

結 果 の 概 要

概 説

昭和42年度に実施した国民栄養調査の調査成績についてみると、全国平均1人1日当り栄養摂取量は動物性たん白質、脂肪、カルシウム、ビタミン類が順調な増加を示しており、また、食糧消費内容の面でも畜産食品、果実類が大幅な増加を示すなど国民の食生活は、質的にかなり改善されている結果が示されている。

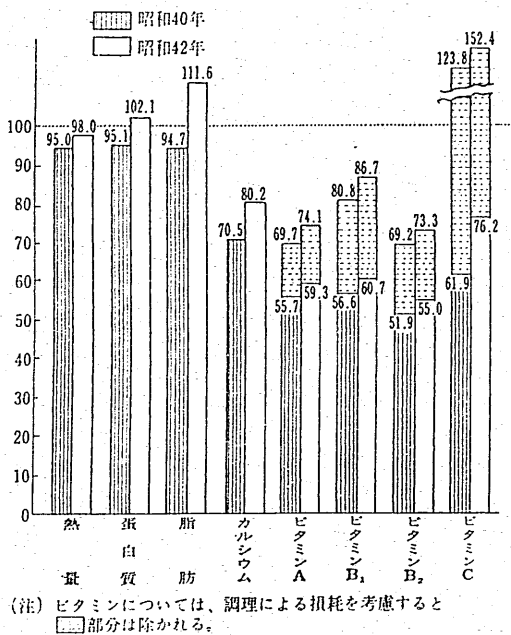
特に本年は、摂取カロリー中に占める穀類カロリーの比率がはじめて60%を下回ったことが目立っている。

しかしながら、この調査成績を細部にわたって検討した場合、地域、職業、支出階層の別に格差が著しく、依然として多くの低栄養の階層が存在していることが指摘される現状にある。

以下、本年度における国民栄養調査成績の概略を紹介する。

A 栄 養 摂 取 量

図一 昭和45年を目途とした栄養基準量に対する栄養摂取量の比較



昭和42年度の全国平均1人1日当り栄養摂取量は昭和40年度と比較して、熱量、たん白質をはじめとしてすべての栄養素が増加を示した。特に脂肪、カルシウム、ビタミンAの増加が目立っている。

この栄養摂取量を昭和38年に栄養審議会が決めた昭和45年を目途とした数値と比較すると図一のとおり、熱量、たん白質、脂肪は目標値にほぼ達しているが、カルシウム、ビタミン類など微量栄養素はまだ下回っている。

1. 全国平均1人1日当り栄養摂取量

(1) 熱量

昭和42年度の全国平均1人1日当り熱量摂取量は、2,254カロリーであり、40年摂取量(2,184カロリー)に比べて若干増加している。

この10年間における摂取量の推移は表一5のとおりである。

(2) たん白質

たん白質の摂取量は、76.6グラム(うち動物性たん白質は31.7グラム)であり、40年に比べて総量、動物性ともに増加を示したが、この10年間の摂取量の推移をみた場合、動物性たん白質は順調な増加傾向にあるが、たん白質総量としては、ほぼ横ばいの傾向にある。