

3. 食品の摂取状況

緑黄色野菜、乳・乳製品の増加傾向に対し、米類、果実、砂糖、菓子は減少傾向

平成5年調査における全国平均1人1日当たり食品群別摂取状況は表5のとおり、前年に比べて小麦類、緑黄色野菜、乳・乳製品はわずかながら増加しているが、そのほかの食品類は減少している。また、昭和50年以降の年次推移について特に増減の大きいものをみると図37のとおり、緑黄色野菜及び乳・乳製品等が増加を示す一方、米類、果実類、砂糖類、菓子類は減少の傾向を示している。

なお、卵類、魚介類、小麦類等は比較的变化が少なく、その摂取はほぼ横ばいの状態となっている。

次に、食品摂取量の標準偏差をみると表6のとおり、米類、その他の野菜、卵類、魚介類等は標準偏差が小さく、世帯間で比較的平均してとられているが、菓子類、調味嗜好飲料など嗜好的要素の大きい食品、牛乳・乳製品などは世帯間の格差が大きい食品であることがわかる。

(1) 植物性食品摂取量の推移

植物性食品の摂取量の年次推移をみると図38のとおりである。米類の摂取量は、昭和40年には350gであったが、平成5年には約200gにまで減少しているものの、摂取量の減少傾向は滞ってきている。

いも類の摂取量は、昭和40年代において多少増減がみられるが、昭和50年ごろからは60～70g程度、小麦類の摂取量は、昭和40年代前半までは一貫して70g前後を保ち、後半からは90～95g、豆類の摂取量は、昭和40年以降65～70gとほぼ安定した摂取傾向を示している。

表5 食品群別摂取量の年次推移

	昭和50年	55年	60年	平成2年	3年	4年	5年	5年/4年 ×100	
穀類	米類	248.3	225.8	216.1	197.9	198.9	197.3	195.4	99.0
	小麦類	90.2	91.8	91.3	84.8	87.2	85.3	86.9	101.9
いも類	60.9	63.4	63.2	65.3	68.8	65.0	62.5	96.2	
油脂類	15.8	16.9	17.7	17.6	17.4	18.0	17.9	99.4	
豆類	70.0	65.4	66.6	68.5	68.6	67.5	65.9	97.6	
緑黄色野菜	48.2	51.0	73.9	77.2	73.2	80.9	81.6	100.9	
その他の野菜*	198.5	200.4	187.8	173.1	176.0	187.7	180.6	96.2	
果実類	193.5	155.2	140.6	124.8	112.4	126.1	114.9	91.1	
海藻類	4.9	5.1	5.6	6.1	6.1	5.6	5.5	98.2	
砂糖類	14.6	12.0	11.2	10.6	10.3	10.6	10.2	96.2	
調味嗜好飲料	119.7	109.4	113.4	137.4	144.1	146.8	143.3	97.6	
菓子類	29.0	25.0	22.8	20.3	21.5	20.9	20.3	97.1	
魚介類	94.0	92.5	90.0	95.3	96.8	96.8	96.2	99.4	
肉類	64.2	67.9	71.7	71.2	76.4	75.1	73.7	98.1	
卵類	41.5	37.7	40.3	42.3	42.7	43.3	42.7	98.6	
乳・乳製品	103.5	115.2	116.7	130.1	128.7	129.0	130.8	101.4	

*ここでは、きのこを含むのでp.89とは合致しない。

図 37 摂取量変化の大きい食品群の年次推移 (昭和 50 年 = 100)

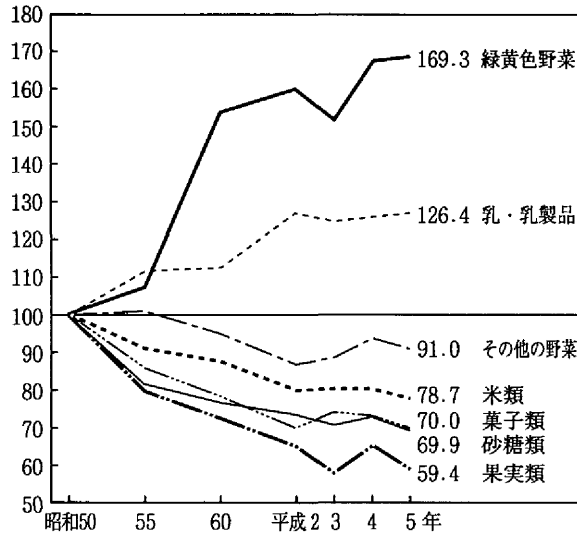
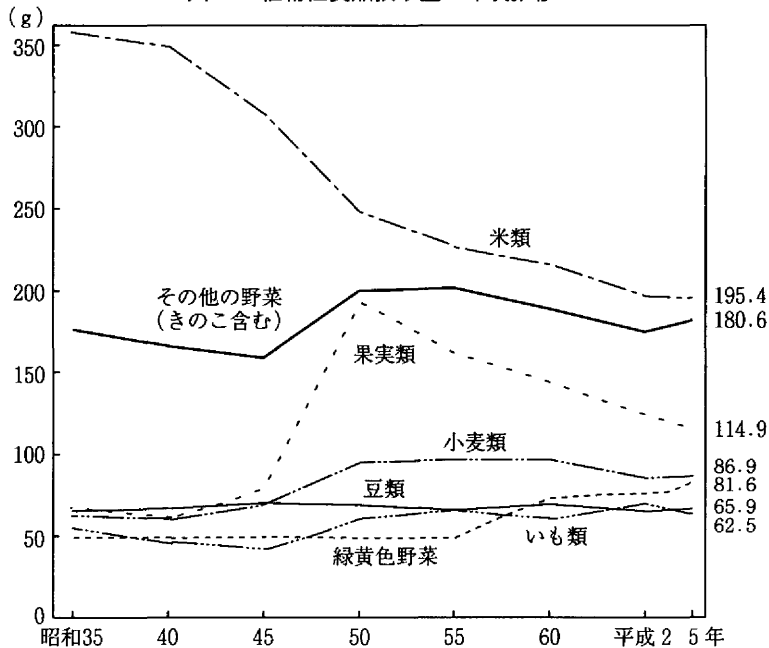


表 6 主要食品の世帯間格差の状況

	世帯間格差の小さい食品				世帯間格差の大きい食品		
	平均値 (g)	標準偏差	変動係数		平均値 (g)	標準偏差	変動係数
米 類	195.4	69.2	35.4	菓 子 類	20.3	27.3	134.5
その他の野菜	170.2	84.3	49.5	調味嗜好飲料	143.3	181.6	126.7
卵 類	42.7	22.1	51.8	果 実 類	114.9	100.4	87.4
魚 介 類	96.2	52.0	54.1	牛乳・乳製品	130.8	107.2	82.0
肉 類	73.7	41.6	56.4	緑黄色野菜	81.6	56.6	69.4

図 38 植物性食品摂取量の年次推移



野菜類、果実類については、価格変動が大きく、また季節変動等に大きく影響されやすいので増減が激しいが、緑黄色野菜は昭和50年以降漸増の傾向があり、逆にその他の野菜は漸減の傾向がみられる。

(2) 動物性食品摂取量の推移

動物性食品の摂取量の年次推移をみると図39のとおりである。どの食品群においても昭和40年代においては漸増の傾向がみられたが、昭和50年代においては魚介類が90~95g、卵類が40g前後と安定し、肉類においてもわずかに増加の傾向がみえるものの、伸びは昭和40年代と比べかなり小さく、乳・乳製品においてもここ数年横ばいの状態にある。

(3) 嗜好性食品摂取量の推移

嗜好性食品の摂取量の年次推移をみると図40のとおりである。砂糖類が漸減の傾向があるのに対し、油脂類、酒類は増加の傾向がうかがわれる。

