

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

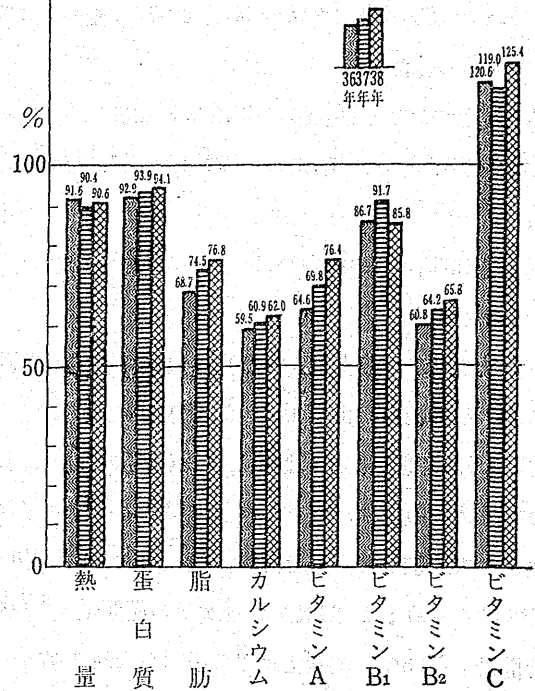
熱量の摂取量は、2,083カロリーで前年に比べて(+)0.1%と僅かな増加にとどまっている。

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
	炭素	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 ₁ mg	100.0	0	99.0	104.8	98.1
ビタミンB ₂ 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B₁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B₁——

ビタミンB₁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B₁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B₁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B₁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B₁の摂取量は伸び悩んでいるものであろう。

——ビタミンB₂——

ビタミンB₂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B₂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B₂がB₁と異なりこの1~2年増加しているのは、ビタミンB₁はその50%近くまでを穀類から摂取しているのに対して、B₂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增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

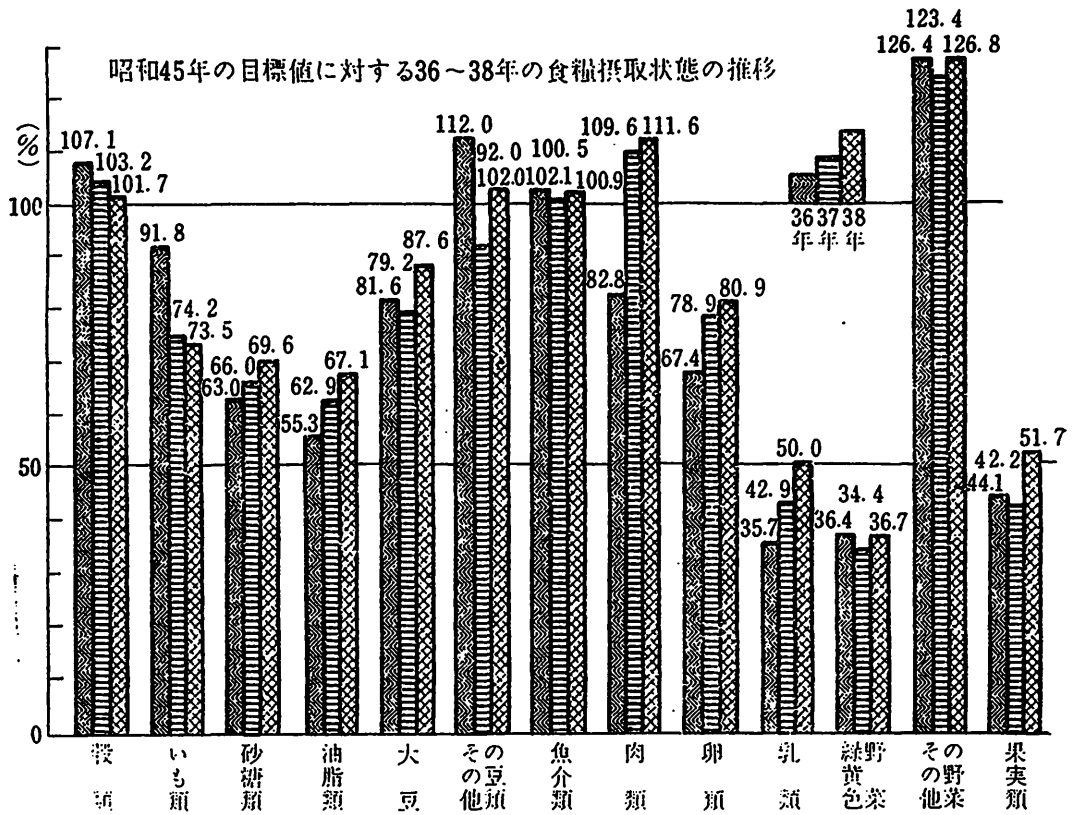
昭和38年度の国民1人1日当り食品群別摂取量についてみると食糧消費の内容は質的に改善されてきているが、これを昭和45年の目標値である食糧構成基準と比較すると第2図のとおりで、まだかなり食品のかたよりが目立っている。

(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	0.8	0.6	(-) 25.0		緑黄色野菜	38.6	40.7	(+) 5.4
いも類	総	0.5	0.4	(-) 20.0	その他の野菜	121.0	125.2	(+) 3.5	
	甘馬鈴	53.8	52.8	(-) 1.9	乾燥野菜(加工品を含む)	2.2	2.3	(+) 4.5	
	その他のいも	10.8	9.9	(-) 8.3	野菜漬物	47.4	49.3	(+) 4.0	
	加工品	24.7	25.0	(+) 1.2	柑橘類・トマト	27.6	29.7	(+) 7.6	
砂糖類	砂糖	18.4	18.0	(-) 2.2	その他の果実	52.5	65.9	(+) 25.5	
	加工品	13.4	14.0	(+) 4.5	海藻類	4.6	4.6	0	
油類	油脂	7.6	8.1	(+) 6.6	調味嗜好品	26.5	26.2	(-) 1.1	
	大豆	70.8	69.4	(-) 2.0	その他	60.5	63.3	(+) 4.6	
	大豆製品	1.2	1.3	(+) 8.3					
	大豆製品	25.5	25.1	(-) 1.6					
豆類	大豆製品	38.5	37.3	(-) 3.1					
	大豆製品	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B₁

ビタミンB₁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B₁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B₂

ビタミンB₂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B₂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B₁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。

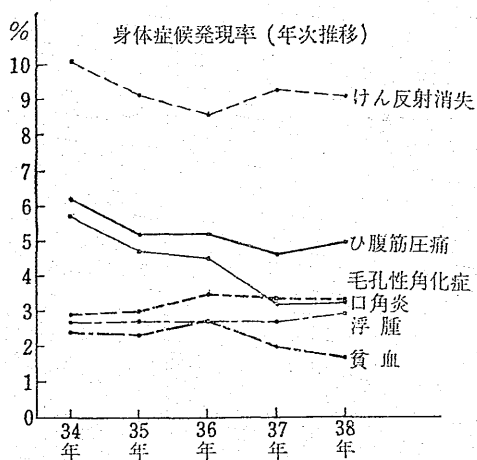
なお、最近5年間の食材料費の推移についてみると、食材料費はこの1~2年は特に上昇が著しく、5年前の34年に比べて38年度は(+)49.1%と約5割近い上昇を示している。

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B₁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B₂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のが目立っている。

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。

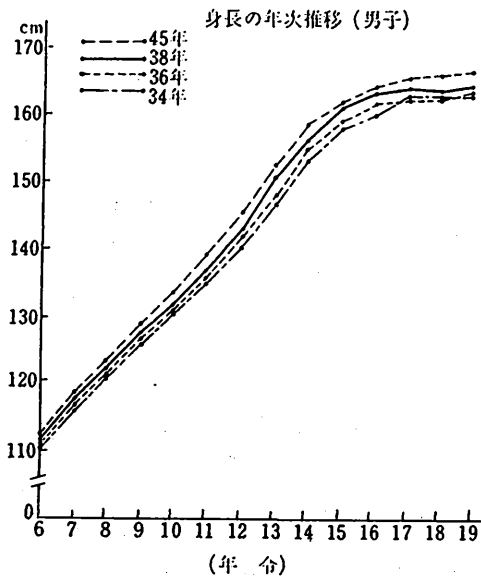
第25表

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

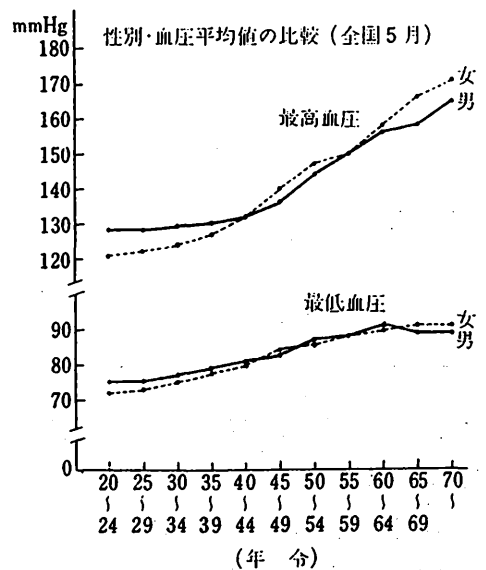
7) 血 圧

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 う歯の性別年齢階級別保有者率

		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) 性別年齢階級別保有者率

次に性別、年齢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齢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。

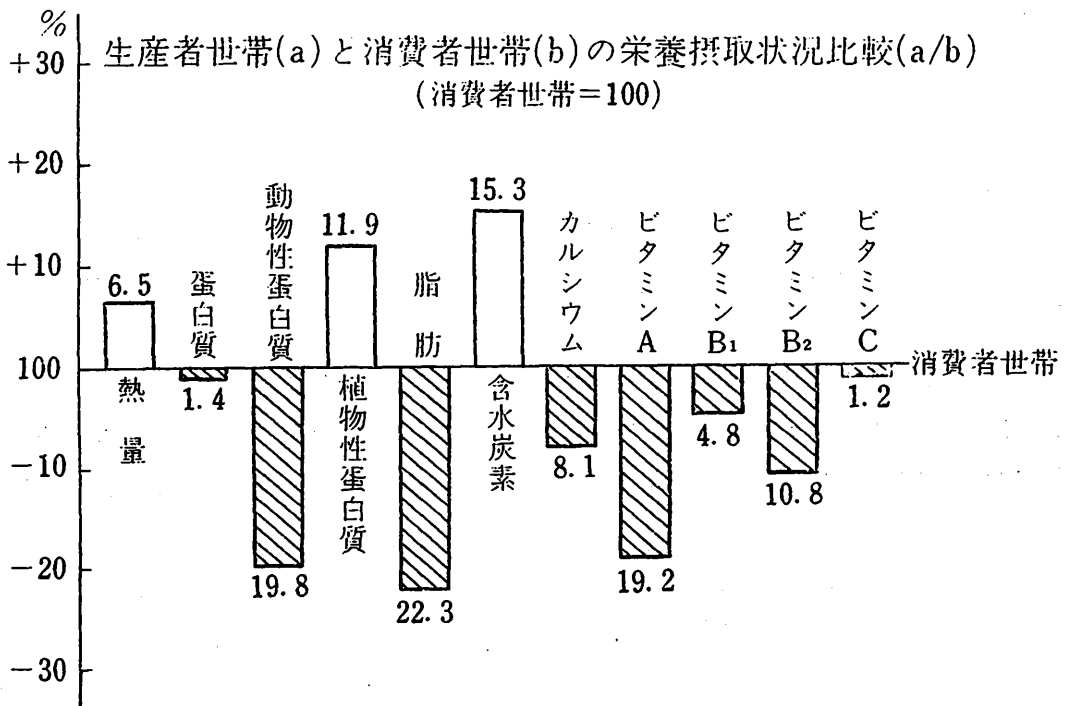
B 業 態 別 成 績

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(+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B₁(-)4.8%、ビタミンB₂(-)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