類	豆類	動物性食品	野菜・果実	その他
昭和34年	100.0	44.9	1.7	11.8	33.9	6.4	1.3
昭和35年	100.0	43.5	1.5	11.8	35.4	6.0	1.8
昭和36年	100.0	42.9	1.6	11.5	36.2	5.8	2.0
昭和37年	100.0	40.9	1.3	11.1	38.8	5.7	2.2
昭和38年	100.0	40.1	1.3	11.0	39.2	6.2	2.2

## (ロ) 蛋白質

蛋白質の摂取構成は、穀類が40.1%で最も高く、次いで動物性食品は39.2%を占め、豆類11.0%、野菜・果実6.2%、いも類1.3%となっている。

最近5年間の推移をみると穀類、いも類、豆類の摂取率は年々低くなっており、動物性食品の占める割合は高くなっている。

## (ハ) 脂肪

脂肪の摂取構成は、動物性食品からの摂取率が38.0%で最も高く、次いで油脂類が25.7%を占め、豆類13.7%、穀類13.7%となっている。

第17表

脂肪の摂取構成(年次推移)

単位=%

	総数	穀類	いも類	油脂類	豆類	動物性食品	野菜果実	その他
昭和34年	100.0	17.6	1.3	23.1	17.2	33.6	2.8	4.4
昭和35年	100.0	16.6	1.2	23.1	17.0	34.8	2.8	4.5
昭和36年	100.0	15.7	1.1	23.8	15.7	36.0	3.2	0.5
昭和37年	100.0	14.5	1.1	24.7	14.1	38.5	2.7	4.4
昭和38年	100.0	13.7	1.0	25.7	13.7	38.0	2.7	5.2

最近5年間の摂取率の推移をみると、穀類と豆類からの摂取率は年々低下しており、動物性食品と油脂類は高くなっている。

## (二) カルシウム

カルシウムの主な供給源となっている食品は、動物性食品、豆類、野菜、果実等であって、それぞれの摂取率は動物性食品が35.9%で最も高く、次いで豆類23.5%、野菜・果実19.6%となっている。

第18表

カルシウム摂取構成(年次推移)

単位=%

	総数	穀類	いも類	豆類	動物性食品	野菜果実	海藻類	その他
昭和34年	100.0	10.9	2.3	24.7	29.9	20.1	7.3	4.8
昭和35年	100.0	10.5	2.1	25.4	31.1	19.8	7.4	3.7
昭和36年	100.0	9.7	2.0	24.2	33.3	19.6	7.1	4.1
昭和37年	100.0	9.0	1.5	24.2	35.3	18.2	7.2	4.6
昭和38年	100.0	8.6	1.5	23.5	35.9	19.6	6.4	4.5

## (ホ) ビタミンA

ビタミンAは、動物性食品およびバター、マーガリン等油脂類に含まれるビタミンAそのものと植物性食品に含まれるカロチンとに大別されるが、38年度は動物性食品からの摂取率が24.3%、油脂類3.0%であり植物性食品からは72.7%となっている。

最近5年間の推移をみると動物性食品と油脂類からの摂取割合が年々高くなっている。

(ヘ) ビタミンB<sub>1</sub>

ビタミンB<sub>1</sub>の主な給源は穀類であって48.5%を占めている。次いで動物性食品および野菜・果実類が

第19表

## ビタミンAの摂取構成(年次推移)

	摂 取 量			供 給 構 成 (%)			
	ビタミンAとして動物性食品から摂取したもの	ビタミンAとして油脂類から摂取したもの	カロチンとして植物性食品から摂取したもの	総 数	動物性食品	油 脂 類	植物性食品
昭和34年	219	18	2,965 (988)	100.0	17.9	1.5	80.7
昭和35年	241	18	2,764 (921)	100.0	20.4	1.5	78.1
昭和36年	281	21	2,799 (926)	100.0	22.9	1.7	75.4
昭和37年	336	26	2,921 (974)	100.0	25.3	2.0	72.7
昭和38年	353	43	3,167 (1,056)	100.0	24.3	3.0	72.7

第20表

ビタミンB<sub>1</sub>の摂取構成(年次推移)

単位=%

	総 数	穀 類	いも類	豆 類	動物性食品	野菜・果実	その 他
昭和34年	100.0	53.3	6.7	4.8	15.2	19.1	0.9
昭和35年	100.0	53.3	5.7	4.8	15.4	19.3	1.2
昭和36年	100.0	51.9	5.8	4.8	17.3	20.2	0.2
昭和37年	100.0	51.8	4.5	3.6	20.0	14.5	5.6
昭和38年	100.0	48.5	4.9	3.9	20.4	20.4	1.9

それぞれともに20.4%となっている。

最近5年間の推移をみると穀類からの摂取率は年々低くなっており動物性食品、野菜・果実類の摂取率が高くなっている。

(ト) ビタミンB<sub>2</sub>

ビタミンB<sub>2</sub>の主な給源として最も大きい割合を占めているのは動物性食品で38.0%となっている。

第21表

ビタミンB<sub>2</sub>の摂取構成(年次推移)

単位=%

	総 数	穀 類	いも類	豆 類	動物性食品	野菜・果実	その 他
昭和34年	100.0	31.1	4.1	6.8	29.7	28.4	1.4
昭和35年	100.0	29.1	2.7	6.9	31.9	29.0	0.4
昭和36年	100.0	28.8	2.7	6.8	32.9	27.4	1.4
昭和37年	100.0	26.0	1.3	6.5	37.7	23.4	5.1
昭和38年	100.0	24.1	2.5	6.3	38.0	27.8	1.3

次いで野菜・果実類の27.8%、穀類の24.1%が主なるものである。

最近5年間の推移をみるとビタミンB<sub>1</sub>と同様に穀類の摂取率は低下して、動物性食品からの摂取率が高くなる傾向を示している。

## (チ) ビタミンC

ビタミンCの主な給源は植物性食品であり、そのうち野菜類から64.6%、果実類21.5%、いも類10.1%

その他3.8%となっている。

最近5年間の推移をみると特に目立つほどの変化はみられない。

第22表

ビタミンCの摂取構成(年次推移)

単位=%

	総 数	い も 類	野 菜	果 実	そ の 他
昭 和 34 年	100.0	12.8	66.7	18.0	2.5
昭 和 35 年	100.0	13.3	65.3	18.7	2.7
昭 和 36 年	100.0	11.3	64.5	21.1	2.6
昭 和 37 年	100.0	10.7	64.0	20.0	5.3
昭 和 38 年	100.0	10.1	64.6	21.5	3.8

## 4) 食材料費

国民栄養調査でいう食材料費とは、摂取した全食品量について、購入、自家生産、もらいもの等の別を問わずすべて市場価格に換算して1人1日当りの平均として計上したものである。

昭和38年度においては、全国1人1日当りの食材料費は157.47円で前年に比べて(+ )10.2%増加している。

第23表

全国1人1日当り食材料費構成比

		金 額 (円)	構 成 比 (%)	対前年比 (%)
総	量	157.47	100.0	(+) 10.2
穀	類	42.73	27.1	(+) 8.1
い	も	3.75	2.4	(+) 15.0
油	脂	2.61	1.7	(+) 6.5
豆	類	7.23	4.6	(+) 1.8
魚	介	21.96	13.9	(+) 16.1
肉	・ 卵 ・ 乳	27.40	17.4	(+) 9.6
野	菜	16.14	10.3	(+) 6.7
果	実	10.76	6.8	(+) 14.8
そ	の	24.90	15.8	(+) 12.3

第24表

食品群別食材料費(年次推移)(昭和34年=100)

		34 年	35 年	36 年	37 年	38 年
総	額	100.0	106.2	118.9	135.2	149.1
穀	類	100.0	98.3	100.8	103.7	112.1
い	も	100.0	108.8	120.5	130.9	150.6
油	脂	100.0	105.8	113.5	143.3	152.6
豆	類	100.0	102.6	113.1	129.3	131.7
魚	介	100.0	110.5	123.6	138.8	161.1
肉	・ 卵 ・ 乳	100.0	114.5	138.0	179.8	197.1
野	菜	100.0	112.5	220.8	238.6	254.6
果	実	100.0	113.0	138.5	174.2	200.0
そ	の	100.0	109.9	99.9	119.4	134.1

このうち動物性食品の入手に要した費用は49.36円で前年の43.90円を(+) $12.4\%$ 上回っている。

なお、食品群別に構成比をみると、総額中に占める穀類の比率は $27.1\%$ で最も高いが、前年に比較すると若干低下している。

副食費では前年に比べて特に大きい増減はなく、魚介類の占める割合が $13.9\%$ 、肉、卵、乳類は $17.4\%$ 、野菜類 $10.3\%$ 、果実類 $6.8\%$ 、豆類 $4.6\%$ 、油脂類 $1.7\%$ 、いも類 $2.4\%$ となっている。

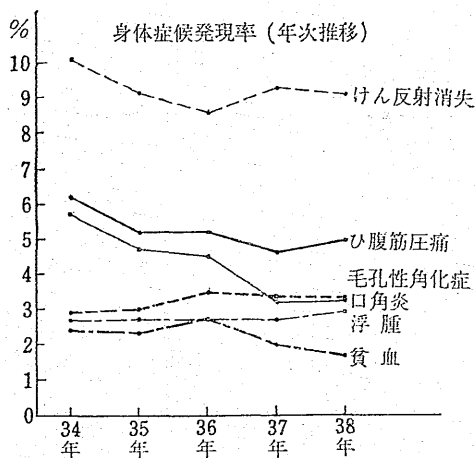
なお、最近5年間の食材料費の推移についてみると、食材料費はこの1~2年は特に上昇が著しく、5年前の34年に比べて38年度は(+) $49.1\%$ と約5割近い上昇を示している。

### 5) 栄養欠陥による身体症候

昭和38年度における国民の栄養欠陥に起因すると考えられる身体症候の発現率は $20.5\%$ で前年度の発現率と同様の結果を示した。

各症候別に発現の傾向をみると各症候ともに前年の傾向と殆んど変わらず最も高率に発現しているのはビタミンB<sub>1</sub>欠乏時の症候とみられるけん反射消失、ひ腹筋圧痛などで、これらはそれぞれ $9.1\%$ 、 $5.0\%$ の発現率を示している。

第 3 図



次いで多いのはビタミンB<sub>2</sub>に関係あるとみられる口角炎とビタミンA欠乏とみられる毛孔性角化症がそれぞれ $3.3\%$ となっている。

最近5年間の推移をみると各症候ともに目立った変化はみられない。

なお、身体症候の発現状況を年齢階級別にみると前年と同様口角炎は5~9才が最も高く毛孔性角化症は10~19才の青少年層に高率にみとめられる。他の症候有症率は年齢の増すごとに高くなる発現状態を示している。

また、性別に身体症候の発現状況をみると前年と同

様男子に比べて女子の有症率が高く男子の $16.8\%$ に対し女子は $23.3\%$ を示している。

### 6) 体 位

昭和38年度における国民の体位、特に青少年の体位は、前年ほどではないが全般的に平年並みの変化をみせている。

すなわち、身長は前年に比べて男子の6~8才、18~19才の年齢層は若干伸び悩みの傾向を示したが、発育期にある13~17才の年齢層は前年に引き続き順調に伸びている。

一方、女子の身長は、8~10才、13~15才の発育期の年齢層が前年より若干減退しているのが注目される。

また、体重については、男子は身長と同様6~8才、17~18才の年齢層を除いて大体順調に増加しているが、女子は11, 12, 14, 16才を除く他の年齢層にあっては減退しており、特に昭和36年以来減少を続けている18~19才は今年度においても引き続き減少しているが目立っている。

なお、身長(男子)について最近5年間の推移をみるとかなり順調に伸びているといえよう。

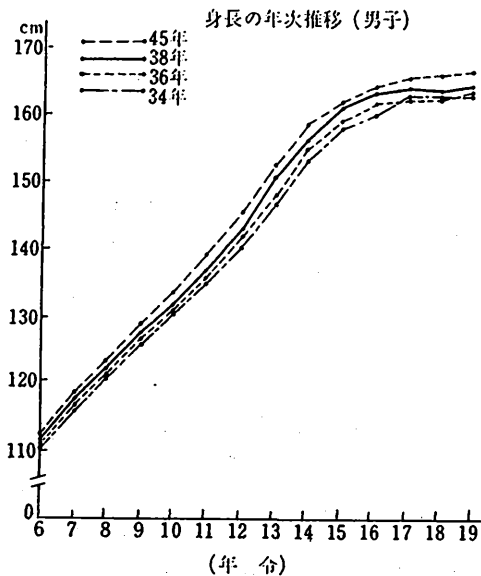
第25表

年 令	身		長		体		重	
	男		女		男		女	
	cm	対前年増減	cm	対前年増減	kg	対前年増減	kg	対前年増減
1才未満	65.5	- 0.8	64.9	+ 0.5	7.60	-0.26	7.29	+0.03
1	78.5	+ 0.2	77.5	+ 0.6	10.33	-0.15	9.99	+0.22
2	87.3	+ 0.6	86.1	+ 0.2	12.48	+0.14	11.84	+0.01
3	94.0	- 0.1	93.0	0	14.05	-0.05	13.65	+0.04
4	100.6	+ 0.2	99.8	+ 0.8	15.62	-0.09	15.25	+0.12
5	106.1	0	105.5	+ 0.7	17.39	+0.08	16.80	+0.06
6	111.5	- 0.5	110.8	+ 0.7	19.18	-0.08	18.43	-0.18
7	116.8	- 0.5	116.5	+ 0.4	21.17	-0.15	20.60	0
8	122.1	- 1.2	120.9	- 0.9	23.29	-0.53	22.50	-0.36
9	127.4	+ 0.2	126.3	- 0.6	25.83	+0.05	25.11	-0.47
10	131.5	- 1.4	132.5	- 0.7	28.08	-0.72	28.46	-0.18
11	136.7	+ 0.2	139.2	+ 1.2	31.38	+0.44	32.37	+0.23
12	142.3	- 0.2	144.9	0	34.91	-0.51	37.50	+0.22
13	150.1	+ 0.4	148.8	- 0.3	40.36	+0.20	41.29	-0.19
14	156.3	+ 0.3	151.0	- 0.2	40.10	+0.58	45.00	+0.20
15	161.1	+ 0.3	152.8	- 0.2	50.65	+0.13	47.83	-0.43
16	163.9	+ 1.3	153.7	+ 1.0	54.09	+1.07	49.57	+0.09
17	164.2	+ 0.4	153.4	- 0.2	55.19	-0.53	50.41	-0.51
18	163.7	- 0.7	152.7	+ 0.3	55.76	-0.22	49.81	-0.19
19	164.0	- 0.7	152.3	- 0.4	56.27	+0.33	49.96	-0.28
20	164.4	0	152.9	- 0.1	56.14	-0.10	50.10	+0.08

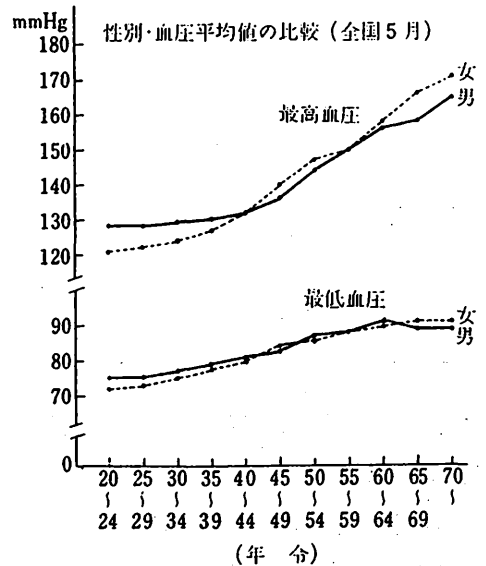
7) 血 圧

血圧における性別、年令別の傾向は、最近数年間の推移と略同様であって、昭和38年度調査による平均値をみると40~44才を境にして若年層では男子に高く、高年層では女子に高い一般的傾向を示している。

第 4 図



第 5 図





## 8) 歯牙異常

昭和38年度調査の結果は次のとおりである。

## (イ) 年次別発現率

歯牙疾患のうちまぜう歯の発生状況を見ると、有症率すなわち、う歯を1本でも有している者の割合は34年は男子71.9%、女子76.5%、36年は75.0%、79.4%、38年は77.5%、80.2%と年々増加している。

また1人当りのう歯の本数については男子5本、女子6本となっている。

第26表 性別・う歯の発現率(年次推移)

年 度	有 症 率 (%)		1 人 当 り 本 数	
	男	女	男	女
昭 和 34 年	71.9	76.5	5	6
昭 和 35 年	74.2	78.5	5	6
昭 和 36 年	75.0	79.4	5	6
昭 和 37 年	75.3	79.1	5	6
昭 和 38 年	77.5	80.2	5	6

第27表 性別・欠損歯の保有者率の年次推移

年 度	保 有 者 率 (%)		1 人 当 り 本 数	
	男	女	男	女
昭 和 34 年	36.7	44.2	8	9
昭 和 35 年	36.6	43.3	8	10
昭 和 36 年	36.6	44.5	8	10
昭 和 37 年	36.6	43.9	8	9
昭 和 38 年	37.1	43.4	8	9

第28表 う歯の性別年令階級別保有者率

		平 均	2~4才	5~9	10~14	15~19	20~24	25~39	40才以上
有 症 率	男	77.5	65.8	89.5	75.4	64.7	60.1	70.4	64.6
	女	80.2	63.5	90.9	78.2	73.0	69.3	80.6	65.4
1人当り本数	男	5	6	7	3	4	4	5	5
	女	6	6	7	4	4	5	6	7

なお、欠損歯の保有者率をみると男子よりも女子が高く、最近5年間の年次推移をみると年次別には大差はみられない。

## (ロ) 性別年令階級別保有者率

次に性別、年令階級別にう歯の発生状況を見ると2~4才を除くすべての年令層において女子の有症率

が高く特に25~39才では差が著しい。

年令別に保有者率をみると、最も保有者率の高い年令層は5~9才で男子89.5%、女子90.9%と高率を示している。

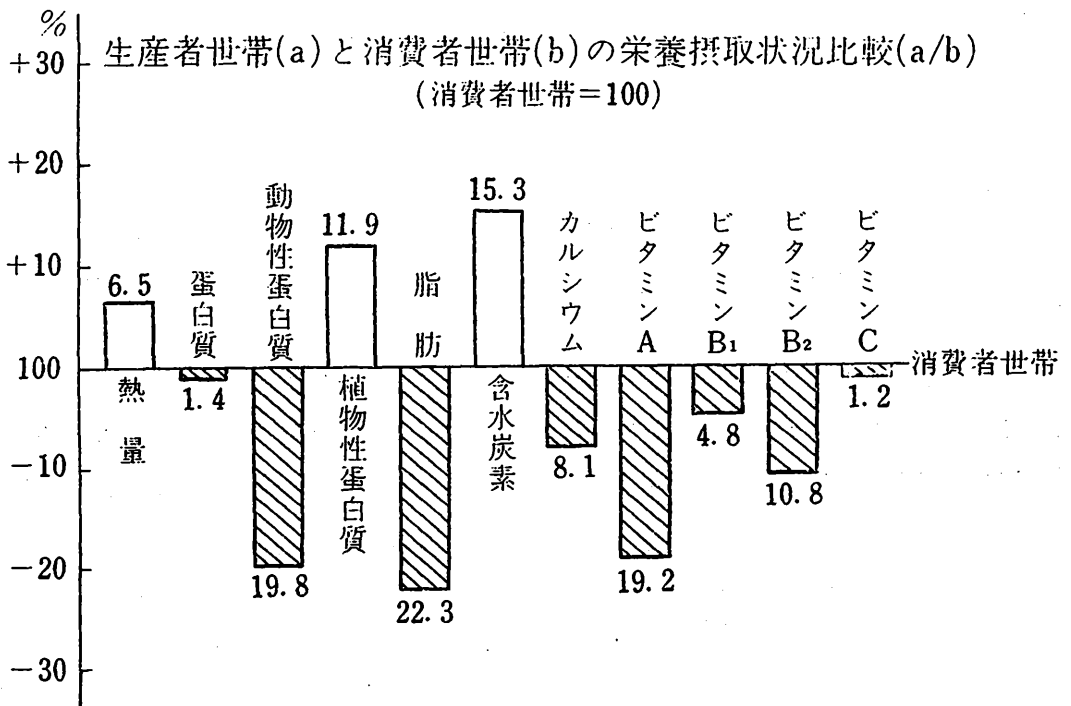
## B 業 態 別 成 績

### 1) 業態別1人1日当り栄養摂取量

世帯業態別に栄養摂取量を比較してみるとこの数年生産者世帯はかなり向上してきたものの消費者世帯に比べてはまだ立ち遅れた水準にある。

第6図は、生産者世帯と消費者世帯の差異をみるため消費者世帯の栄養摂取量を100とした場合の生産者世帯の比率を示したものであるが、この図で明らかなおり生産者世帯は消費者世帯に比べて摂取量の多いのは、熱量の(+) $6.5\%$ 、植物性蛋白質 $11.9\%$ 、含水炭素 $15.3\%$ の三要素だけであって、反面、動物性蛋白質は(-) $19.8\%$ 、脂肪(-) $22.3\%$ 、カルシウム(-) $8.1\%$ 、ビタミンA(-) $19.2\%$ 、ビタミンB<sub>1</sub>(-) $4.8\%$ 、ビタミンB<sub>2</sub>(-) $10.8\%$ 、ビタミンC(-) $1.2\%$ と少なく、重要な栄養素の摂取量は消費者世帯に比較して極めて低い水準にある。

第 6 図



このように消費者世帯は生産者世帯をかなり上回った栄養状態を示しているが、同じ消費者世帯を更に細分してみると、所得の少ない階層に属する日雇・家内労働者世帯の栄養状態は消費者世帯中最も低い水準にある。

#### (イ) 生産者世帯

熱量の摂取量は、2,170カロリーで前年に比べて若干減少しているが、全業態中では最も高く全国平均

を87カロリー上回っている。

蛋白質は、70.0グラム（うち動物性蛋白質23.9グラム）で、前年に比べ(+)1.4%、動物性蛋白質は(+)  
6.2%、脂肪は24.7グラムで(+)  
0.8%、カルシウムは387ミリグラムで前年と変わらず、ビタミンAは1,267  
国際単位で(+)  
5.2%、ビタミンB<sub>1</sub>は1.00ミリグラムで(-)  
2.9%、ビタミンB<sub>2</sub>は0.74ミリグラムで(+)  
2.8%、ビタミンCは79ミリグラムで(+)  
3.9%となっている。

第29表

栄養摂取量年次推移（生産者世帯）

	34 年	35 年	36 年	37 年	38 年
熱 量 Cal	2,218	2,194	2,210	2,186	2,170
蛋 白 質 g	68.8	68.9	68.6	69.0	70.0
動物性蛋白質 g	19.5	20.5	20.6	22.5	23.9
脂 肪 g	20.5	22.4	22.7	24.5	24.7
カルシウム mg	381	385	382	387	387
ビ タ ミ ン A I.U.	1,155	1,164	1,071	1,204	1,267
ビ タ ミ ン B <sub>1</sub> mg	1.09	1.08	1.03	1.03	1.00
ビ タ ミ ン B <sub>2</sub> mg	0.75	0.71	0.69	0.72	0.74
ビ タ ミ ン C mg	81	81	77	76	79

このようにビタミンB<sub>1</sub>と熱量が若干減少した以外は前年より増量されているが、動物性蛋白質、脂肪、  
ビタミンA等についてはいまだ水準より低い状態であるので今後一層の摂取増が望まれる。

なお、最近5年間における栄養摂取量の推移をみると34年に比べて動物性蛋白質と脂肪並びにビタミン  
Aは相当増加しているが、ビタミンB<sub>1</sub>、B<sub>2</sub>、C等は伸び悩みの傾向を示している。

#### (ロ) 消費者世帯

熱量の摂取量は、2,038カロリーで前年に比べて僅かに増加している。

次いで蛋白質は、71.0グラムで若干減少し、この数年増加しつづけてきた動物性蛋白質が29.8グラムで  
前年の摂取量と変わらない点が目立っている。

脂肪は、31.8グラムで(+)  
4.3%、カルシウムは421ミリグラムで(+)  
2.7%、ビタミンAは1,569国際単  
位で(+)  
11.4%、ビタミンB<sub>1</sub>1.05ミリグラムで(-)  
8.7%、ビタミンB<sub>2</sub>0.83ミリグラムで(+)  
3.8%、  
ビタミンC80ミリグラムで(+)  
6.7%と、ビタミンB<sub>1</sub>を除く他の重要栄養素は比較的順調に伸びている。

第30表

栄養摂取量年次推移（消費者世帯）

	34 年	35 年	36 年	37 年	38 年
熱 量 Cal	2,046	2,044	2,036	2,026	2,038
蛋 白 質 g	69.9	70.2	70.5	71.2	71.0
動物性蛋白質 g	26.6	27.1	28.6	29.8	29.8
脂 肪 g	26.4	26.3	28.6	30.5	31.8
カルシウム mg	387	391	401	410	421
ビ タ ミ ン A I.U.	1,294	1,204	1,320	1,409	1,569
ビ タ ミ ン B <sub>1</sub> mg	1.03	1.03	1.05	1.15	1.05
ビ タ ミ ン B <sub>2</sub> mg	0.74	0.73	0.77	0.80	0.83
ビ タ ミ ン C mg	75	71	75	75	80

第31表

## 消費者世帯細分栄養摂取量

(38年5月)

	摂 取 量	対 前 年 比 (%)							
		事業経営者世帯	常用勤労者世帯	日雇・家内労働者世帯	その他の消費者世帯	事業経営者世帯	常用勤労者世帯	日雇・家内労働者世帯	その他の消費者世帯
熱 量 Cal	2,029	2,047	1,997	2,019	98.1	101.1	99.6	100.8	
蛋白質 { 総 量 g	71.1	71.5	68.1	70.9	97.7	99.7	100.7	98.6	
	動物性 g	30.5	30.6	26.9	29.3	99.7	99.4	105.9	99.3
脂 肪 g	29.6	33.9	25.5	28.4	100.7	105.0	105.8	106.0	
カルシウム mg	427	432	374	440	103.1	101.4	97.9	104.8	
ビタミン { A I. U.	1,334	1,633	1,055	1,436	108.5	112.9	94.3	109.6	
	B <sub>1</sub> mg	1.04	1.07	0.98	0.99	95.4	97.3	102.1	96.1
	B <sub>2</sub> mg	0.81	0.87	0.74	0.80	97.6	103.6	0	97.6
	C mg	69	72	58	70	93.2	96.0	95.1	94.6

なお、最近5年間の推移をみると34年に比べて動物性蛋白質、脂肪、カルシウム、ビタミンA等は相当増加しており、この世帯の栄養状態はかなり改善されてきている。

次に5月調査において消費者世帯を細分調査した結果について検討してみると次のとおりである。

## — 事業経営者世帯 —

熱量の摂取量は、2,029カロリー、蛋白質は71.7グラム、動物性蛋白質30.5グラム、脂肪29.6グラム、カルシウム427ミリグラム、ビタミンA1,334国際単位、ビタミンB<sub>1</sub>1.04ミリグラム、ビタミンB<sub>2</sub>0.81ミリグラム、ビタミンC69ミリグラムで前年に比べてカルシウムと脂肪、ビタミンAを除く他の栄養素はすべて減少している。

## — 常用勤労者世帯 —

熱量の摂取量は、2,047カロリー、蛋白質は71.5グラム、動物性蛋白質30.6グラム、脂肪33.9グラム、カルシウム432ミリグラム、ビタミンA1,633国際単位、ビタミンB<sub>1</sub>1.07ミリグラム、ビタミンB<sub>2</sub>0.87ミリグラム、ビタミンC72ミリグラムで前年に比べて熱量、脂肪、カルシウム、ビタミンA、B<sub>2</sub>は僅かに増加したが、動物性蛋白質、ビタミンB<sub>1</sub>、ビタミンCは若干減少を示した。

この世帯は、ビタミンCを除く他の重要栄養素の摂取量は全業態中最も高い。

## — 日雇・家内労働者世帯 —

熱量の摂取量は、1,997カロリー、蛋白質は68.1グラム、動物性蛋白質26.9グラム、脂肪25.5グラム、カルシウム374ミリグラム、ビタミンA1,055国際単位、ビタミンB<sub>1</sub>0.98ミリグラム、ビタミンB<sub>2</sub>0.74ミリグラム、ビタミンC58ミリグラムで前年に比べて、動物性蛋白質、脂肪、ビタミンB<sub>1</sub>が若干増加しているが、カルシウム、ビタミンA、C等は減少している。この世帯は、すべての栄養素について摂取量はこの業態中最も低い水準にある。

## — その他の消費者世帯 —

熱量の摂取量は、2,019カロリー、蛋白質70.9グラム、動物性蛋白質29.3グラム、脂肪28.4グラム、カルシウム440ミリグラム、ビタミンA1,436国際単位、ビタミンB<sub>1</sub>0.99ミリグラム、ビタミンB<sub>2</sub>0.80ミリグラム、ビタミンC70ミリグラムで前年に比べて脂肪とカルシウム並びにビタミンAが若干増加しているが、動物性蛋白質、ビタミンB<sub>1</sub>、ビタミンB<sub>2</sub>、C等の栄養素は減少している。

第32表

栄養摂取量年次推移(その他の世帯)

	34 年	35 年	36 年	37 年	38 年
熱量 Cal	2,068.2	2,064.8	2,070.4	2,093.1	2,063.3
蛋白質 g	68.1	69.4	69.9	70.2	70.4
動物性蛋白質 g	22.2	24.0	25.2	25.9	27.5
脂肪 g	20.8	22.1	24.4	23.8	25.1
カルシウム mg	384	395	400	405	402
ビタミン A I.U.	1,050	1,055	1,089	1,081	1,201
ビタミン B <sub>1</sub> mg	1.08	1.07	1.04	1.03	0.97
ビタミン B <sub>2</sub> mg	0.69	0.70	0.70	0.73	0.72
ビタミン C mg	79	79	74	68	72

## (ハ) その他の世帯

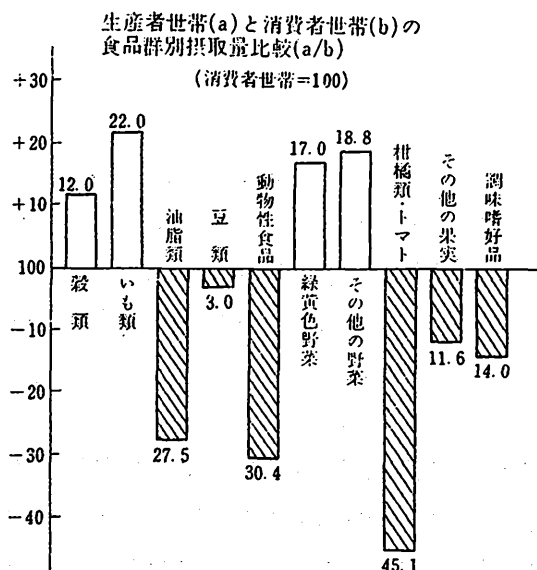
熱量の摂取量は、2,063カロリー、蛋白質70.4グラム、動物性蛋白質27.5グラム、脂肪25.1グラム、カルシウム402ミリグラム、ビタミンA1,201国際単位、ビタミンB<sub>1</sub>0.97ミリグラム、ビタミンB<sub>2</sub>0.72ミリグラム、ビタミンC72ミリグラムで前年に比べて動物性蛋白質、脂肪、ビタミンA、ビタミンCは若干増加しているが熱量、カルシウム、ビタミンB<sub>1</sub>、B<sub>2</sub>は減少している。この世帯の摂取状況は、従来と同様前述の両業態の中間的な数値を示しているものが多い。

## 2) 業態別1人1日当り食品群別摂取量

食品の摂取状況を業態別に比較してみると、一般に生産者世帯は摂取食品の多くを自家生産物でまかなっている関係から植物性食品に依存する度合が大きく、消費者世帯に比べて食糧の消費水準はかなりおとっている。

第7図は、消費者世帯の食品摂取量を100とした場合の生産者世帯の比率を示したものであるがこの図で明らかなおとり生産者世帯は消費者世帯に比べて油脂類、動物性食品、果実類、調味嗜好品等の摂取量は相当下回っている。

第 7 図



消費者世帯は、野菜類の摂取がかなりおとっているので今後一層の摂取増が望まれる。

## (イ) 生産者世帯

穀類のうち米の摂取量は、391.9グラム、大麦は、23.0グラム、小麦44.4グラムでいずれも前年に比べて減少しており、特に小麦は、(-)15.3%減少している。

この小麦の内訳をみるとめん類と小麦粉の減少が目立っている。

いも類は、59.8グラムで前年に比べ(-)4.9%減少し、その内訳をみると馬鈴薯は若干増加したが甘藷は(-)14.0%と減少している。

砂糖類は14.8グラムで(+ )5.0%、油脂類

第33表

## 食品群別摂取量(業態別)

食 品 群 別			生 産 者 世 帯		消 費 者 世 帯	
			38 年 度 (g)	対前年度比 (%)	38 年 度 (g)	対前年度比 (%)
総	量	量	1,157.0	(+) 2.3	1,161.3	(+) 2.1
穀類	総	量	460.2	(-) 2.6	410.9	(-) 1.4
	米		391.9	(-) 0.3	328.1	(-) 0.6
	大小	麦	23.0	(-) 8.0	5.9	(-) 33.0
	雑	麦	44.4	(-) 15.3	76.6	(-) 1.3
	穀類		1.2	(-) 29.5	0.3	0
堅果類	果	類	0.4	(-) 33.4	0.4	0
	いも類	量	59.8	(-) 4.9	49.0	0
いも類	甘	藷	14.1	(-) 14.0	7.2	(-) 7.7
	馬鈴	薯	29.0	(+) 2.1	23.0	(+) 1.3
	その他のいも加工品		16.7	(-) 7.7	18.9	(+) 1.6
砂糖類	糖	類	14.8	(+) 5.0	13.5	(+) 3.1
	脂	類	6.6	(+) 3.1	9.1	(+) 9.6
豆類	総	量	68.1	(+) 0.9	70.2	(+) 3.2
	大豆	豆	1.7	(-) 5.6	1.0	(+) 1.1
	味噌	噌	30.1	(-) 0.7	22.5	(-) 2.2
	大豆製品		29.9	(+) 2.0	41.5	(-) 3.9
	その他の豆類加工品		6.5	(+) 6.6	5.2	(-) 3.7
動物性食品	総	量	139.5	(+) 6.7	200.4	(+) 3.5
	魚介	類	77.9	(+) 13.1	76.4	(-) 1.0
	獣肉	類	15.2	(-) 1.3	36.6	(+) 5.8
	卵	類	20.4	(-) 1.0	31.7	(+) 2.3
	乳及び乳製品		26.2	(+) 1.6	56.4	(+) 10.8
緑黄色野菜		44.8	(-) 3.4	38.3	(+) 10.4	
その他の野菜		139.8	(+) 3.5	117.6	(+) 3.3	
乾燥野菜(加工品を含む)		1.7	(-) 10.5	2.6	(+) 3.0	
野菜漬物		55.7	(+) 14.1	45.9	(-) 2.5	
柑橘類・トマト		19.7	(+) 12.6	35.9	(+) 7.8	
その他の果実		61.1	(+) 26.5	69.1	(+) 26.3	
海藻類		4.2	(-) 4.5	4.7	0	
調味嗜好品	醬油		30.0	(-) 4.8	23.6	0
	その他		50.9	(+) 16.2	70.5	(+) 1.3

第34表

## 食品群別摂取量年次推移(生産者世帯)

単位=g

		34 年	35 年	36 年	37 年	38 年
総	量	1,157.6	1,154.1	1,148.8	1,131.5	1,157.0
穀類		495.4	481.4	485.7	472.3	460.2
いも類		78.9	81.7	75.6	62.9	59.8
砂糖類		13.3	12.7	13.3	14.1	14.8
油脂類		4.6	5.6	5.6	6.4	6.6
豆類		67.6	68.3	68.2	67.5	68.1
動物性食品		106.7	116.9	115.6	130.7	139.5
野菜・果実		321.1	315.0	309.2	298.0	322.8
その他		70.3	72.5	75.8	80.3	85.5

6.6グラムで(+) $3.1\%$ 、豆類68.1グラムで(+) $0.9\%$ 、動物性食品139.5グラムで(+) $6.7\%$ と前年摂取量を上回っている。

また、野菜・果実類では、緑黄色野菜は44.8グラムで(-) $3.4\%$ 、その他の野菜139.8グラムで(+) $3.5\%$ 、柑橘類・トマト19.7グラムで(+) $12.6\%$ 、その他の果実61.1グラムで(+) $26.5\%$ となっている。

最近5年間における食品群別摂取量の推移をみると第34表のとおり、34年に比べて油脂類、動物性食品果実類は大幅に増加して食糧構成はかなり改善されてきている。

#### (ロ) 消費者世帯

穀類のうち米の摂取量は、328.1グラム、大麦5.9グラム、小麦76.6グラムでいずれも前年摂取量を下回っている。

いも類の摂取量は、49.0グラムで総量としては前年摂取量と変わらないが、その内訳をみると甘藷が(-) $7.7\%$ 減少して、馬鈴薯が(+) $1.3\%$ 増加している。

次に油脂類は9.1グラムで(+) $9.6\%$ 増加しているが、豆類は70.2グラムで(-) $3.2\%$ 減少している。

動物性食品は200.4グラムで(+) $3.5\%$ 増加しており、品目別にみると魚介類は若干減少し、獣鳥肉類、卵類、乳及び乳製品は(+) $5.8\%$ 、(+) $2.3\%$ 、(+) $10.8\%$ と増加している。

また、野菜類では緑黄色野菜は38.3グラム、その他の野菜117.6グラムで(+) $10.4\%$ 、(+) $3.3\%$ と増加を示している。

柑橘類・トマトは35.9グラム、その他の果実は69.1グラムで(+) $7.8\%$ 、(+) $26.3\%$ と順調に増加している。

第35表

食品群別摂取量年次推移(消費者世帯)

単位 = g

	34年	35年	36年	37年	38年
総量	1,104.3	1,116.1	1,124.2	1,137.5	1,161.3
穀類	438.5	438.0	425.8	416.9	410.9
いも類	55.9	53.1	53.8	49.0	49.0
砂糖類	11.9	12.1	12.6	13.1	13.5
油脂類	6.9	6.4	7.3	8.3	9.1
豆類	72.1	73.0	70.1	72.5	70.2
動物性食品	159.7	166.2	180.7	193.6	200.4
野菜・果実	280.1	282.4	285.2	285.9	309.4
その他	79.6	85.2	88.8	98.3	99.2

最近5年間の推移をみると34年に比べて、米、いも類、豆類等は減少して、油脂類、肉類、卵類、乳類等の動物性食品は平均して50%以上の大幅な増加を示している。

また、野菜類は僅かな増加にすぎないが、柑橘類・トマトおよびその他の果実類は(+) $17.3\%$ 、(+) $31.1\%$ の摂取増がみられる。

次に5月調査について消費者世帯を細分した各業態の食品摂取量は次のとおりである。

#### — 事業経営者世帯 —

穀類のうち小麦の摂取量は72.0グラムで前年と変わらないが、米は340.8グラム、大麦は7.1グラムで若干減少している。

第36表

食 品 群 別	事業経営者世帯		常用勤労者世帯		日 雇 ・ 家 内 労働者世帯		その他の消費者世帯		
	38年度(g)	対前年(%) 度 比	38年度(g)	対前年(%) 度 比	38年度(g)	対前年(%) 度 比	38年度(g)	対前年(%) 度 比	
総 量	1,098.7	- 0.2	1,107.1	+ 1.2	1,011.0	- 1.1	1,079.6	+ 1.6	
穀 類	総 量	420.3	- 2.3	406.4	+ 0.2	434.5	+ 0.4	413.7	- 1.1
	米	340.8	- 2.0	320.5	+ 0.5	351.8	- 2.7	337.8	+ 1.9
	大 麦	7.1	-23.8	5.0	-43.2	21.8	+14.7	13.9	-28.4
	小 麦	72.0	+ 0.1	80.6	+ 3.7	59.6	+14.6	61.8	- 8.7
堅 果 類	雑 穀	0.4	0	0.3	0	1.3	+ 1.3	0.2	-50.0
	果 類	0.3	0	0.3	0	0.3	+50.0	0.2	--33.3
い も 類	総 量	38.8	- 1.8	42.0	- 0.2	38.2	-15.9	49.5	+25.3
	甘 藷	1.8	-52.6	3.2	- 5.9	7.3	+69.8	2.3	-43.9
	馬 鈴 薯	25.4	+ 7.2	26.4	- 1.1	22.2	-20.7	35.5	+51.7
	その他のいも	11.5	- 5.0	12.4	+ 2.5	8.8	-31.8	11.6	- 2.5
砂 糖 類	加工品	12.9	- 4.4	15.0	+ 4.9	12.7	+ 6.7	16.3	+16.4
	脂 類	7.9	+ 6.8	10.5	+ 8.2	7.0	+34.6	9.0	+30.4
豆 類	総 量	68.2	- 5.1	68.0	+ 1.8	65.4	-10.3	69.7	- 7.6
	大 豆	0.6	-25.0	0.9	0	0.8	- 1.1	1.4	-12.5
	味 噌	22.7	- 7.7	22.7	- 1.7	23.9	-14.0	24.8	- 4.3
	大豆製品 その他の豆類	40.3	+ 0.5	39.3	+ 4.5	36.6	- 4.7	38.4	-10.5
動物性食品	加工品	4.6	-27.0	5.1	- 3.8	4.2	-26.3	5.1	+ 2.0
	総 量	197.0	+ 4.4	205.5	+ 0.8	157.7	+ 6.9	178.1	- 1.6
	魚 介 類	78.3	- 0.1	73.5	- 0.5	81.4	+ 8.1	83.3	+ 6.1
	獣 肉 類	35.9	+ 7.5	36.8	+ 3.1	23.7	+11.8	26.3	- 3.0
乳 及 び 乳 製 品	卵 類	29.5	- 3.6	35.4	0	24.5	- 2.8	28.7	-13.0
	乳 製 品	53.3	+12.9	59.8	+ 1.5	28.1	+ 8.9	39.8	- 6.1
緑 黄 色 野 菜	34.9	- 0.9	36.0	+ 2.0	31.7	-15.2	44.7	+18.6	
そ の 他 の 野 菜	124.7	+ 2.6	114.9	- 3.5	101.0	-10.8	116.8	- 1.0	
乾 燥 野 菜 (加工品を含む)	2.6	+ 8.3	2.7	+22.7	1.9	+90.0	2.8	+33.3	
野 菜 漬 物	35.7	- 5.1	36.8	+ 4.5	37.9	+ 6.8	29.4	- 8.1	
柑 橘 類 ・ ト マ ト	20.0	-18.4	25.4	- 7.3	17.6	+35.4	21.9	-15.4	
そ の 他 の 果 実	32.3	+18.8	39.6	+29.8	22.3	+31.2	34.4	+57.8	
海 草 類	5.2	+13.0	5.5	+ 7.8	5.1	+15.9	5.8	- 7.9	
調味嗜好品	醬 油	23.5	+ 0.4	23.0	- 1.3	26.8	- 8.5	29.3	+ 7.7
	その他	74.4	+ 2.8	75.3	+ 2.3	50.9	- 8.3	57.9	+ 1.8

また、いも類は38.8グラム、豆類68.2グラムで(-)1.8%、(-)5.1%と減少している。

油脂類は7.9グラムで(+ )6.8%、動物性食品197.0グラムで(+ )4.4%と前年摂取量を上回っているが、野菜・果実類についてみるとその他の野菜類が124.7グラムで前年摂取量に比べて(+ )2.6%、その他の果実類は32.3グラムで(+ )18.8%と増加を示しているが、緑黄色野菜は34.9グラムで(-)0.9%、柑橘類・トマト20.0グラムで(-)18.4%と減少している。

——常用勤労者世帯——

穀類の摂取量は、406.4グラムで全業態中最も低く、そのうち米は320.5グラム、小麦は80.6グラムで前年に比べて、(+ )0.5%、(+ )3.7%と増加しているが、大麦は5.0グラムで大幅に減少している。

いも類は、42.0グラムで前年と変わらず、豆類は68.0グラムで(+ )1.8%と若干増加がみとめられる。

また、動物性食品は、205.5グラムで(+ )0.8%、緑黄色野菜は36.0グラムで(+ )2.0%、その他の果実



類は39.6グラムで(+ )29.8%と前年摂取量を上回ったが、その他の野菜類は114.9グラムで(- )3.5%、柑橘類・トマトは25.4グラムで(- )7.3%と減少を示した。

一般にこの世帯の食糧構成は、他の業態を上回る水準にある。

——日雇・家内労働者世帯——

穀類の摂取量は434.5グラムで消費者世帯中最も多く、そのうち米は351.8グラムで前年に比べ(- )2.7%減少したが、大麦は21.8グラム、小麦は59.6グラムで前年に比べて(+ )14.7%、(+ )14.6%と増加している。

いも類は38.2グラム、豆類は65.4グラムで(- )15.9%、(- )10.3%と減少してる。

次に、油脂類は7.0グラムで(+ )34.6%、動物性食品は157.7グラムで(+ )6.9%増加しており、品目別にみると魚介類が81.4グラム、獣鳥肉類23.7グラム、乳・乳製品28.1グラムでそれぞれ(+ )8.1%、(+ )11.8%、(+ )8.9%と増加を示したが、卵類は24.5グラムで(- )2.8%と若干減少している。

また、野菜、果実類についてみると緑黄色野菜は31.7グラム、その他の野菜類101.0グラムで(- )15.2%、(- )10.8%と前年摂取量を下回ったが、柑橘類・トマトは17.6グラム、その他の果実類22.3グラムで(+ )35.4%、(+ )31.2%と増加を示した。

概してこの世帯の食糧構成は全業態中最も低い水準にある。

——その他の消費者世帯——

穀類の摂取量は413.7グラムで前年に比べて(- )1.2%と若干減少している。

品目別にみると米の摂取量は337.8グラムで(+ )1.9%、大麦13.9グラムで(- )28.4%、小麦61.8グラムで(- )8.7%となっている。

次にいも類は49.5グラムで(+ )25.3%、油脂類は9.0グラムで(+ )30.4%と前年摂取量を上回っているが、豆類は69.7グラムで(- )7.6%減少している。

動物性食品は178.1グラムで前年に比べて(- )1.6%と若干減少し、品目別にみると魚介類は83.3グラムで(+ )6.1%、獣鳥肉類26.3グラムで(- )3.0%、卵類28.7グラムで(- )13.0%、乳・乳製品39.8グラムで(- )6.1%となっている。

また、野菜、果実類についてみると緑黄色野菜は44.7グラムで(+ )18.6%増加しているが、その他の野菜類は116.8グラムで(- )1.0%と僅かに減少している。

柑橘類・トマトは21.9グラムで(- )15.4%減少している。

(ハ) その他の世帯

穀類の摂取量は431.4グラムで前年に比べて(- )4.8%減少している。

品目別にみると米の摂取量は361.5グラムで(- )1.6%、大麦22.2グラムで(- )27.2%、小麦47.4グラムで(- )13.8%となっている。

次にいも類は54.2グラムで(- )4.9%、豆類68.1グラムで(- )4.1%と前年摂取量を下回っているが、油脂類は6.6グラムで(+ )24.5%、動物性食品は152.2グラムで(+ )3.7%増加している。

動物性食品を品目別にみると魚介類は88.6グラムで(+ )15.4%増加しているが、獣鳥肉類は18.5グラムで(- )6.6%、卵類23.1グラムで(- )0.4%、乳・乳製品22.0グラムで(- )18.5%と前年摂取量を下回っている。

野菜、果実類についてみると緑黄色野菜は45.0グラムで(+ )14.2%、その他の野菜類119.9グラムで(+ )0.5%、柑橘類・トマト19.5グラムで(+ )2.1%、その他の果実類56.4グラムで(+ )8.5%といずれも前年摂取量を上回っている。

最近5年間の推移をみると34年に比べて穀類は(- )5.2%、いも類(- )36.8%、豆類(+ )2.1%、油脂類(+ )29.4%、動物性食品(+ )31.1%、緑黄色野菜(+ )10.0%、その他の野菜類(- )13.4%、柑橘類・トマト(+ )23.4%、その他の果実類(+ )39.3%となっており、概してこの数年間に穀類、いも類、その他の野菜類は減少し、油脂類、動物性食品、果実類は増加の傾向を示している。

### 3) 食品群別栄養構成

世帯業態別に各栄養素の食品群別摂取構成を検討してみると、生産者世帯はこの数年かなり改善されてきているが、消費者世帯に比べると各栄養素とも植物性食品、特に穀類等に依存する度合が高く、栄養構成はかなり低い水準にある。

第37表

熱量、蛋白質、脂肪の食品群別摂取比率(業態別)

単位=%

食品群別	熱 量			蛋 白 質			脂 肪		
	生産者世帯	消費者世帯	その他の世帯	生産者世帯	消費者世帯	その他の世帯	生産者世帯	消費者世帯	その他の世帯
総 数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
穀 類	70.8	64.7	69.2	44.1	38.0	40.8	16.6	12.6	15.5
い も 類	2.4	2.0	2.4	1.6	1.2	1.4	0.8	0.9	1.2
砂 糖 類	2.6	2.6	2.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
油 脂 類	2.6	3.6	2.7	0.0	0.0	0.0	25.1	25.8	24.7
豆 類	5.2	5.0	5.2	11.9	10.6	11.2	16.2	12.9	16.3
動物性食品	8.8	12.9	10.2	34.1	42.0	39.1	34.0	39.9	35.5
野菜・果実	4.4	4.6	4.3	6.4	5.6	5.8	2.8	2.5	2.8
そ の 他	3.2	4.6	3.1	2.0	2.5	1.8	4.5	5.4	4.0

一方、消費者世帯は他の世帯群と比較すると熱量、蛋白質、脂肪等各栄養素は動物性食品から摂取する度合が高く栄養構成はすぐれているが、消費者世帯の中でも日雇・家内労働者世帯は極めて低い水準にある。

#### — 熱 量 —

生産者世帯では熱量の70.8%を穀類から摂取しているが、消費者世帯は64.7%で6%程低い。また、いも類からの摂取率も生産者世帯が2.4%で消費者世帯の2.0%を上回るが、動物性食品および油脂類からの摂取率は消費者世帯が12.9%、3.6%で上回っている。

その他の世帯では穀類からの摂取率は69.2%で生産者世帯より若干低いが、消費者世帯よりも高く油脂類、動物性食品からの摂取は消費者世帯より低く、大体生産者世帯と消費者世帯の中間の摂取形態を示している。

次に5月調査で実施した消費者世帯を細分した結果について最近5年間の推移をみると各業態ともに穀類からの摂取率は年々低下しており、一方油脂類、動物性食品からの摂取率は増加し、熱量の摂取構成は質的に改善されてきている。

常用労働者世帯が穀類からの摂取率が64.0%で最も低く、次いで事業経営者世帯とその他の消費者世帯

第38表

熱量の摂取比率(消費者世帯細分・38年5月)

単位=%

業 態 別	総 数	穀 類	いも類	砂糖類	油脂類	豆 類	動 物 性 食 品	野菜果実	そ の 他
事業経営者世帯	100.0	67.0	1.5	2.5	3.2	4.8	12.9	3.6	4.5
常用勤労者世帯	100.0	64.0	1.7	2.8	4.2	4.9	13.5	3.8	5.2
日雇・家内労働者世帯	100.0	71.3	1.7	2.5	2.9	4.6	10.7	3.0	3.3
その他の消費者世帯	100.0	67.0	2.0	3.1	3.7	5.1	11.6	3.7	3.8

ともに67.0%であり、日雇・家内労働者世帯は71.3%と極めて高率である。

また、油脂類、動物性食品などからの摂取率からみて熱量の摂取構成は常用勤労者世帯が最もすぐれており、事業経営者世帯がこれに次いでいる。

#### — 蛋白質 —

穀類からの蛋白質摂取率は、生産者世帯44.1%、その他の世帯40.8%、消費者世帯38.0%であり、生産者世帯、その他の世帯ともに穀類が蛋白質摂取量の最も大きい割合を占めている。

動物性食品からの摂取率は、消費者世帯42.0%で最も高く、次いでその他の世帯39.1%、生産者世帯34.1%となっている。

最近5年間の推移をみると各世帯とも穀類からの摂取率は年々低下し、動物性食品からの摂取率が高くなっている。

次に5月調査で消費者世帯を細分して調査した結果についてみると、動物性食品からの摂取率は常用勤労者世帯が42.8%で最も高く、次いで事業経営者世帯42.5%であり、日雇・家内労働者世帯は穀類からの摂取率が42.6%で他の世帯を上回り、逆に動物性食品からの摂取率は39.5%で最も低い。

#### — 脂 肪 —

脂肪の給源としては、動物性食品の占める割合が最も高く、消費者世帯は39.9%、その他の世帯35.5%、生産者世帯34.0%となっている。

また、油脂類は、消費者世帯25.8%、生産者世帯25.1%、その他の世帯24.7%である。

穀類からの摂取率は、生産者世帯16.6%、消費者世帯12.6%、その他の世帯15.5%である。

その他食品については各業態間に大差はみられない。

最近5年間の推移をみると穀類、豆類の比率は低下し、動物性食品、油脂類の摂取率が高くなっている。

#### 4) 業態別食材料費

昭和38年度の食材料費を業態別にみると消費者世帯の食材料費は最も高く172.70円、その他の世帯139.07円、生産者世帯は131.53円である。

最近5年間における各業態別の食材料費の推移をみると食材料費は相当伸びているが、生産者世帯と消費者世帯の間にはかなりの差が認められる。

##### (イ) 生産者世帯

生産者世帯の食材料費は131.53円で前年に比べて(+ )12.1%増加している。

しかし、消費者世帯に比べて金額で41.17円も下回る。

第39表

1人1日当り食材料費および比率(業態別)

		金 額(円)				構 成 比(%)				対 前 年 比(%)			
		全 国	生産者世帯	消費者世帯	その他世帯	全 国	生産者世帯	消費者世帯	その他世帯	全 国	生産者世帯	消費者世帯	その他世帯
総	量	157.47	131.53	172.70	139.07	100.0	100.0	100.0	100.0	(+)10.2	(+)12.1	(+)9.8	(+)14.7
穀	類	42.73	45.20	41.29	44.22	27.1	34.4	23.9	31.8	(+)8.1	(+)10.3	(+)6.3	(+)13.1
い	も	3.75	3.54	3.88	3.49	2.4	2.7	2.2	2.5	(+)15.0	(+)13.1	(+)16.5	(+)10.4
油	脂	2.61	1.69	3.17	1.74	1.7	1.3	1.8	1.3	(+)6.5	(+)5.0	(+)7.8	(+)20.0
豆	類	7.23	7.11	7.29	7.16	4.6	5.4	4.2	5.1	(+)1.8	(-)10.2	(+)2.4	(+)8.6
魚	介	21.96	17.88	24.13	21.96	13.9	13.6	14.0	15.8	(+)16.1	(+)25.9	(+)12.3	(+)33.8
肉	卵	27.40	14.59	35.00	17.60	17.4	11.1	20.3	12.7	(+)9.6	(+)4.8	(+)12.5	(+)1.4
野	菜	16.14	15.36	16.63	14.40	10.2	11.7	9.7	10.4	(+)6.7	(+)7.0	(+)6.2	(+)17.4
果	実	10.76	7.16	12.94	7.27	6.8	5.4	7.5	5.2	(+)14.8	(+)12.4	(+)17.3	(+)1.8
調	味嗜好品	19.44	14.58	22.29	16.01	12.3	11.1	12.9	11.5	(+)12.9	(+)17.7	(+)12.1	(+)18.3

食品群別に支出構成をみると穀類を除く各品目で消費者世帯をかなり下回っており特に動物性食品、油脂類、果実類の差が著しい。

## (ロ) 消費者世帯

消費者世帯の食材料費は172.70円で業態中最も高く前年の157.28円を(+ )9.8%上回っている。

食品群別にみると消費者世帯の総額中の占める穀類の割合は23.9%(41.29円)で前年の24.7%を若干下回っている。

また、動物性食品に要した費用は59.13円で前年に比べ(+ )12.4%、油脂類は3.17円で(+ )7.8%、野菜類16.68円で(+ )6.2%、果実類12.94円で(+ )17.3%、調味嗜好品22.29円で(+ )12.1%といずれも前年を大きく上回っている。

なお、5月調査における消費者世帯の細分した結果についてみると常用勤労者世帯の食費は174.95円で前年に比べ(+ )10.8%増加して最も多く、次いで、事業経営者世帯は167.26円で(+ )8.3%増加している。

第40表

1人1日当り食材料費および比率(消費者世帯細分・38年5月)

		金 額(円)				構 成 比(%)			
		事業経営者世帯	常用勤労者世帯	日雇・家内労働者世帯	その他の消費者世帯	事業経営者世帯	常用勤労者世帯	日雇・家内労働者世帯	その他の消費者世帯
総	額	167.26	174.95	134.22	157.86	100.0	100.0	100.0	100.0
穀	類	41.17	40.14	40.34	40.95	24.6	22.9	23.4	25.9
い	も	3.35	3.65	2.89	3.33	2.0	2.1	1.7	2.1
油	脂	2.85	3.80	2.40	2.99	1.7	2.2	1.4	1.9
豆	類	7.01	7.01	6.24	7.05	4.2	4.0	3.6	4.5
魚	介	23.71	22.26	19.57	24.39	14.2	12.7	11.3	15.5
肉	卵乳	31.84	35.83	19.96	24.91	19.0	20.5	11.6	15.8
野	菜	19.67	20.02	14.89	20.27	11.8	11.4	8.6	12.8
果	実	9.62	12.12	6.43	9.77	5.8	6.9	3.7	6.2
そ	の	-	-	-	-	-	-	-	-

日雇・家内労働者世帯の食費は134.22円で前年に比べ(+ )10.4%増加しているが、消費者世帯中最も低く、常用勤労者世帯に比べて40.73円も下回っている。

5) 栄養欠陥による身体症候 (業態別発現状況)

業態別に身体症候の発現状況をみると、その他の世帯が24.4%で最も高く、生産者世帯は23.2%と高率に発現しているが、消費者世帯は18.7%でかなり低い。

第41表

業態別身体症候発現率

単位=%

症 候 別	生産者世帯	消費者世帯	その他の世帯
健康者	76.8	81.3	75.6
有症者	23.2	18.7	24.4
貧血	1.5	1.7	2.2
口角炎	4.9	2.3	4.0
毛孔性角化症	4.9	3.0	3.4
けん反射消失	9.3	8.9	10.4
ひ腹筋圧痛	6.5	4.0	7.3
浮腫	2.9	3.0	4.7

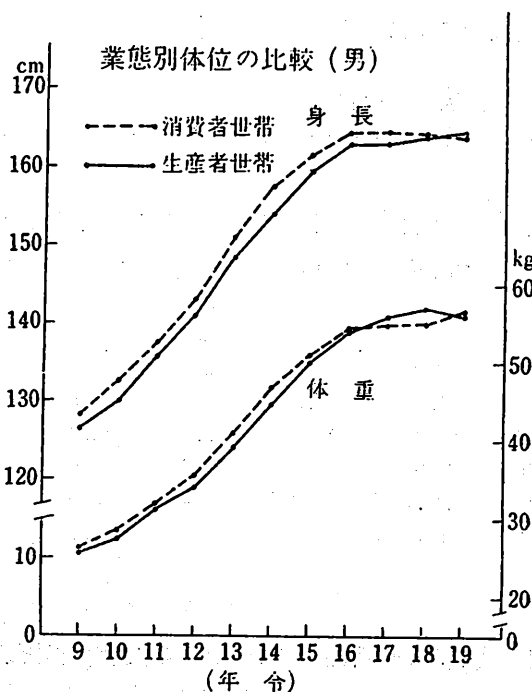
前年と比較してみると、生産者世帯とその他の世帯は若干減少しているが、消費者世帯は僅かに増えている。

症候別にみると各世帯ともけん反射消失が最も高く、その他の世帯10.4%、生産者世帯9.3%、消費者世帯8.9%となっている。

次いでひ腹筋圧痛が、その他の世帯7.3%、生産者世帯6.5%、消費者世帯4.0%であり、生産、消費の両世帯で特に著しい差のあるものは口角炎で生産者世帯の4.9%に対し消費者世帯は2.3%となっている。

年令階級別にみると各世帯ともに年令の増加にともなって有症率は高くなり、生産、消費の両世帯を比較すると5才未満の年令層では大差はないが

第 8 図



5~9才は生産者世帯の18.0%に対し消費者世帯は12.9%、25~29才は生産者世帯の27.3%に対し消費者世帯は20.1%、40才以上では生産者世帯の32.2%に対し28.3%とかなりの差が認められる。

症候別にみると特に差の著しいのは口角炎で、例えば5~9才では生産者世帯は8.1%であるが消費者世帯は3.0%にすぎない。

6) 体 位 (業態別)

生産者世帯と消費者世帯の別に体位を比較してみると一般に消費者世帯は生産者世帯に比べて青少年の発育は良好である。

まず身長についてみると第8図に明らかなおりとおり、9~18才までは全年令を通して消費者世帯は生産者世帯をおおむね2~2.5cm程

第42表

業 態 別 体 位 の 比 較 ( 男 子 )

年 令	身		長		体		重	
	生産者世帯		消費者世帯		生産者世帯		消費者世帯	
	cm	対前年増減	cm	対前年増減	kg	対前年増減	kg	対前年増減
1才未満	63.5	- 1.8	66.2	- 0.4	7.18	-0.35	7.73	-0.26
1	77.6	+ 0.2	79.0	+ 0.3	9.91	-0.37	10.50	-0.07
2	89.1	+ 3.0	87.5	+ 0.5	12.21	-0.04	12.56	+0.16
3	93.3	+ 0.2	94.3	- 0.2	13.64	-0.41	14.27	+0.14
4	99.8	+ 0.6	100.9	- 0.3	15.50	+0.02	15.66	-0.18
5	105.3	- 0.3	106.6	+ 0.2	17.05	-0.14	17.59	+0.21
6	111.1	+ 0.1	111.8	- 1.0	19.13	+0.27	19.20	-0.38
7	116.1	- 0.3	117.2	- 0.4	21.12	+0.08	21.19	-0.25
8	120.8	- 1.6	123.1	- 0.5	22.79	-0.49	23.63	-0.49
9	126.6	0	128.1	+ 0.6	25.84	+0.32	25.97	-0.05
10	130.1	- 1.0	132.6	- 1.2	27.43	-0.49	28.59	-0.67
11	135.6	- 0.9	137.5	+ 0.1	31.31	+0.27	31.57	+0.63
12	141.1	- 0.5	143.2	- 0.2	34.27	-0.51	35.48	-0.44
13	148.3	+ 0.7	151.0	- 0.2	39.44	+0.88	40.85	-0.31
14	154.2	- 0.9	157.5	+ 0.9	44.76	-0.14	46.93	+1.01
15	159.6	- 1.2	161.7	+ 1.2	50.02	-0.74	50.87	+0.39
16	163.1	+ 1.7	164.6	+ 2.0	53.96	+2.64	54.38	+0.88
17	163.3	- 0.8	164.6	+ 0.8	55.83	-0.43	54.91	-0.57
18	163.7	- 1.0	163.8	- 0.3	56.90	-0.26	55.27	-0.31
19	164.5	+ 0.4	164.0	- 1.0	56.25	+0.23	56.45	-0.59
20	163.1	- 0.1	165.3	+ 0.6	56.38	-0.10	56.25	-0.90

度上回っている。

特に発育期の13~17才にかけての差は著しい。

体重については16才位までは消費者世帯が生産者世帯を上回っているが、17~18才はこの関係が逆になって生産者世帯の方が上回る。

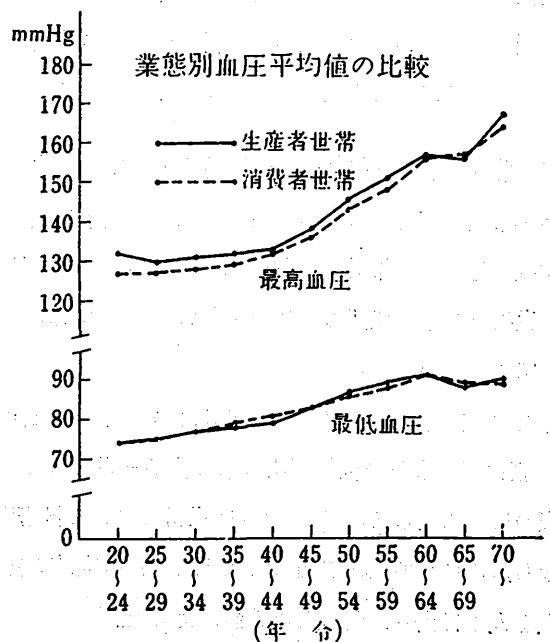
女子の身長、体重もほぼ男子と同じ傾向を示している。

次に上腕囲と胸囲についてみると身長、体重ほどの差はないが、消費者世帯は乳幼児期から小中学校の年令層にかけて生産者世帯を上回るが16才をこえると生産者世帯の方が上回っている。

7) 血 圧 (業 態 別)

昭和38年度の血圧平均値の成績を業態別に

第 9 図



第43表

業態別体位の比較(女子)

年 令	身 長				体 重			
	生産者世帯		消費者世帯		生産者世帯		消費者世帯	
	cm	対前年 増 減	cm	対前年 増 減	kg	対前年 増 減	kg	対前年 増 減
1才未満	62.6	- 0.4	65.4	+ 0.6	6.79	-0.02	7.38	-0.01
1	77.3	+ 1.2	77.7	+ 0.6	9.83	+0.41	10.08	+0.22
2	84.7	+ 0.1	86.7	+ 0.2	11.47	+0.05	12.02	-0.03
3	92.4	+ 0.5	93.4	- 0.2	13.42	+0.29	13.83	-0.01
4	98.9	+ 1.7	100.2	+ 0.3	14.87	+0.22	15.40	+0.03
5	104.2	0	106.7	+ 1.4	16.42	-0.11	17.09	+0.17
6	110.1	- 0.3	111.3	- 0.2	18.17	-0.24	18.64	-0.02
7	115.6	- 0.2	117.1	+ 0.7	20.16	-0.44	20.88	+0.20
8	120.2	- 1.6	121.1	- 1.0	22.39	-0.49	22.50	-0.56
9	125.3	- 0.7	126.9	- 0.6	24.73	-0.69	25.30	-0.44
10	131.3	- 0.7	133.6	- 0.5	27.96	-0.12	29.05	+0.01
11	139.1	+ 0.2	139.5	+ 1.5	32.76	+0.36	32.21	+0.13
12	143.1	- 0.9	146.1	+ 0.9	35.83	-1.33	38.63	+1.21
13	147.2	- 0.7	150.0	+ 0.3	40.31	+0.01	42.05	+0.39
14	150.1	- 0.8	151.5	0	45.68	+0.16	44.58	+0.22
15	151.6	+ 0.1	153.3	- 0.6	46.95	-1.85	48.04	-0.28
16	153.4	- 0.1	154.0	+ 1.6	50.00	-0.80	49.48	+0.38
17	152.3	- 1.6	154.0	+ 0.7	50.04	-2.20	50.66	+0.42
18	152.4	+ 0.9	153.1	+ 0.1	51.37	+1.97	49.32	-1.00
19	150.6	- 2.7	153.1	+ 0.4	49.50	-2.48	50.16	+0.48
20	152.8	- 0.2	153.0	0	50.99	-0.45	49.69	+0.17

比較すると第9図のとおりで生産、消費の両世帯間に特に大きな差異は認められないが、最高血圧は生産者世帯が僅かに消費者世帯を上回っている。

両世帯ともに40才をこえると最高血圧が急激に上昇する傾向は例年のとおりである。

最低血圧については両世帯間に目立つほどの差異は認められない。

また、性別にみても業態別の男女間で特に大きい差はみとめられない。

### C 世帯別・栄養摂取状況調査成績

国民栄養調査では各世帯の最多収入者の職業分類によって、生産者世帯、消費者世帯、その他の世帯の3業態に分類して集計し、業態別成績或いは全国成績として1人1日当りの平均値で示されていた。しかし、世帯別の栄養状態は、各世帯間にかかなりの差があると推定されていたにもかかわらず、その実態は明らかにされていなかった。

そこで、昭和37年2月調査の集計に当って、約1,000世帯の世帯別集計を行なって各世帯についての熱量、蛋白質摂取量の世帯単位の栄養状態を明らかにすることができた。昭和38年度調査においても11月調査の集計に当って同じく約1,000世帯について世帯別集計を行なった。

なお、これらの比較に当ってはそれぞれの実数を各世帯の家族の年令、労働条件などの要素にもとづき成人1人1日当りに換算した数値によった。

ただし、熱量および蛋白質所要量の数値は、昭和35年栄養審議会発表の成人換算率の数値を用いた。

## 1) 熱 量

昭和38年度11月分においては、成人換算にもとづく全国成人1人1日当りの熱量摂取量は2,352カロリーとなるが、世帯別の分布状態をみると、熱量摂取の最も少ない家庭は1,700カロリー以下しかとっておらず、全国で5.7%、生産者世帯は9.2%、消費者世帯は4.3%もみとめられる。

また、たくさん摂取している家庭は3,700カロリー以上とっている家庭が1.7%みられ、前回調査の1.3%を上回っている。

第44表

成人1人1日当り熱量摂取量の分布（業態別・38年11月分）

単位=%

熱 量 Cal	総 数	生産者世帯	消費者世帯
1,699以下	5.7 ( 5.8 )	9.2 ( 6.5 )	4.3 ( 5.0 )
1,700 ~ 2,099	22.4 (19.9)	30.8 (22.2)	19.3 (18.6)
2,100 ~ 2,499	34.6 (33.2)	26.3 (32.6)	37.9 (33.3)
2,500 ~ 2,899	23.7 (24.7)	20.0 (24.2)	25.0 (25.8)
2,900 ~ 3,299	8.3 (11.1)	8.8 (11.1)	8.0 (11.2)
3,300 ~ 3,699	3.6 ( 3.8 )	3.3 ( 2.9 )	3.8 ( 4.3 )
3,700以上	1.7 ( 1.3 )	1.6 ( 0.6 )	1.7 ( 1.3 )

成人1人1日当り蛋白質摂取量の分布

蛋 白 質 g	総 数	生産者世帯	消費者世帯
49以下	3.2 ( 3.5 )	3.3 ( 4.2 )	3.1 ( 3.3 )
50 ~ 69	31.8 (28.0)	32.9 (29.4)	31.1 (27.2)
70 ~ 89	40.6 (40.9)	38.3 (41.8)	42.2 (40.3)
90 ~ 109	17.0 (19.5)	14.6 (17.3)	17.8 (21.1)
110 ~ 129	5.2 ( 5.3 )	7.1 ( 4.8 )	4.6 ( 5.3 )
130 ~ 149	1.7 ( 2.1 )	2.5 ( 1.8 )	1.0 ( 2.3 )
150 ~ 169	0.3 ( 0.7 )	0.4 ( 0 )	0.2 ( 0.8 )
170以上	0.2	0.8	-

( ) 内数値は37年2月成績

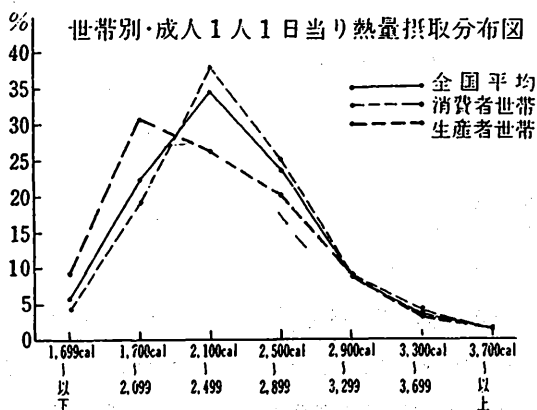
このように38年度調査の結果をみても熱量摂取量は各世帯間で大きな差があることがわかるのである。

また、最も分布の多いのは2,100~2,499カロリーの間で被調査世帯の34.6%でこれは前回調査の33.2%を若干上回るものである。

第 10 図

業態別にみると生産者世帯は1,700~2,099カロリーの間が最も多く30.8%を占めており前回に比べ摂取熱量の低い世帯が増えている。

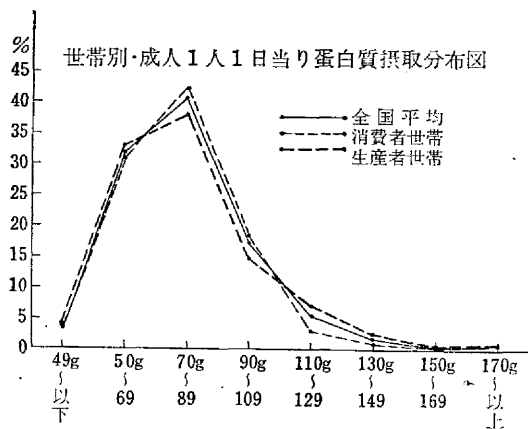
なお、成人1人1日当り熱量所要量である2,500カロリーに満たない世帯数は全体の62.7%で前回調査の58.9%より多くなっている。



## 2) 蛋 白 質



第 11 図



次に蛋白質の成人1人1日当り摂取量は76.7グラムで前回調査の81.0グラムより若干減少している。各世帯の分布状況を見ると最低50グラムに満たない世帯が3.2%もあり、反面多い方では130グラム以上とっている世帯が2.2%あるなど、熱量以上に世帯間の差が著しい。

最も分布の多いのは70~89グラムの間で被調査世帯の40.6%を占め、次いで50~69グラムの範囲にある世帯が31.8%となっている。

また、成人1人1日当りの蛋白質所要量70グラムに達しない世帯が総数で35.0%、生産者世帯に36.2%、消費者世帯34.2%といずれも前回調査より多くなっている。

#### D 地区の特性別にみた食生活の傾向

昭和38年度国民栄養調査の成績を地区の特性による層別に食品の摂取量を集計したところ次のような結果が得られた。

第45表

地区の特性別・食品群別摂取量

単位 = g

	総 数	勤 め 人 労 務 者 地 区	漁 業 地 区	工 業 地 区	商 業 地 区	農 業 地 区
総 摂 取 量	1,157.6	1,163.9	1,024.1	1,115.7	1,154.4	1,157.4
動物性食品計	177.8	199.9	155.8	173.8	198.1	143.4
植物性食品計	979.8	964.0	868.3	941.8	956.3	1,014.1
米	350.7	315.0	356.5	347.3	334.8	393.1
小麦類	64.6	81.2	48.0	67.1	76.1	43.7
いも類	52.8	50.8	59.2	48.6	47.7	57.7
砂糖類	13.4	13.1	13.0	13.1	12.6	14.3
油脂類	8.1	9.8	5.8	6.9	8.0	7.1
豆類	69.4	68.2	70.2	66.9	70.5	70.5
魚介類	77.5	71.3	105.9	75.5	77.7	77.7
肉類	28.2	36.3	19.2	28.5	37.1	16.1
卵類	27.6	33.0	14.8	27.6	32.1	22.1
乳・乳製品	44.7	59.3	16.0	42.3	51.2	27.5
緑黄色野菜	40.7	38.4	34.7	38.2	35.9	44.2
その他の野菜類	125.2	122.7	95.5	106.2	112.2	135.5
柑橘類・トマト	29.7	35.6	14.8	30.0	32.3	20.9
その他の果実類	65.9	72.4	31.7	66.1	69.0	62.7
動物性食品量		%	%	%	%	%
総 摂 取 量	15.4	17.2	15.2	15.6	17.2	12.4

#### 1) 勤め人、労務者地区

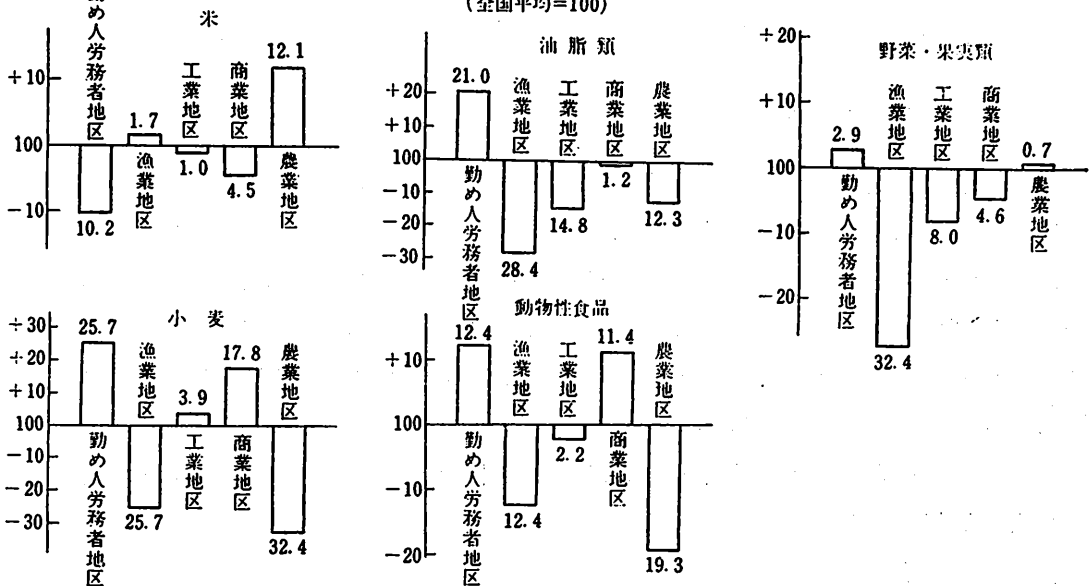
勤め人、労務者世帯の多い地区の食事内容は、米の摂取量が315グラムで全国平均に比べ(-)10.2%も低く、反面小麦は81.2グラムで全国平均を(+ )25.7%上回るなど主食の内容は他の地区に比べ洋風化の傾

向を示している。

また、副食については、全国平均に比べて油脂類が9.8グラムで(+ )21.0%、動物性食品は199.9グラムで(+ )12.4%、野菜・果実類は269.1グラムで(+ )2.9%とそれぞれ上回っており、食糧の消費内容は、他の地区に比べて栄養的に最もバランスがとれているといえよう。

第 12 図

地区の特特殊食品群別摂取量の全国成績との比較  
(全国平均=100)



### 2) 漁業地区

漁業従事者世帯の多い地区は、米の摂取量が356.5グラムで全国平均を(+ )1.7%上回っており、小麦は48.0グラムで(- )25.7%下回っている。

なお、副食については、全国平均に比べて油脂類が5.8グラムで(- )28.4%、動物性食品は155.8グラムで(- )12.4%、野菜・果実類は176.7グラムで (- )32.4%といずれも大きく下回っており、食品中いも類魚介類の摂取量は各地区中最も多いことが注目されるが、肉、卵、乳、野菜、果物など他のものは全地区中最低の摂取量を示している

### 3) 工業地区

製造業、建設業等を営む世帯の多い地区は、米の摂取量が347.3グラムで全国平均を1.0%と若干下回り小麦は全国平均を(+ )3.9%上回っている。

動物性食品は173.8グラムで全国平均に比べて (- )2.2%、油脂類は6.9グラムで(- )14.8%、野菜・果実類は284.8グラムで(- )9.0%といずれも下回っている。

食糧消費の内容は、商業地区に比較してかなり低い水準にある。

### 4) 商業地区

商業、サービス業、経営者世帯の多い地区は、米の摂取量が334.8グラムで全国平均を(- )4.5%下回り反面小麦は76.1グラムで(+ )17.8%上回っている。

また、副食については、全国平均に比べて動物性食品が198.1グラムで (+ )11.4%上回っているが、油

脂類は8.0グラムで(-)1.2%、野菜・果実類は249.4グラムで(-)4.6%と下回っている。

しかし、食糧消費の内容は勤め人・労務者地区に次いでバランスがとれている。

### 5) 農業地区

農家世帯の多い地区は米の摂取量が393.1グラムで最も多く、全国平均を(+ )12.1%上回っており小麦は43.7グラムで最も低く全国平均を(+ )32.4%も下回るなど米食偏重の傾向が最も強いことを示している。

また、副食については油脂類7.1グラム、動物性食品143.4グラムで全国平均に比べてそれぞれ(-)12.3%、(-)19.3%と下回っている。

しかし、野菜・果実類は263.3グラムで全国平均を(+ )0.7%と若干ながら上回っている。

## E 季節の変化と栄養状態

気候、温度等季節変化の大きいわが国においては、生産物も季節によってその種類および収かく量が大きく左右されるので、当然国民の食生活も季節変化によって相当影響をうけることになる。

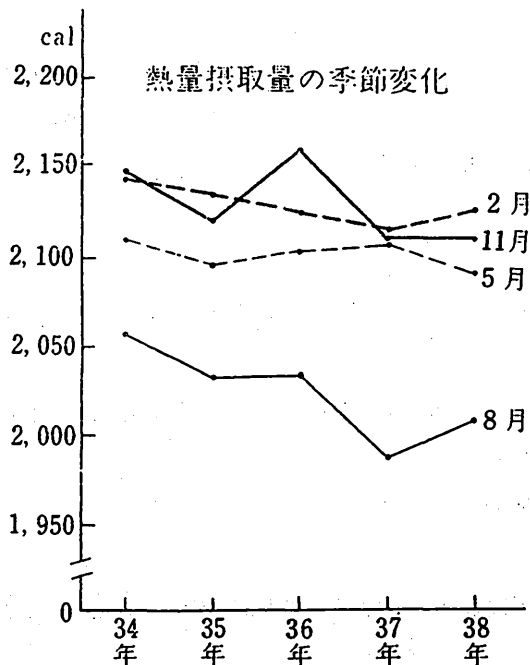
季節的影響を考慮して国民栄養調査は21年から、5月、8月、11月、翌年2月の年4回にわたって実施されるようになり今日に到っているのであるが、これも永年にわたる調査成績によって、季節変化による国民の食生活の傾向と実態を大体把握することができたので、昭和39年度調査からは調査の実施方法を改正して毎年5月の年1回だけ調査することとなった。

そこでこの機会に38年度の調査結果と最近5年間の統計にもとづいて、栄養摂取量および食品摂取量の季節変化の状況を考察してみよう。

### 1) 栄養摂取量

季節別に栄養摂取の状態をみると2月、11月が比較的良好で夏期の8月は低下が著しい。また、5月は

第 13 図



各栄養素とも年間の平均に最も近い数値を示している。

なお、8月は殆んどすべての栄養素について他の月に比べて著しく低いのは、夏期は高温多湿のため生理的に食欲が減退し、食事が不規則になる結果と考えられる。

#### (イ) 熱量

昭和38年度における熱量の摂取量について季節変化をみると2月が2,125カロリーで最も高く、次いで11月2,110カロリー、5月2,090カロリー、8月は最も低く2,007カロリーとなっている。

最高の2月と最低の8月との摂取差は118カロリーである。また、熱量の8月の低下率を年平均に比べてみると(-)3.7%(76カロリー)に及んでいる。

なお、最近5年間に於ける季節変化の年次推移をみると第13図のとおりである。

(ロ) 蛋白質

蛋白質の摂取量は、熱量と同じく2月が73.5グラムで最も高く、次いで11月71.7グラム、5月71.3グラム、8月66.0グラムとなっている。年平均に比べると2月は4.1%高く、8月は6.5%低下し夏期の低下が著しい栄養素の1つである。

最近5年間の推移をみると季節変化の傾向としては8月は熱量と同じく極端に低いが、他の季節間には大差はなく5月が年平均に最も近い数値を示している。

(ハ) 脂肪

脂肪の摂取量は、2月が30.6グラムで最も高く、次いで5月29.1グラム、11月29.0グラム、8月27.9グラムとなっている。この1~2年は季節変化による摂取差が大きくなる傾向がみられる。

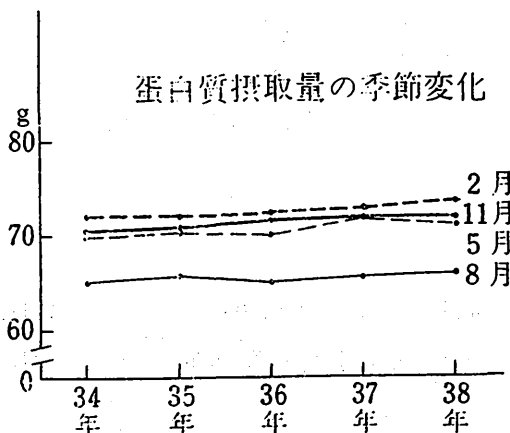
(ニ) カルシウム

カルシウムの摂取量は2月が429ミリグラムで最も高く年平均を4.9%上回っている。

次いで11月420ミリグラム、5月415ミリグラム、最低は8月の370ミリグラムで年平均を9.5%下回る。最高の2月と最低の8月との摂取差は59ミリグラムの差がある

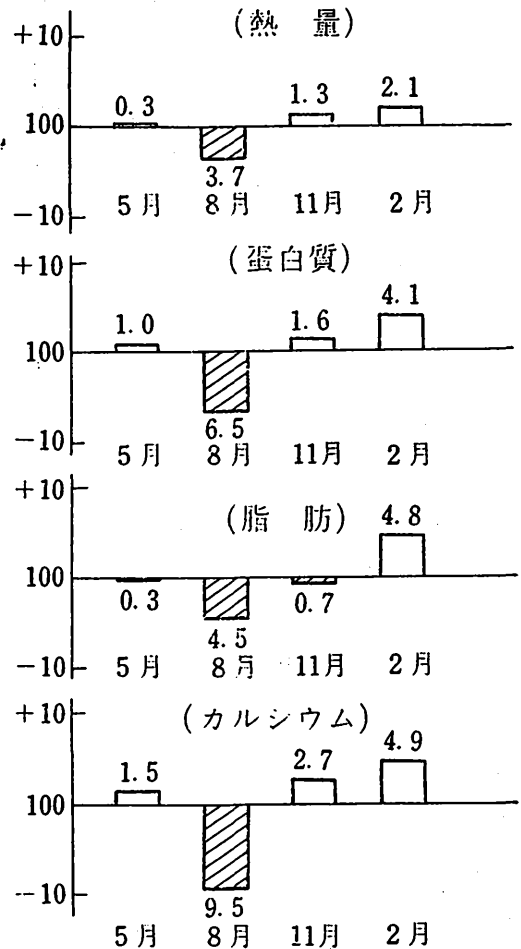
最近5年間の季節変化の推移をみると5月と2月に多く摂取されている。

第 15 図



第 14 図

栄養摂取量の季節別差異(年平均=100)

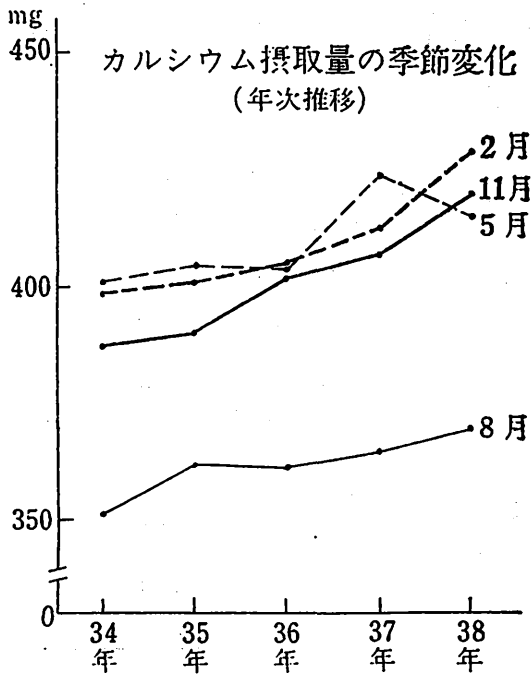


(ホ) ビタミンA

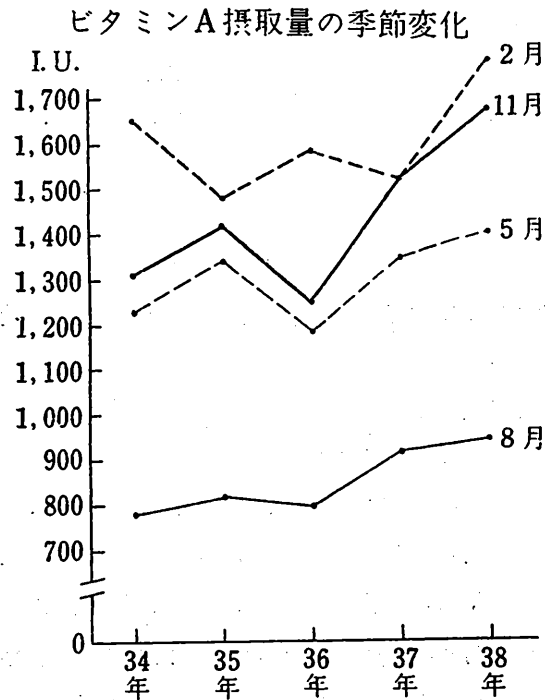
ビタミンAの摂取量は2月が1,786 I. U. で最も高く、次いで11月1,671 I. U.、5月1,401 I. U.、8月945 I. U. で最高の2月と最低の8月との摂取差は841 I. U. で大きな差がみとめられる。年平均に比べると5月は(-)3.5%、8月(-)34.9%、11月(+)15.1%、2月(+)23.0%と季節による摂取差の最も激しい栄養素である。

最近5年間の季節変化の推移をみると第17図のとおりである。

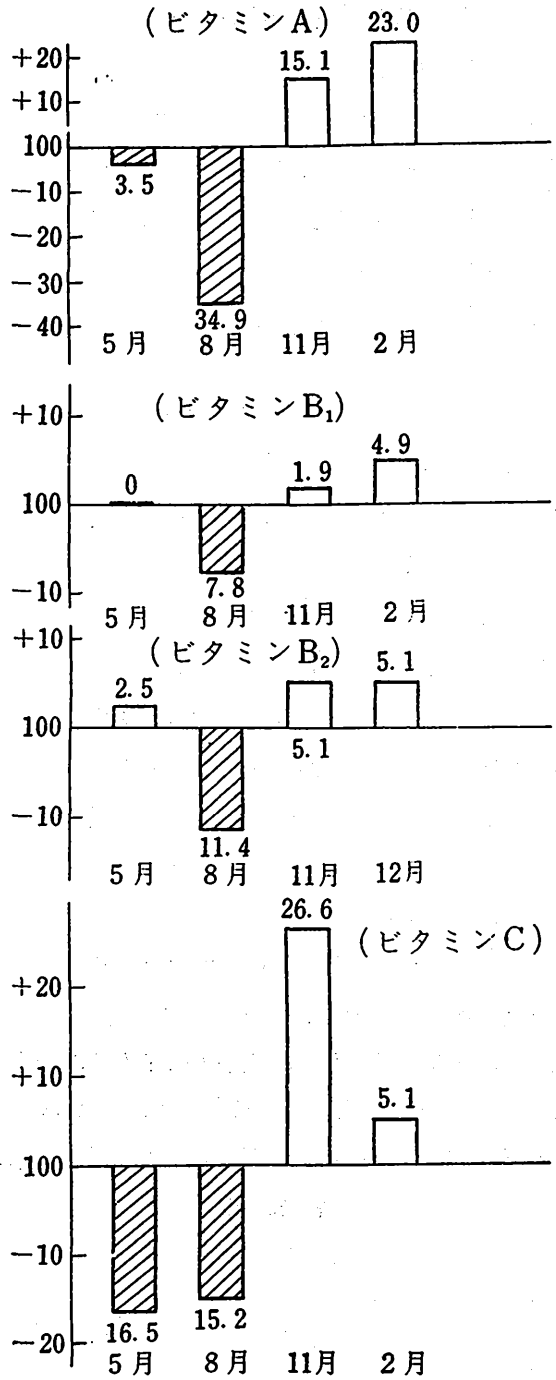
第 16 図



第 17 図



第 18 図



(へ) ビタミンB<sub>1</sub>

ビタミンB<sub>1</sub>の摂取量は、2月が1.08ミリグラムで最も高く、次いで11月1.05ミリグラム、5月1.03ミリグラム、8月0.95ミリグラムとなっている。年平均に比べると8月は(-)7.8%低く、11月、2月は(+)  
1.9%、(+)  
4.9%と上回っている。

季節変化の傾向を年次推移からみると2月、11月が高く5月、8月は低い傾向を示している。

(ト) ビタミンB<sub>2</sub>

ビタミンB<sub>2</sub>の摂取量は2月、11月がいずれも0.83ミリグラム、5月0.81ミリグラム、8月0.70ミリグラムとなっている。年平均に比べて5月が(+ )2.5%、11月(+ )5.1%、2月(+ )5.1%と上回っているが8月は(- )11.4%となっている。

最近5年間における季節変化の推移をみると平均して5月が高く8月は他の季節に比べて著しく低い傾向がみられる。

(チ) ビタミンC

ビタミンCの摂取量は11月が100ミリグラムで最も高く、次いで2月83ミリグラム、8月67ミリグラム、5月66ミリグラムとなっており年平均に比べて5月、8月は(- )16.5% (- )15.2%と低く、11月、2月は(+ )26.6% (+ )5.1%であり、季節的には11月が他の季節を大幅に上回っており、ビタミンA同様季節差が大きい栄養素である。

2) 食品群別摂取量

(イ) 穀類

穀類の摂取量は、2月が438.9グラムで最も高く年平均を(+ )2.5%上回っている。

次いで5月は433.7グラム、11月429.7グラムでそれぞれ年平均を若干上回り、8月は410.3グラムで最も低く年平均に比べて(- )4.2%下回っている。

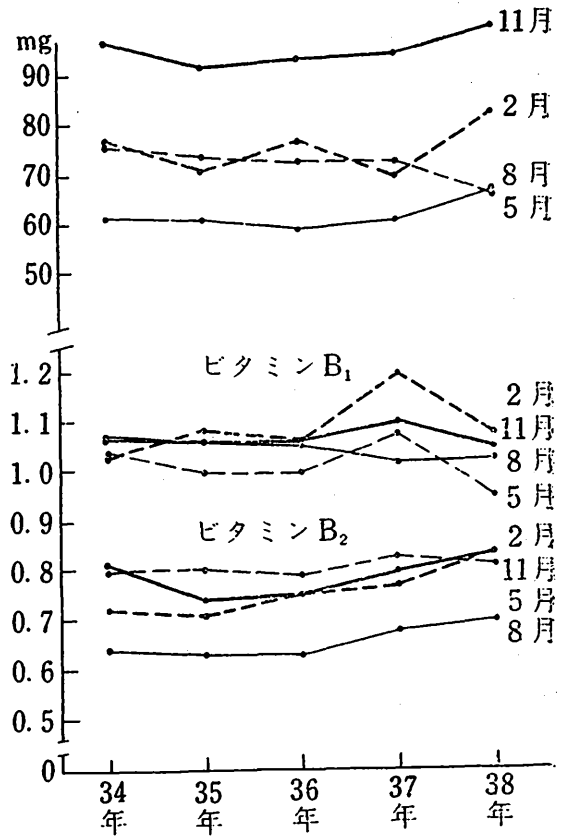
なお、最近5年間の季節変化の傾向をみると第21図のとおりである。

— 米 —

米の摂取量が最も高いのは2月で357.9グラム摂取している。次いで5月は354.6グラム、11月353.1グラム、最低は8月の337.3グラムとなっている。2月に最も多く消費されるのは、餅およびその他の米加工品が多く摂

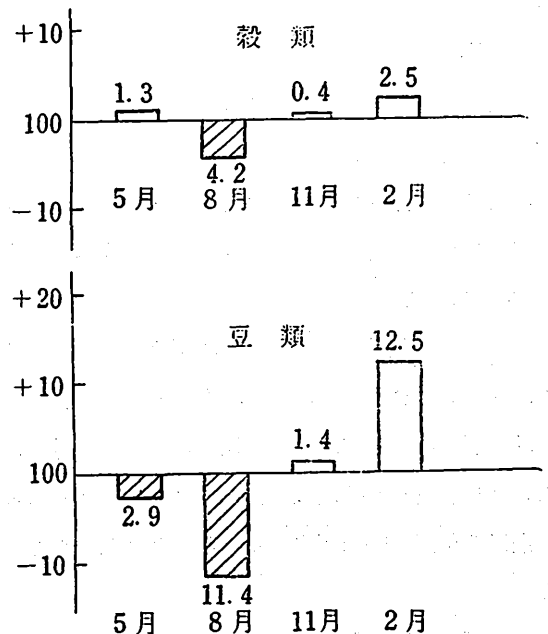
第 19 図

ビタミンC摂取量の季節変化

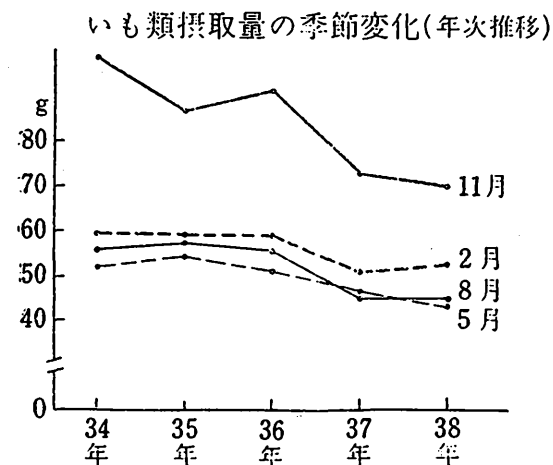
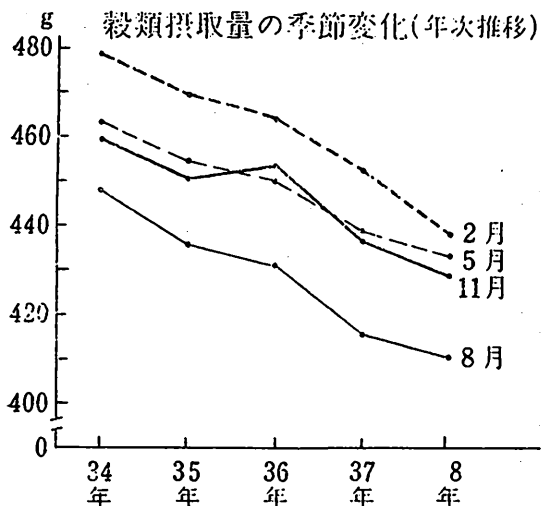


第 20 図

食品群別摂取量の季節別差異 (年平均=100)



第 21 図



取されるからである。

— 小 麦 —

小麦の摂取量は、2月が69.9グラムで最も高く、8月は60.1グラムで最も低い。

品目別にみる8月はパンと生めん（ゆでめんを含む）が他の季節より少ないが、乾めんと小麦粉は多く摂取しており、特に乾めんは他の季節に比べて2倍以上摂取している。

(ロ) いも類

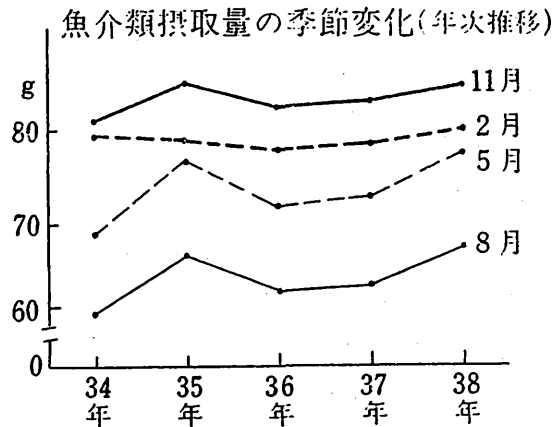
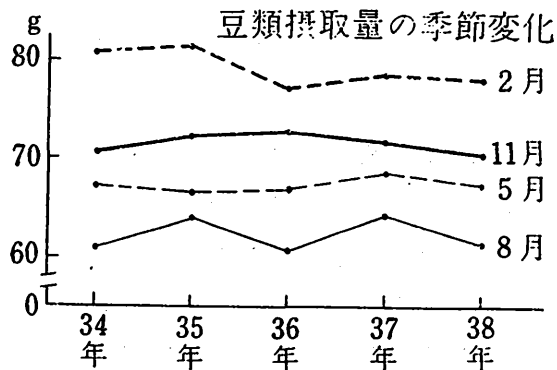
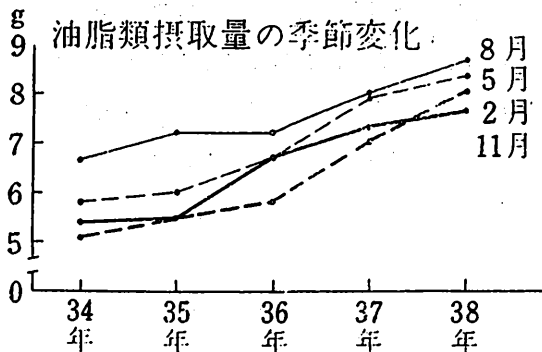
いも類の摂取量は、11月が70.0グラムで最も高く年平均を32.6%上回っている。次いで2月は52.8グラム、8月45.0グラム、5月43.4グラムである。

品目別にみると甘藷、その他のいも類は11月に他の季節の2倍以上摂取されており、馬鈴薯は甘藷の少ない8月に最も多く摂取され、11月は最も低くなっている。

最近5年間の季節変化をみると11月は他の季節を大幅に上回っており、比較的季節差の大きい食品である。

(ハ) 油脂類

第 22 図



油脂類の摂取量は、8月が8.6グラムで最も高く、次いで5月は8.3グラム、2月8.0グラム、11月7.6グラムである。最近5年間の季節変化の推移をみると、この1～2年は季節差が小さくなってきた傾向がみられる。

(二) 豆 類

豆類の摂取量は、2月が78.1グラムで最も高く、年平均を(+ )12.5%上回っている。次いで11月は70.4グラム、5月67.4グラム、最低は8月の61.5グラムで年平均を11.4%下回っている。

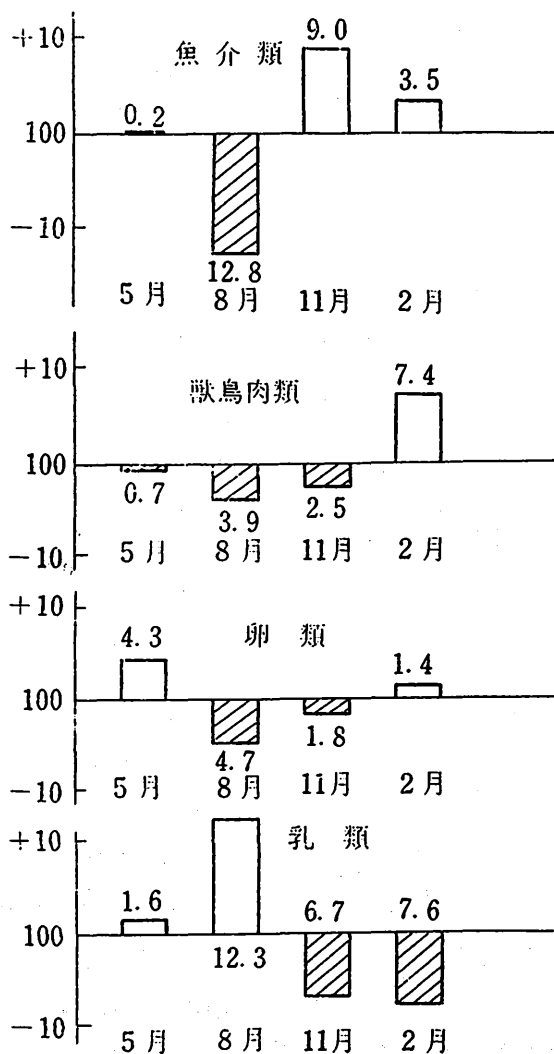
最近5年間の季節変化をみると第22図のとおり季節差の大きい食品である。

(ホ) 魚 介 類

魚介類は、11月が84.5グラムで最も高く、年平均を9.0%上回っている。最低は8月の 67.6グラムで年平均を12.8%下回るなど季節差はかなり大きい。

第 23 図

食品群別摂取量の季節別差異  
(年平均=100)



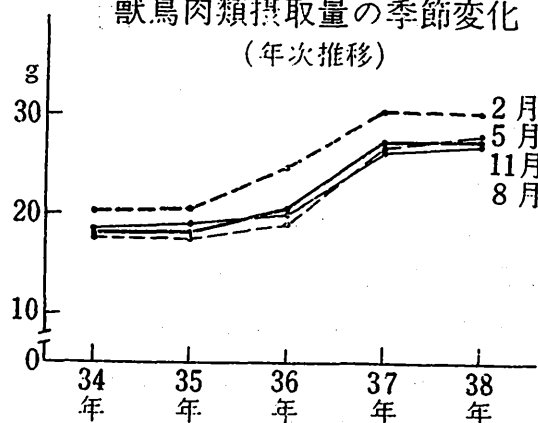
品目別にみると、11月は生物の摂取量が48.6グラムで最も多いが、8月は38.4グラムで10.2グラムの摂取差がある。

半乾物、乾物等は季節による摂取差は余り大きくない。

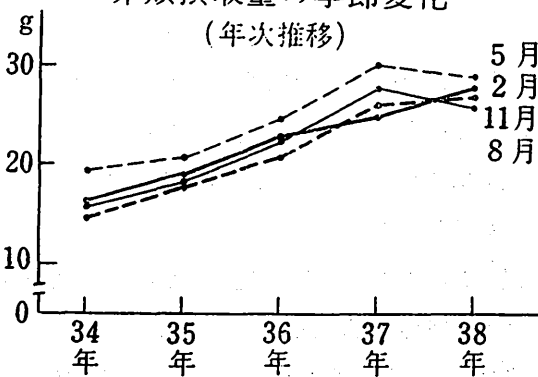
最近5年間の季節変化をみると第22図のと

第 24 図

獣鳥肉類摂取量の季節変化  
(年次推移)



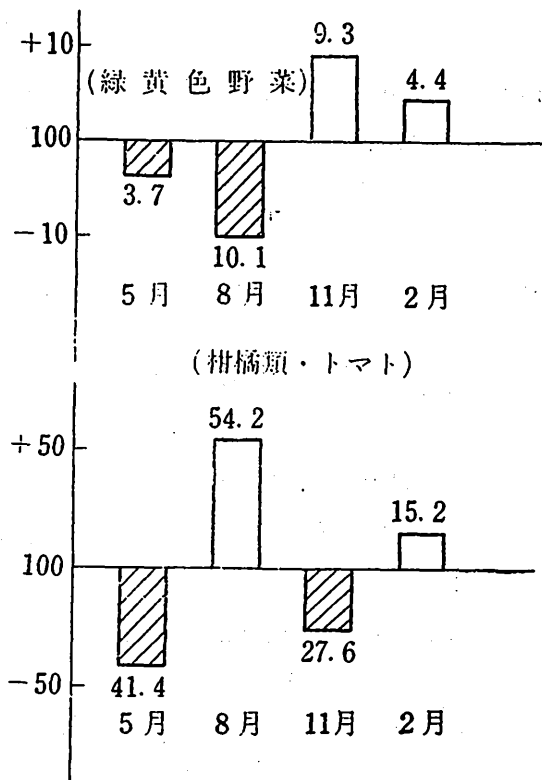
卵類摂取量の季節変化  
(年次推移)





第 25 図

食品群別摂取量の季節別差異  
(年平均=100)



おりである。

(ハ) 獣鳥肉類

獣鳥肉類は、2月が30.3グラムで最も高く年平均を7.4%上回るが、8月は27.1グラムで最も低く、年平均を(-)3.9%下回る。

最近5年間の季節変化の推移をみると、2月は目立って高いが他の季節間にはほとんど摂取差はなくなってきている。

(ト) 卵類

卵類の摂取量は、5月が28.8グラムで最も高く、年平均を(+ )4.3%上回っている。

最低は8月の26.3グラムで年平均を(-)4.7%下回っている。

最近5年間の季節変化の推移をみると第24図のとおりである。

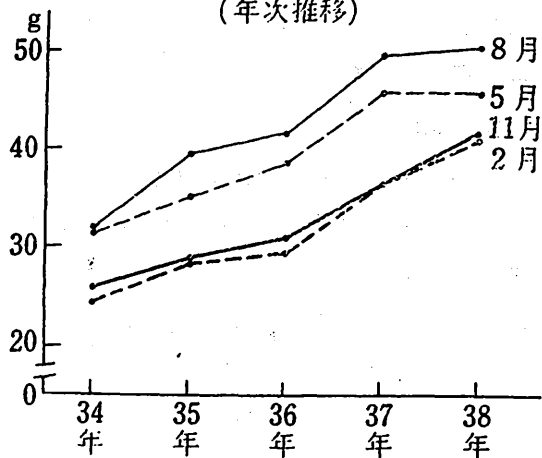
(リ) 乳および乳製品

乳類は8月が50.2グラムで最も高く、年平均を(+ )12.3%上回っている。

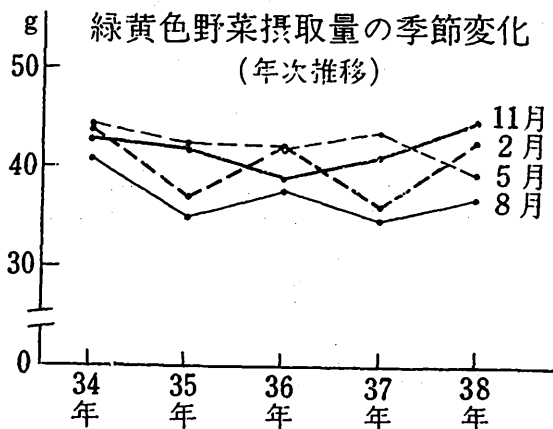
最近2月の41.3グラムで年平均を(-)7.6%下回っている。

第 26 図

乳・乳製品摂取量の季節変化  
(年次推移)

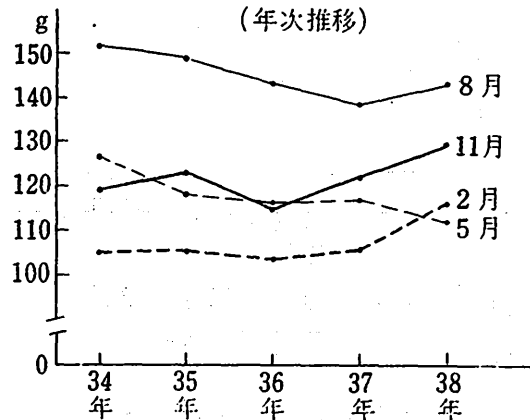


緑黄色野菜摂取量の季節変化  
(年次推移)

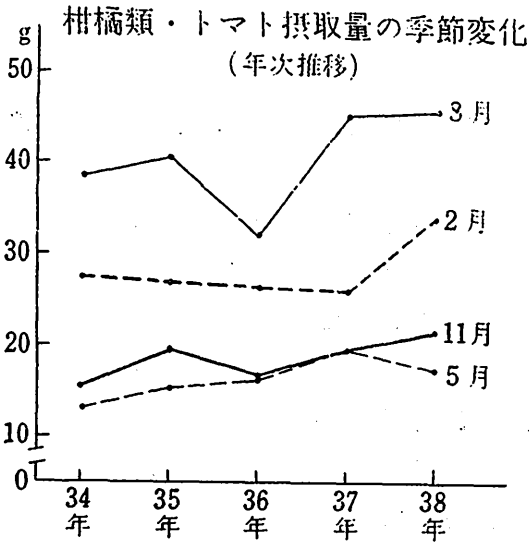


第 27 図

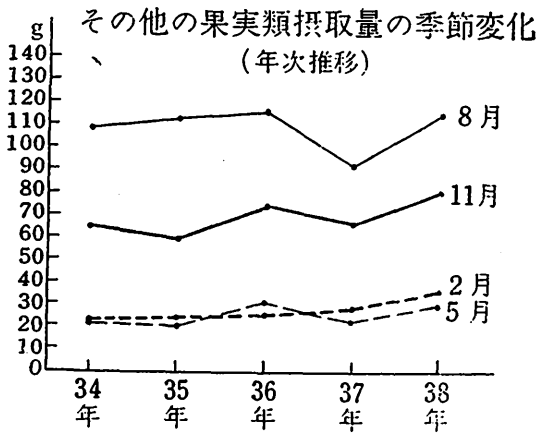
その他の野菜類摂取量の季節変化  
(年次推移)



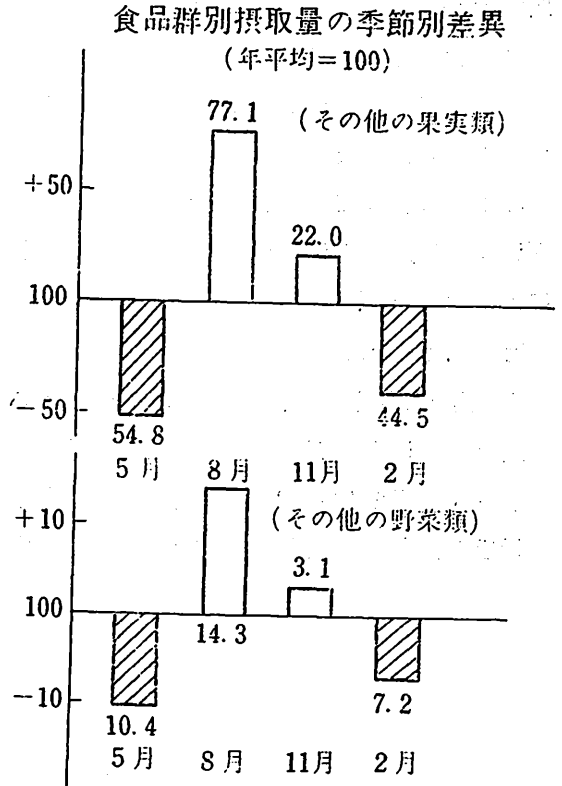
第 28 図



第 29 図



第 30 図



8月が最も高く、他の食品と異なった傾向を示しているのは、夏期にはアイスクリーム等がたくさん消費されるためである。

なお最近5年間の季節変化の推移をみると第26図のとおりである。

(リ) 緑黄色野菜

緑黄色野菜の摂取量は、11月が44.5グラムで最も高く、年平均を(+ )9.3%上回っている。

次いで2月は42.5グラム、5月39.2グラム、最低は8月の33.6グラム年平均を(- )10.1%下回っている。

品目別にみると、収穫時期による季節差が大きく、例えば、にんじんは11月、2月に多くまた、ほうれん草は8月0.3グラムで全く消費されないに近いが、その他の月では平均して摂取されている。また、かぼちゃは8月に21.1グラム摂取されているが、その他の月ではほとんど摂取されないに等しい状態である。

最近5年間の季節変化の推移をみると、8月の最低であることは変わらないが、他の季節間にはかなり変動がみられる。

(ヌ) その他の野菜類

その他の野菜類は、緑黄色野菜と反対に8月が143.1グラムで最も多く摂取されており、(+ )14.3%上回っている。最低は5月の112.2グラムで年平均を(- )10.4%下回っている。

最近5年間の季節変化の推移をみると、この1～2年は2月、11月の摂取量が増えており、季節間の摂取量差は小さくなってきた傾向がみられる。

(ル) 柑橘類・トマト

柑橘類・トマトは8月が45.8グラムで最も高く年平均を(+ )54.2%上回っている。最低は5月の17.4グラムで季節差がかなり著しい。

これは、収かく時期によって大きく左右される食品であって、品目別にみると、柑橘類は、2月は34.0グラム、11月20.9グラムと摂取されているが8月はほとんど消費されないに等しく、また、トマトは8月に45.7グラム消費されているが、その他の季節は極めて僅かな量にすぎない。

(オ) その他の果実類

その他の果実類の摂取量は、8月が116.7グラムで最も高く、年平均を(+ )77.1%上回っている。

最低は5月の29.8グラムである。8月が他の季節を大幅に上回っているのは、夏期には重量の大きい「すいか」、「まくわうり」、「桃」等が多く消費されるためである。

最近5年間の季節変化の推移をみると、第29図のとおりである。