

7. 記 述 方 法

本書において国民栄養調査の成績は第1部、第2部及び第3部に分けて集計収録した。

第1部は昭和32年度において実施した調査成績であり、第2部は、昭和21年以降32年に至るまでの年次別推移であり、第3部には国民栄養に関係ある資料を付録としてのせた。

Ⅲ 調 査 成 績

A. 概 説

国民の食生活は、戦争終了前後に著しく低下し、そのため国民の体位も戦時の数年で30～40年逆もどりした感を与えたが逐年食糧消費水準及び体位は向上し、特に昭和27、28年の两年には著しく改善されているが、昭和29年以降は一般に伸びは鈍化している。

なお、戦前には今日行われているような大規模な国民栄養調査がなかつたので正確な比較は困難であるが記録された食糧の生産統計、その他の資料から推測すれば栄養摂取量は戦前の水準を上回っていると認められる。また、国民の体位もおおむね昭和30年頃には戦前の水準に達し、それ以後は比較的着実な足どりで向上している。

しかしながら、国民の食生活は全般的にみて穀類、特に米食依存度が高いため良質蛋白、脂肪、ビタミンA、B₁、B₂、カルシウム等に欠け易く、このためこれらの栄養素の不足からくる身体症候はかなりみられ、特に国民の約半数を占める生産者階層において、この傾向は顕著である。

1. 栄 養 摂 取 量

国民の栄養摂取水準は逐年改善され、かなり向上してきたが、昭和28年を転機として著しい向上はみられず、一般に上昇のテンポは緩慢である。

なお、前年と比較すると動物性蛋白質、ビタミンA、B₂等若干の伸びをみせているが、ビタミンB₁のみは白米食の増加のため遺憾ながら逐年下降に転じ、そのため腱反射消失、腓腸筋圧痛等ビタミンB₁欠乏症候の多発となつて現われ、わが国の米食偏重の食生活の根本的な不合理性を端的に示している。

消費者世帯は生産者世帯に比べ栄養摂取水準はかなり上位にあり、特に消費者世帯のうち各栄養素を通じて最もバランスのとれた業態は常用勤労者世帯であるが、日雇及び家内労働者世帯の栄養水準は極めて低い。

生産者世帯にあつては熱量は消費者世帯よりも多いが、蛋白質、脂肪をはじめすべての栄養摂取量は量的に劣っているばかりでなく、質的にも、植物性食品特に穀類からの摂取量が多く、動物性食品からの摂取は少く栄養構成はかなり劣っている。

2. 食 品 摂 取 量

前年と比較すると一般に各食品とも停滞的であるが、ここ数年来の傾向をみると、主食中における米の占める割合が増加し、逆に小麦粉類の摂取は停滞ないしは減少の傾向をみせ戦後つちかわれつつあつた粉食化傾向はやや足踏みの状態である。

しかし、穀類全体としては逐年食糧構成上の比率を低め、また、いも類、緑黄色野菜、味噌等も漸減している。

動物性食品では、鮮魚介は昭和27年を頂点として下降に転じているが、肉類、卵類、乳類特に乳類は乳牛の急速な普及で生産水準が著しく向上したため31年から激増している。

また肉類、卵類も着実な足どりで向上している。次に油脂類、大豆製品、調味嗜好品等も比較的順調な伸びをみせている。このように総じて食糧構成は著しく改善されているが、緑黄色野菜の漸減していることは遺憾である。

生産者世帯では摂取食品の多くを限られた自家生産物に強く依存している関係から植物性食品が多く、特に白米食の傾向は著しいものがある。

消費者世帯の消費構造は、その質的構成において生産者世帯をはるかに上回り、特に常用勤労者世帯では文化的、しや侈的内容をもつた消費傾向が多分にみられるようになった。

しかるに日雇及び家内労働者世帯では動物性食品、野菜、果実等の副食の構成は極めて粗悪で食生活水準がかなり低位にあることがわかる。

3. 栄養欠陥による身体症候

栄養欠陥による身体症候発現頻度は、ここ数年来顕著な増減をみなかつたが、昭和31年以来ビタミンB₁欠乏に起因すると思われる症候、すなわち腿反射消失及び腓腸筋圧痛等が著しく増加している。

また、口角炎も食糧消費水準が向上しているにもかかわらず、軽度の上昇をみせている。なお、栄養欠陥による身体症候を持つ者の数(有症率)は数年来の22~23%を上回り25.9%に及んでいる。

なお、生産者世帯は各疾患を通じて消費者世帯よりも罹患率が高いが、これには各種の原因が考えられるが、特に激しい農業労働とこれに伴わない不十分な栄養摂取が災しているためであろう。

4. 体 位

戦争終了前後に著しく低下した国民の体位は、逐年回復をみせ、おおむね、昭和30年頃から青少年の体位は戦前に日本人が記録した最高の体位の水準を上回るまでに回復している。

業態別にみると消費者世帯の乳幼児の発育は、すべてにおいて生産者世帯よりもまさっているが、青少年層では身長、体重、座高はすぐれているが、胸囲と上腕囲はやや下位にある。また、生産者世帯では乳幼児、青少年の発育は劣っているが、成人に達すると広胸型のずんぐりした消費者世帯に比較して体重の重い者の多いことを示している。

B. 各 説

1. 栄養摂取量

1) 全国平均1人1日当り栄養摂取量

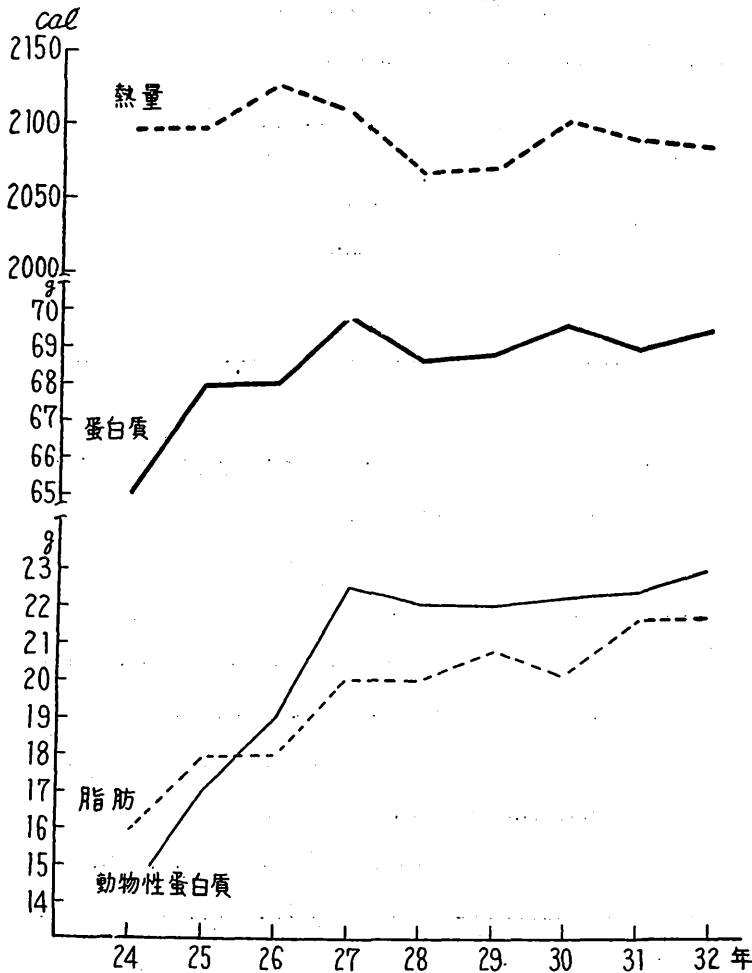
前年に比して熱量、脂肪は停滞しているが、動物性蛋白質の摂取量が僅かながら増加している。

また、ビタミン A, B₂ 等は若干の伸びをみせているが、カルシウム、ビタミン C は停滞している。しかるにビタミン B₁ は白米の消費増加のため逐年減少傾向をみせている。

このように日本人の現実に摂取している栄養量はビタミン B₁ を除き総体的に遅滞とはいえ伸びを示しているが、基準量と比較すると、特に脂肪、カルシウム、ビタミン類の不足は著しいものが認められる。

次に栄養素別にその内容について検討する。

第1図 摂取栄養量の年次推移
(1人1日当り)



(1) 熱 量

熱量は 2,089 カロリーで日本人の基準量である 2,180 カロリーと比べて約 100 カロリー程度不足してい

る。前年度と比較するとほとんど増減はみられない。これらについて季節変動をみると第3図にみられるように11月、2月が高く、8月が低く最高と最低の差はおよそ110カロリーである。

年次別にみると昭和21年は1,900カロリー、22・23年は2,000カロリー、24年以降32年にいたるまでは大体頭打ちの状態です、2,100カロリー前後の値を示している。(第1図)

(四) 蛋白質

蛋白質の摂取量は69.6g、うち動物性蛋白質は23.2gで蛋白総量に対する動物性蛋白質の摂取比率は33.3%で最低基準の30%を上回っている。

また、昭和31年度の比率からみると僅かではあるが向上し、動物性食品の摂取率の向上していることを示している。

しかし、蛋白質の基準値は73gであるから、まだ量的にみて4.7%の不足である。季節別摂取量をみると2月と11月が多く、8月が少くその差は6.5gである。

年次別にみると21、22年は最も低く僅か60gであつたが、23・24年には65g、25年にはおよそ68gまで上昇をみせ、それ以後はやや停滞している。このうち動物性蛋白質は21、22年は11gにすぎなかつたが逐年増加し、特に、27年から好転し22.6gとなり、それ以後は遅遅とした伸びをみせている。(第1図)

次に蛋白総量に対する動物性蛋白質の比率の年次推移をみると、第12表の如くで、24年は僅か21.5%であつたが、27年から好転し、それ以降は目立つた増加はみられない。

第12表 全蛋白質に対する動物性蛋白質の摂取比率(年次推移)

年 度	24年	25	26	27	28	29	30	31	32
動物性蛋白質 総蛋白質量	21.5%	25.0	27.9	32.3	32.2	32.1	32.0	32.7	33.3

(五) 脂 肪

脂肪の摂取量は21.9gで、前年の21.8gと比較してほとんど変りない。所要量の30gからみると、およそ27%の不足である。

年次別にみると21～23年は概数にして13g、24年から若干の増加をみせ27年には20gを越え、それ以後逐年増加の傾向にあるが上昇のテンポは緩慢である。

(六) 無 機 質

カルシウムの日常摂取量は所要量に比べて著しく不足している。すなわち、所要量の1gに対し昭和32年度の全国1人1日当たり摂取量は384mgにすぎない。年次別にみると21年から26年までは250mgをやや越える程度であつたが、27年より急激な増加を示し、それ以降は著しい増加はみられない。

磷の摂取量は近年とみに減少の傾向をみせているが、昭和32年度の摂取量は、1,351mgで、依然として過剰であり、カルシウムとの相関関係は極めて不均衡である。

鉄は21～26年までは47mg前後、27年から29年までは60mgをやや上回っていたが、30年以降激減し15mg前後となつたが、これは栄養価算定に使用した成分表の改訂によるものであり、単なる数字上での比較はできない。

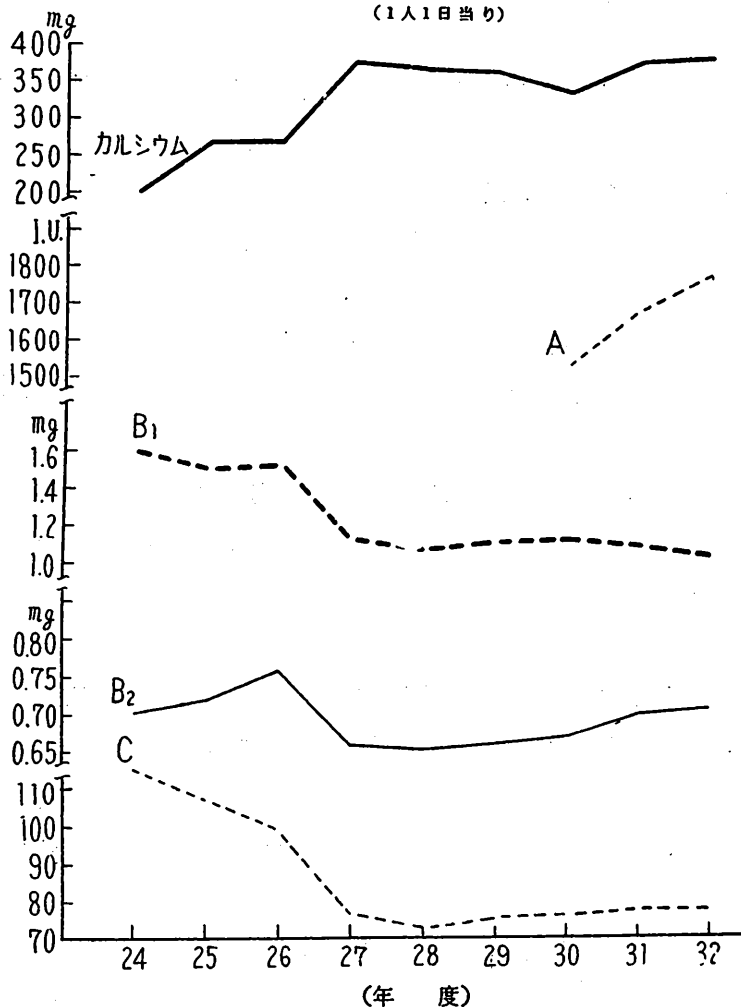
(七) ビ タ ミ ン

この調査では、栄養量はすべて原食品の生のまま数値を計算して総計したものであるが、ビタミン類は

いずれも調理の過程において著しく損耗するものであるから、他の栄養素と異なり集計された数値よりはるかに下回つた数値しか実際には利用されないものであつて、その損耗の程度は調理操作の如何により種々異なるものである。

第2図 摂取栄養量の年次推移

(1人1日当り)



ビタミンA

ビタミンAの摂取量は、全国平均 1,783 I. U. で、まだかなりの不足であるが、前年に比べると若干の増加を示している。

これを季節別にみると比較的摂取差が多く2月が最高、次いで11月、最低を示したのは8月の976 I. U. である。なお、2月に多く8月に少いのは例年の傾向である。

年次別にみると昭和21年は4,641 I. U., 22~29年には2,200~2,800 I. U. の範囲を上下していた、しかし昭和30年から摂取量が激減し、30年1,536 I. U., 31年1,686 I. U., 32年1,783 I. U.となつたが、これは昭和30年以降使用した食品成分表において植物性食品中のカロチンの力価が $\frac{1}{2}$ として計算されているためである。

ビタミンB₁

ビタミンB₁の摂取量は1.09mgで、これは前年の1.13mgより0.04mg下回る数値である。従つて、調理上の損耗を考慮しない場合においても基準量の1.20mgに比べかなりの不足状態にある。

このためビタミンB₁欠乏症候はますます多発する結果になつている。

年次推移をみると他の栄養素は逐年増加をみせているのに反し、ビタミン B₁ はむしろ減少の傾向がうかがわれ、はなはだ遺憾なことといわねばならない。すなわち、21、22年は最も摂取量多く1.80mgをやや上回る数値を示していたものが、23~26年には1.50~1.60mg、27年以降は1.10mg前後と著しく減少している。

ビタミン B₂

ビタミン B₂ は0.71mg で前年と大差はみられないが、基準量と比較すると素材料値にあつても59.2%を満たすにすぎない。

季節別にみると最低は8月の0.62mg、最高は5月の0.74mgである。

なお、年次別にみると調査のはじまつた21年頃から0.7mg前後の数値を依然として示している。

ビタミン C

ビタミン C の摂取量は前年度と変わりなく77mgで、一応素材料値としては基準の60mgを上回っているが、ビタミン C は特に調理操作により著しく損耗するものであるから、これらを顧慮した場合はかなり不足状態にある。

摂取量を季節別にみると、11月が97mgを示しているのに8月には59mgと不足の度も著しい。

年次別にみると21~25年には100mgを越えていたが、27年から急減し75mg前後となり、それ以降は横ばい状態を示している。

2) 業態別1人1日当り栄養摂取量

業態別に栄養摂取量を比較してみると、生産者世帯にあつては消費者世帯に比べ熱量は123.1カロリー多いが動物性蛋白質、脂肪、ビタミン B₂ 等のとり方がかなり少く、含水炭素はむしろ多過ぎる等正すべき多くの欠陥をもっている。

すなわち、蛋白質の総量における生産者世帯と消費者世帯の摂取差は1.9gであるが、動物性蛋白質では6.2gの差を認めた。

また、脂肪も消費者世帯からみて約2割程度劣っている。

なお、消費者世帯のうち各栄養素を通じて最もバランスのとれた業態は常用勤労者世帯であり、日雇及び家内労働者世帯は最も劣っている。

次に業態別にその内容を検討してみよう。(第3図参照)

(イ) 生産者世帯

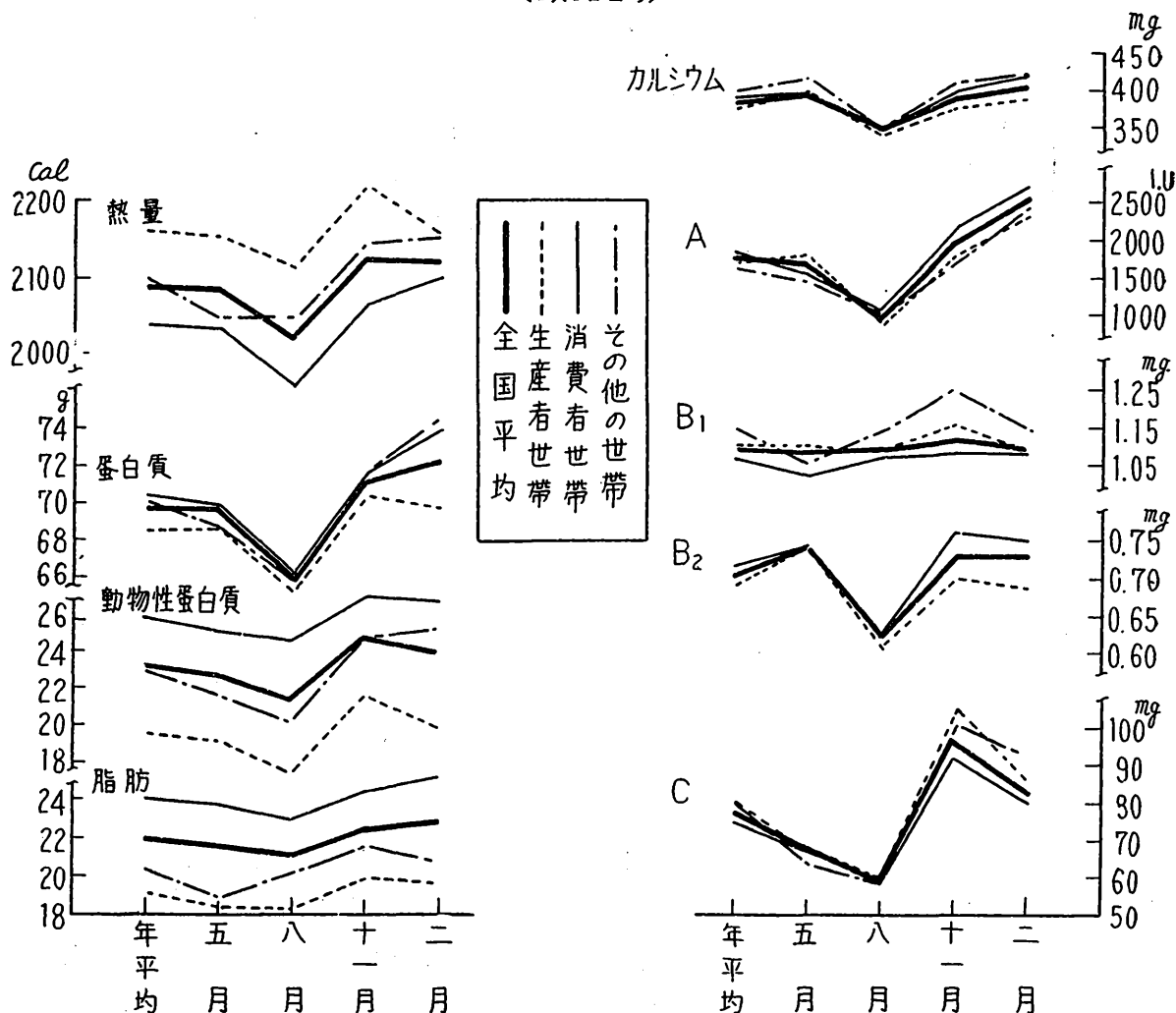
熱量は2,160.8カロリーで全国平均からみると72カロリー、消費者世帯と比較すると123.1カロリー多い。しかし基準量からみるとまだ僅かながら不足状態にあり、一般に農民は著しく過食であるという想像とは相反する結果をみせている。

蛋白質は68.5g(うち動物性蛋白質19.5g)で基準値より6.2%の不足である。総蛋白質に対する動物性蛋白質の比率は28.5%で最低基準の30%に達していない。

脂肪の摂取量は、僅か19.0gで36.7%の不足、カルシウムは業態別の摂取差は少いが、いずれにしても著しい不足、燐は穀類の摂取量の多い関係から1,390mgと過剰摂取となつている。

ビタミン A の摂取量は1,702 I. U. でかなり不足し、自家生産できる有色野菜の利用等がまだ十分なされていないことを示している。

第 3 図 業 態 別 摂 取 栄 養 量 (季 節 別)
(1 人 1 日 当 り)



ビタミン B₁ は 1.11mg で全国平均よりやや上回るが、B₂ は 0.69mg で業態中最も不足の度合いが激しく、ビタミン C は 80mg であるが調理損失を考慮すればまだ十分ではない。

(四) 消 費 者 世 帯

熱量は 2,037.7 カロリーで基準値を 142.3 カロリー下回っている。

蛋白質の 1 人 1 日 当 り 摂 取 量 は 70.4g (うち動物性 25.7g) でまだ十分とはいえない。

総蛋白質に対する動物性蛋白質の比率は 36.5% で蛋白質の質的構成はかなり良くなっている。

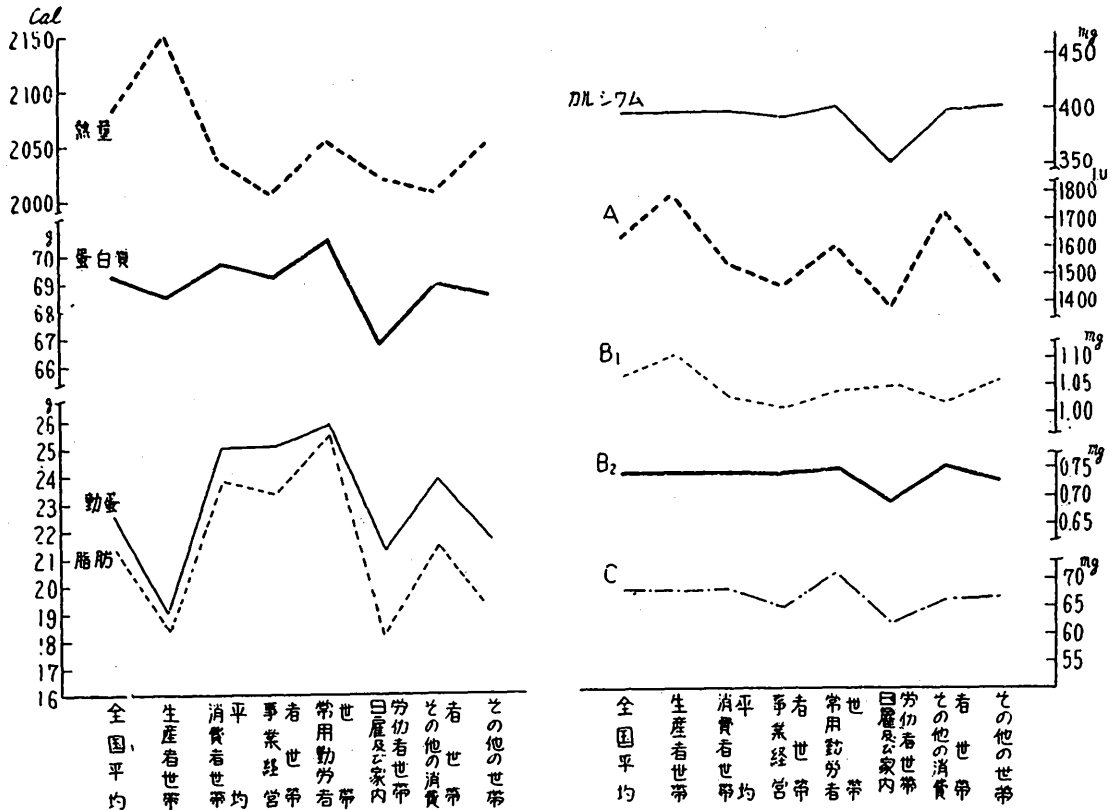
脂肪の摂取量は 24.1g で他業態からみるとかなりまさっているが 20% の不足である。

ビタミン類では A (1,856 I. U.), B₂ (0.72mg) は、他業態よりも多く油脂や動物性食品の摂取量の多いことを裏付けているが、B₁ (1.07mg), C (75mg) の摂取量は生産者世帯より劣っている。

次に 5 月 調 査 に あ つ て は 消 費 者 世 帯 を 事 業 経 営 , 常 用 勤 労 , 日 雇 及 び 家 内 労 働 , そ の 他 の 消 費 者 世 帯 に 細 分 して 栄 養 量 を 算 出 し て い る の で こ れ に つ い て 検 討 す る 。

事業経営者世帯では熱量の摂り方は全業態中最も低く 2,006.6 カロリーで、消費者世帯の平均より 27.1 カロリー下回っている。しかし、蛋白質、動物性蛋白質、脂肪等の摂り方は常用勤労者世帯に次いで多く総じて栄養摂取量は、常用勤労者世帯からみると劣るが他業態よりすぐれている。

第 4 図 業 態 別 摂 取 栄 養 量 (5 月 調 査)
(1 人 1 日 当 り)



常用勤労者世帯ではビタミン A と B₁ を除く他のすべての栄養素が全業態中最も高く栄養摂取状態は最もすぐれている。すなわち、熱量は消費者世帯平均より約 20 カロリー多く、蛋白質も 70.6g (うち動物性蛋白質 25.8g) で、最も低位にあつた日雇及び家内労働者世帯より総量で 3.8g (5.6%)、動物性蛋白質で 4.5g (21.3%) 上回っている。また、総蛋白質に対する動物性蛋白質の割合は 36.5% で、蛋白質の質的構成は最もすぐれている。脂肪は 25.4g で日雇及び家内労働者世帯より 7.2g 多く、またビタミン B₂、C 等も同様に多く摂られている。

日雇及び家内労働者世帯の栄養摂取状態はビタミン B₁ を除き全業態中最も低位にある。すなわち、各栄養素の摂取量を基準量と比較してみると、蛋白質は 66.8g で 8.5% の不足、脂肪は 18.2g で 39.3%、カルシウムは 353mg で 64.7% の不足、また、ビタミン類も調理損失を考慮しない場合においても、ビタミン B₂ 42.5%、C 5.0% とそれぞれ著しい不足状態を示している。ただ、全蛋白質に対する動物性蛋白質の割合は 31.9% で、生産者世帯より上位にある。

その他の消費者世帯の栄養摂取量は、日雇及び家内労働者世帯に次いで悪く、5月調査時における生産者世帯と比較すると熱量は少いが、蛋白質、動物性蛋白質、脂肪等の摂り方は多い。

イ その他の世帯

その他の世帯の栄養摂取量は、消費者世帯と生産者世帯の中間的形態を示している。すなわち、熱量は生産者世帯より 60 カロリー程低いが、消費者世帯からみると 60 カロリー多く、蛋白質は 70.1g で基準値からみて 4.0% の不足、脂肪は 20.4g で 32% の不足である。

また、ビタミン A、B₂ 等の不足も著しい。

2. 食品群別摂取量

1) 全国1人1日当り食品摂取量

食品摂取量を前年と比較すると総体的に停滞を示しているが、主食全体としては食糧構成上の比率を低め、食内容が質的に向上していることを示している。

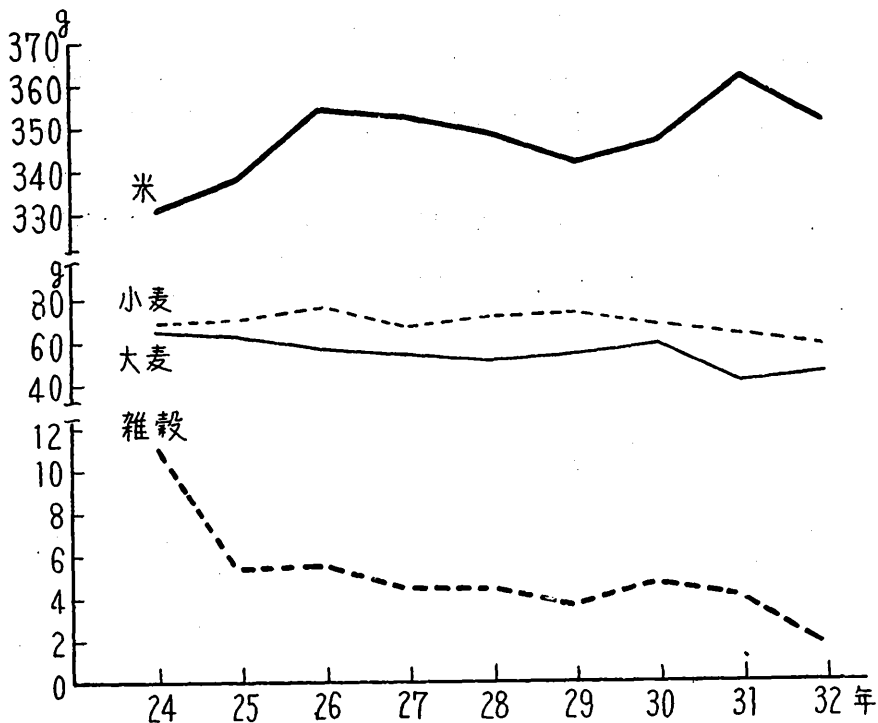
しかし、ここ数年来の傾向をみると、米の豊作により白米の消費が増加したが、小麦粉類（パン、麺）の摂取は停滞ないしは若干の減少傾向がみられ、戦後つちかわれつつあつた粉食化傾向はやや退潮的である。

また、前年と比べて動物性食品の摂取量は、その総量においては変りないが鮮魚類が減少し、半乾物、乾物（加工食品を含む）としての摂取が増加している。

獣鳥肉類、乳及び乳製品の消費は前年よりやや減少しているが、31年に激増しているので、30年に比べると相当量の増量である。

次に食品群別にその内容について述べる。

第5図 穀類の摂取状況（年次推移）



第13表 穀類の摂取比率（年次推移）

年 度	24年	25	26	27	28	29	30	31	32
総 数	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
米	70.4	71.0	71.5	73.3	73.2	72.1	72.3	76.6	76.6
大 麦	13.3	13.4	12.0	11.7	10.8	11.7	12.5	8.7	9.9
小 麦	13.9	14.4	15.4	14.1	15.1	15.4	14.2	13.9	13.0
雑 穀	2.4	1.2	1.1	0.9	0.9	0.8	1.0	0.8	0.5

(4) 穀 類

前年度と比較すると第5図にみられるように米及び小麦、雑穀類の摂取量がやや減少したが、大麦の消費が若干増加している。穀類全量としてみると3.4%の減量である。

米

米の消費量は351.2gで前年より3.2%減少している。しかし主食中における米の占める割合は第13表にみられる如く年年高まり31、32年では76.6%に及んでいる。

季節別にみると2月が摂取量多く、8月に少くその差は36.4gである。年次推移をみると、21年が最も少なく(241.1g)、現在の%量程度であつたが、24年より漸次増加をみせ29、30年には若干減少したが、31年には米の豊作を反映し戦後最高の362.7gを示した。

大 麦

前年に比較すると大麦の使用量は3.7g増加した。

季節別にみると2月が多く8月に少く、また年次別にみると25年までは60gを上回る消費をみせていたが26~29年にはやや減少し、さらに31年には41.5gに減つている。

小 麦

小麦類の消費は、29年までは70gを上回る数値を示していたが、30年には68.3g、31年には65.9g、32年にはさらに前年より9.4%下回る59.7gに減つている。

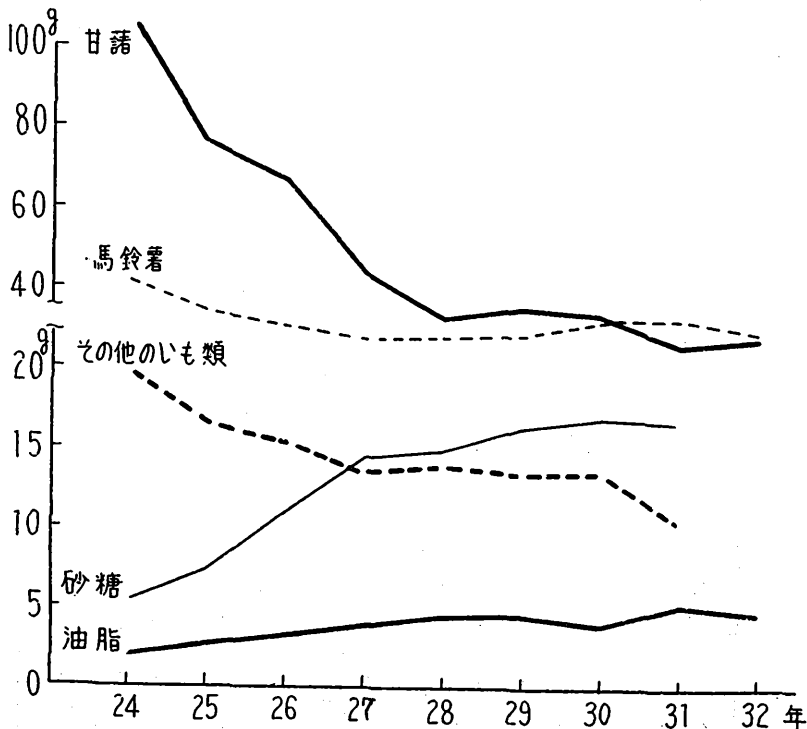
このように戦後かなり伸びをみせていた粉食化傾向は、米の豊作により若干後退したかの如くである。

季節別にみると麵の消費は8月に多く5月に少く、パンの消費は逆に5月多く8月に少い。

雑 穀

雑穀の消費量は、終戦直後の21年には15.3g、22年にはさらに上回る22.2gとかなり多い量を占めて

第6図 いも、砂糖、油脂類の摂取状況 (年次推移)



いたが、25年には5.5gに減り、以後漸減しつつあり、32年には僅か2.1gを数えるのみである。

(ロ) いも類

いも類は、食糧事情の悪かつた時期にはその需要も旺盛であつたが、最近はその摂取量も第6図にみられるように頭打ちの状態となり漸次下降に転じている。しかし、32年にはやや持直した感じである。

季節別にみると11月に多く116.2g、少かつたのは5月の54.1gで11月の半量以下である。これを品目別にみると、甘藷は8月は僅か6.5gを示すにすぎなかつたが、収穫直後の11月には58.3gと著しく増大し、馬鈴薯は8月に多く(48.2g)11月(19.6g)に少く、その他のいも類も収穫後の11月には26.3gとかなりの量を示していたが、8月には1.7gになる等いも類は季節の摂取差が大きい。

これを年次別にみると、21、22年には270g前後を示したが、25年には127.2g、さらに27年84g、31年68gとなつたが32年には78gに昇つている。

甘藷についてみると24年までは100gを越えていたが、逐年減少し31年には25.3g、32年には27.5gとなつた。

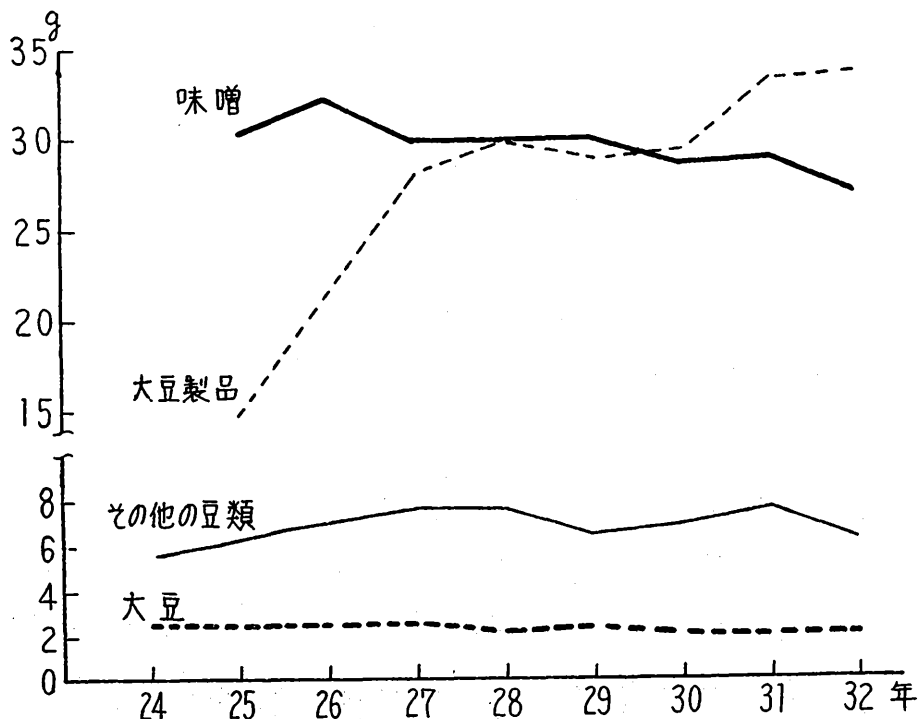
馬鈴薯は、当初の食糧事情の悪い時期からみるとかなりの減量をみたが、その減少率は甘藷ほど著しくない。なお、25年頃からその消費量はほぼ30g前後と固定している。

(ハ) 砂糖類

第6図にみられるように数年来消費量は、ほぼ一定し、およそ15g前後の数値を示していたが、32年には10.3gに減少した。ただし、これは32年より食品分類が若干異なり従来砂糖類に分類されていたドロップ、チョコレート、キャラメル、ヌガーを始めとして50%以上砂糖を含む菓子類を別に一項目設け集計されたためである。

(ニ) 油脂類

第7図 豆類の摂取状況(年次推移)



油脂類は、調査当初の 22, 23 年頃は 1.2g と極めて低い状態にあつたが、24 年以降は第 6 図にみられるように逐年増加し、28 年 4.2g, 31 年 5.1g と増加をみせたが、32 年には 4.8g に落ちている。

なお、バター、マーガリンの消費量は、油脂類の全量 4.8g 中僅か 0.8g を占めるに過ぎない。

㈣ 豆 類

豆類は第 7 図にみられるようにここ数年来著しい増減はみられない。これを品目別にみると味噌の使用量は逐年僅少なから減少の傾向をみせ、32 年の摂取量は 27.5g である。これに反し大豆製品の使用量は、数年来緩慢なカーブをもつて上昇し 32 年度の摂取量は 34.0g である。

大豆及びその他の豆類の消費量は数年来停滞の傾向にある。

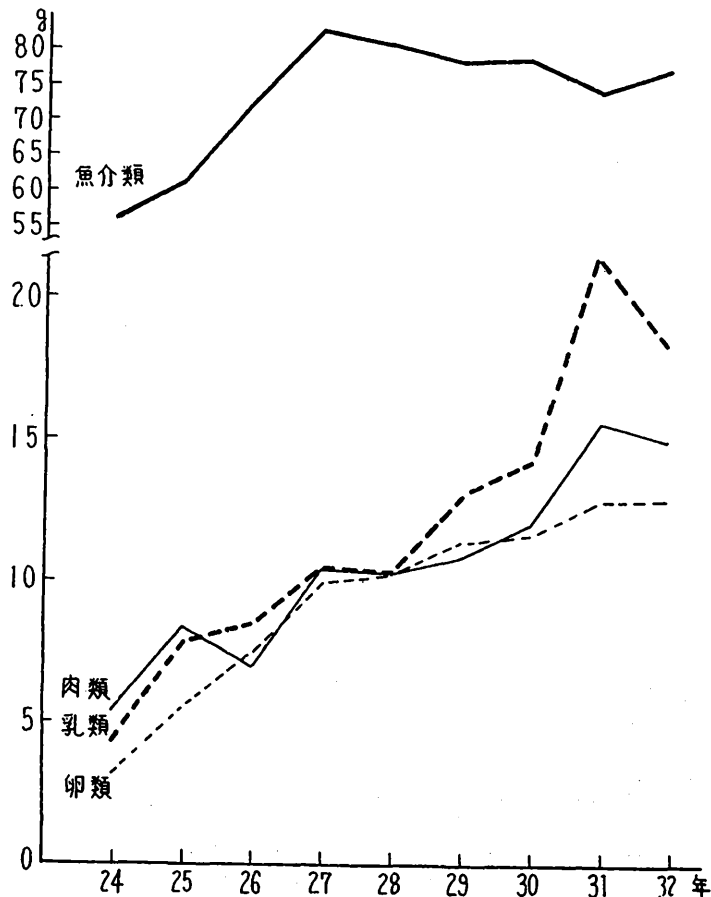
季節変動についてみると、いずれも 2 月の消費量が高く、8 月に低くなつている。

㈤ 動物性食品

動物性食品の摂取量は、第 8 図にみられるように逐年増加傾向を示していたが、昭和 32 年はやや停滞している。その内容についてみると、魚介類の消費量は 27 年の 82.3g (生物 71.1g, 乾物 11.2g) を頂点として下降に転じているが、32 年には若干持直し、前年の摂取量の 72.7g をやや上回る 75.9g となつた。

なお、その消費内容を見ると鮮魚介の消費は逐年とみに減少し 31 年に 47.0g を示したものが、32 年には 43.9g に減つている。しかし、乾物半乾物等の加工品の占める割合は、著しく増加している。

第 8 図 動物性食品の摂取状況 (年次推移)



獣鳥肉類、卵類、乳及び乳製品の年次別消費をみると比較的順調な伸びをみせていたが、31年には、特に乳及び乳製品の増加をみた。しかし、32年は相対的に停滞ないしは若干の減量をみせている。すなわち、24年には僅か 5.4g であつた獣鳥肉類が31、32年には約3倍に相当する 15.0g、卵類は24年の3.2g が32年には約4倍の 12.8g、乳及び乳製品は 4.1g が31年には5.3倍 (21.5g)、32年には4.6倍 (18.4g) といずれも飛躍的な伸びをみせている。

なお、これらの好転したあとをふり返つてみると27年を断層として急速に伸びたことがうかがわれる。

(b) 野菜及び果実類

全国平均において野菜、果実類の消費は第9図にみられるように前年とほとんど変りない。これを年次別にみると緑黄色野菜は、

21年には 153.8g と相当量摂取されたが逐年減少し、31~32年には50gをやや下回るまでにいたり、はなはだ遺憾なことといわねばならない。

その他の野菜類も当初からみると、減量はしているが、ここ数年来ほぼ一定し 110~120g の線を維持している。

しかし、果実類(柑橘類及びトマトを含む。)は年々大巾な消費増加をみせ21年には 16.9g であつたものが、32年には約4倍の 64.0g にまで伸びている。

しかし、緑黄色野菜の減少のため野菜、果実の総量としては漸減傾向にある。

2) 業態別1人1日当り食品摂取量

業態別に食品の摂取状況を比較してみると、生産者世帯では自家生産物に強く依存している関係から植物性食品が多く、特に白米食の傾向が著しく食糧構成上多くの欠陥がみられる。

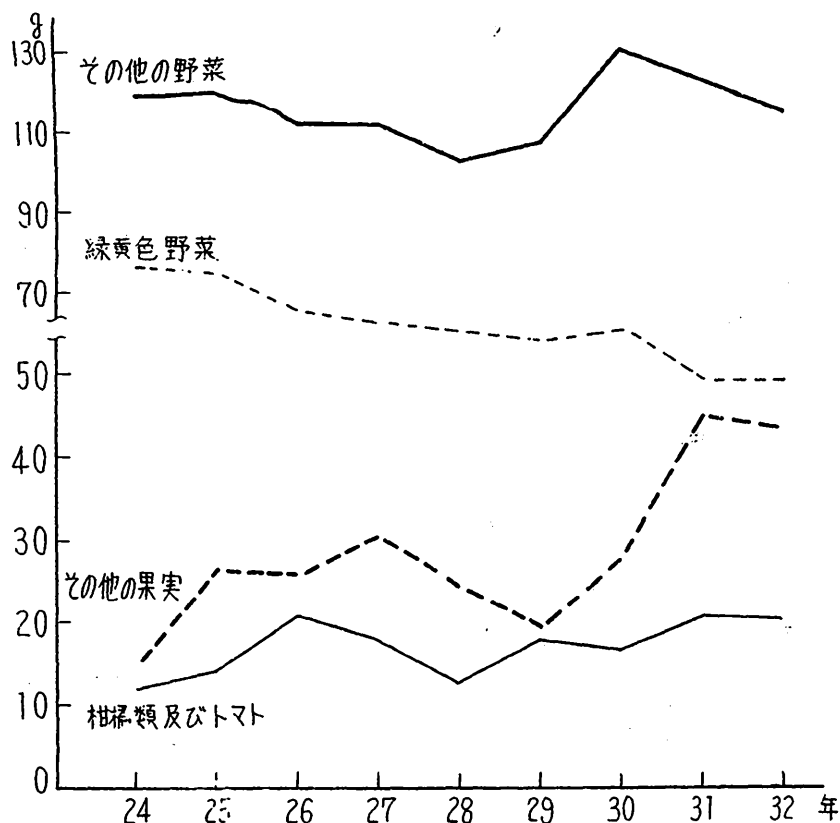
消費者世帯の消費構造はその質的構成において最もすぐれ、特に常用勤労者世帯では文化的、しや侈的内容をもつた消費傾向が多分にみられるようになった。

しかし、日雇及び家内労働者世帯では主食のような必需性の強い食品の比重が依然として大きく、動物性食品、野菜、果実等の副食の構成は極めて粗悪で、食生活水準が相当低位にあることが想像できる。

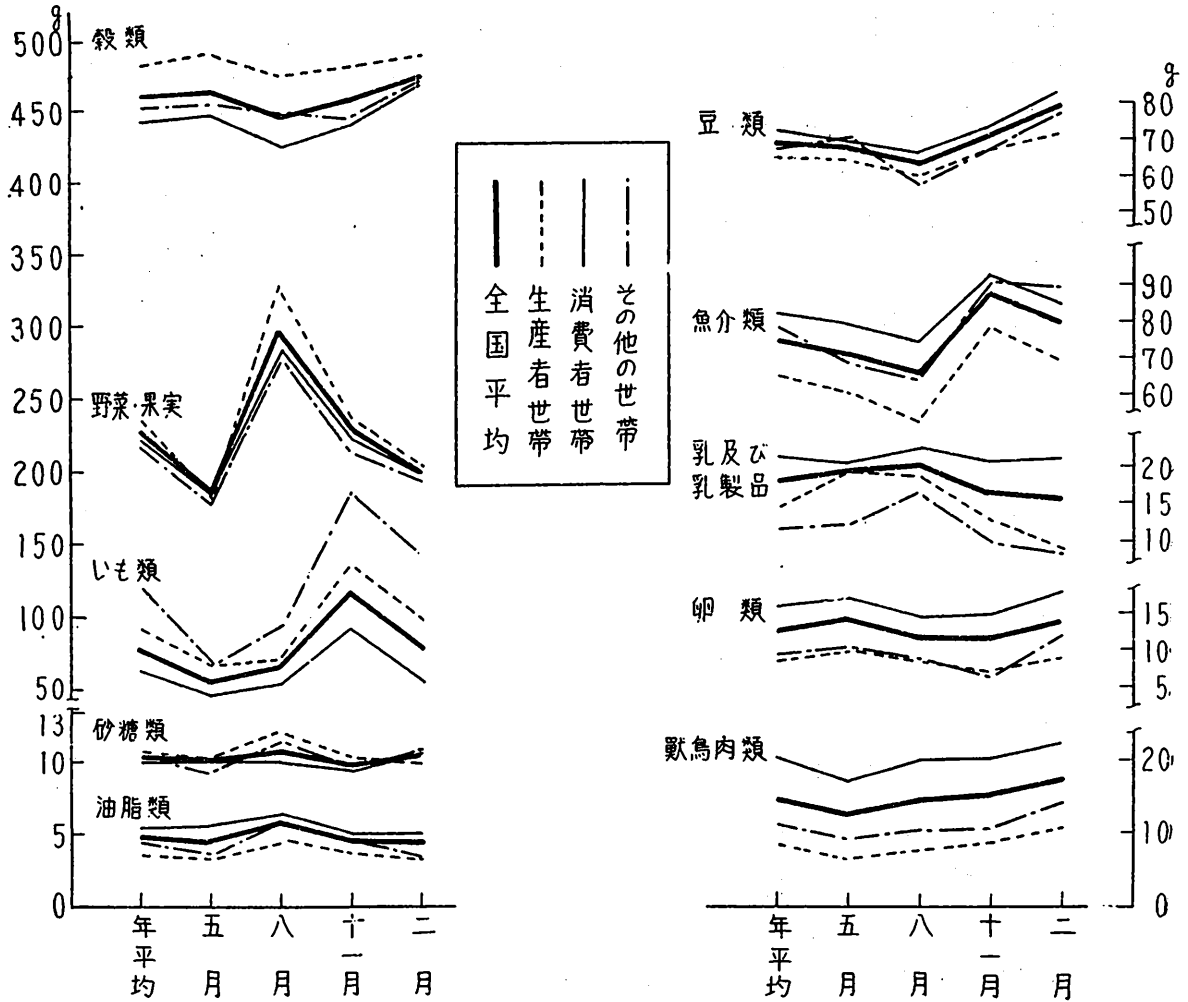
次に業態別にその消費内容について述べる。

(1) 生産者世帯

第9図 野菜、果実類の摂取状況 (年次推移)



第 10 図 食 品 群 別 摂 取 量 (季 節 別)



生産者世帯については、消費者世帯に比して米、甘藷、大豆、味噌及び野菜類の消費が多く、特に米の摂取量は 36.3g 多い等、白米食の傾向が著しい。これに反し、油脂類、動物性食品の摂取量は、消費者世帯のおよそ 1/2 程度を示すのみで極めて少い。ただ、生乳の消費は、近年とみに高まり消費者世帯とほぼ同一水準に達している。

(四) 消費者世帯

消費者世帯では動物性食品、油脂、果実等の消費が多く、食糧構成は生産者世帯及びその他の世帯よりもはるかにすぐれている。

内容についてみると小麦類では消費者世帯の場合、パン、菓子パン、生麺等の形の消費が多くなっている。すなわち、消費者世帯の食パンの消費は、小麦類(全量 70.7g)の 31.1% を占めるが、生産者世帯では(全量 45.3g)の 10.4% である。

いも類についてみると生産、その他の両世帯ではいずれも馬鈴薯より甘藷の使用量が多いが、消費者世帯では甘藷より馬鈴薯の消費の多いのも一つの特色である。

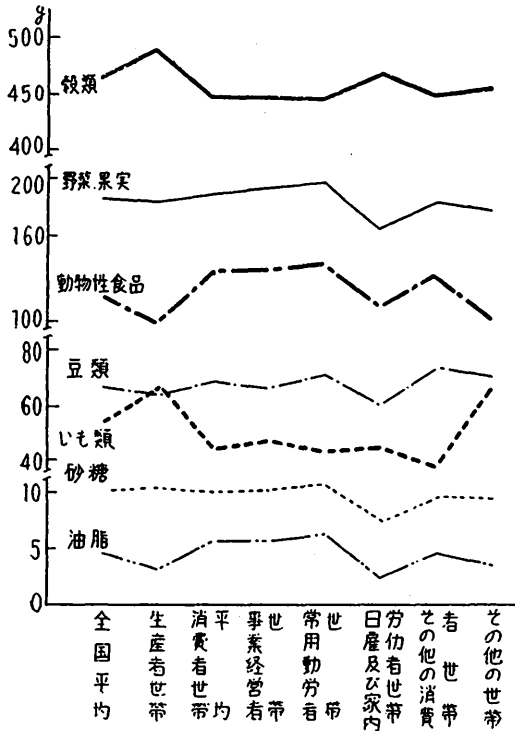
豆類は大豆製品(味噌を除く)が多く味噌の消費は少い。

動物性食品では鮮魚、練製品、獣鳥肉類の消費が多いが、魚介類のうち乾物、半乾物は業態別の摂取差が比較的少い。

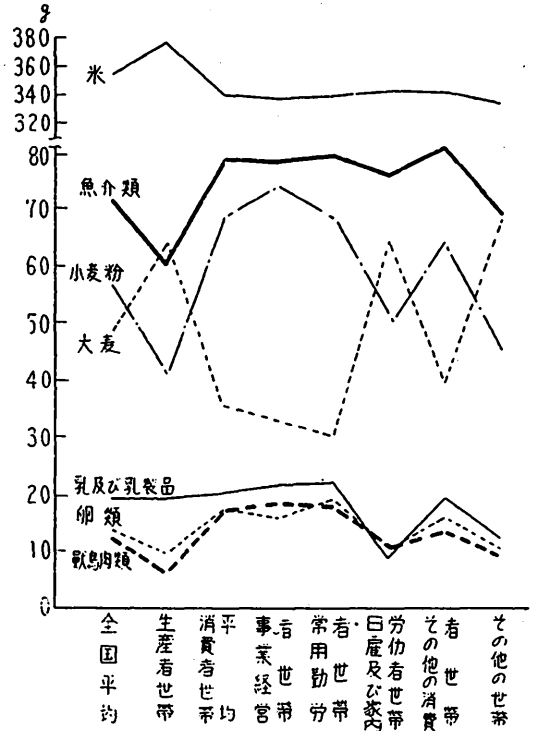
生乳の消費は、生産者世帯もかなり多く、消費者世帯との間にあまり差はないが乳製品は消費者世帯が多く消費されている。

次に5月調査においては消費者世帯を更に4業態に細分して食品摂取量を算出しているの、その内容について検討する。

第 11 図 食品群別摂取量 (業態別・5月調査)



穀類、動物性食品の摂取状況 (業態別・5月調査)



事業経営者世帯

消費者世帯平均に比べて米、大麦、豆類、緑黄色野菜、果実の消費量が僅かに低いが、魚介類、獣鳥肉類、乳及び乳製品の消費がやや多く、僅かながら食糧構成は上位にある。なお、常用勤労者世帯と比較すると、比較的類似した食形態をなしているが、全般的にやや劣っている。

常用勤労者世帯

穀類いも類の消費は業態中最も少いが、油脂類 (6.3g)、魚介類 (79.4g)、卵類 (19.4g)、乳及び乳製品 (22.1g)、果実類 (44.1g) 等の副食品の消費は全業態中最も多く食糧構成は最もすぐれている。

日雇及び家内労働者世帯

穀類の消費量は、生産者世帯に次いで多く、総量で466.3gで最低の常用勤労者世帯の441.2gより25.1g多くなっている。

砂糖類、油脂類は全業態中最低で前者は7.6g、後者は僅か2.5gである。動物性食品についてみると、乳及び乳製品は全業態中最下位の9.1gであり、他の動物性食品は消費者世帯中では最低であるが、生産者世帯、その他の世帯と比較した場合はやや上回っている。

また、野菜、果実類の消費量も他業態と比較した場合かなり劣る等、食糧消費水準は他業態と比べ相当低位にあることが容易に想像できる。

その他の消費者世帯

消費者世帯平均に比べて穀類，豆類等の植物性食品の消費割合が若干高いが，砂糖，油脂，動物性食品等の摂取量は若干低く，消費者世帯平均より多少劣っている。

い) その他の世帯

米の消費量は業態中最も少く 330.1g であるが，大麦の使用量は最も多く米の 21.3% (70.6g) を占めている。

また，いも類の消費も最も多く年平均 121.9g で，消費者世帯のおよそ倍量に及んでいる。動物性食品，豆類，油脂類は消費者世帯よりかなり低い，生産者世帯より上位にある。総じてその他の世帯は大麥，いも類の消費が多く，動物性食品に欠けた低い水準にあることがわかる。

3. 食品群別栄養構成 (熱量及び各栄養素の摂取比率)

前項までは各栄養素別摂取量とこれを裏付けている食品摂取量について記述してきたが，更に食品群別の熱量及び栄養素比率について検討すると次のとおりである。

1) 熱 量

熱量のうち穀類からの摂取は，第 12 図にみられるように 27 年は 75.2% であつたが，逐年僅少なから減少し，32 年には 72.2% となつた。この内訳をみると，米の占める割合はおよそ 57% で変りないが麦類が減少している。

油脂類からの熱量摂取率は，27 年の 1.6% が 32 年には 2.0%，動物性食品は 27 年の 7.2% が 32 年は 8.1% と若干向上している。

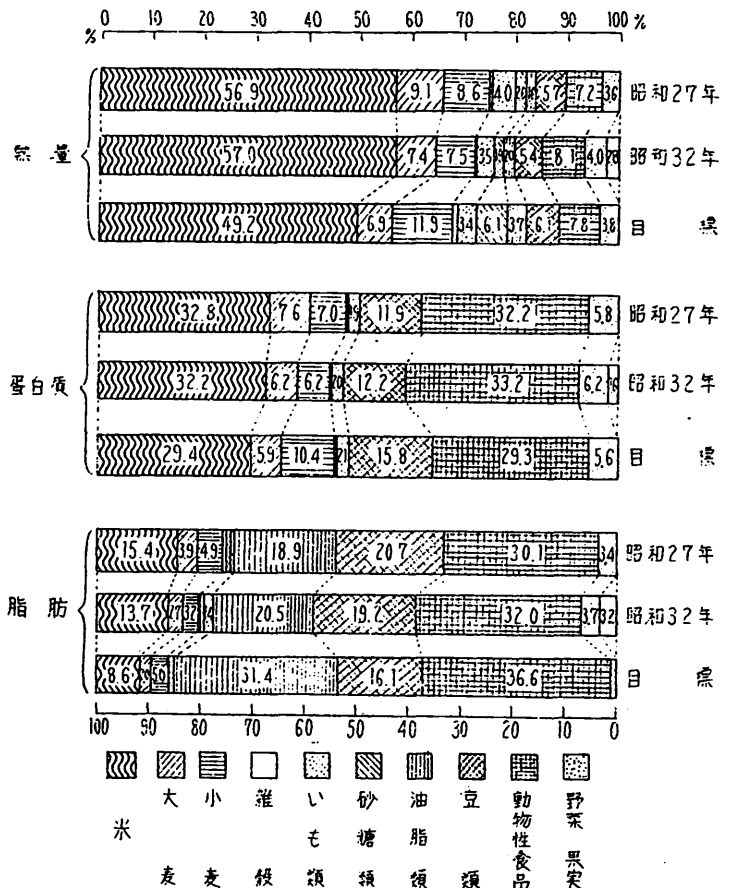
砂糖類の占める割合は前年より減つているが，これは食品分類に若干の変更があり，従来砂糖類に入つていたドロップ，キラメル，ヌガー，チョコレート，その他 50% 以上砂糖を含む菓子類を別に分類しているためである。

2) 蛋 白 質

蛋白質のうち，動物性食品からの

供給は年々向上し，第 12 図にみられるように，32 年には 33.2% を示し，最低基準である 30% を上回るまでにいたつたが，量的にはまだかなりの不足を示していることは前述のとおりである。

第 12 図 熱量，蛋白質，脂肪の食品群別摂取比率



注) 目標は昭和31年4月総理府資源調査会が策定した日本人の食糧構成表より算出したものである。

穀類からの摂取率は44.8%で(米は全量の32.2%)蛋白質のおよそ45%が穀類から摂取されている。なお、大麦、小麦の占める割合は若干減少している。

3) 脂 肪

脂肪は第12図にみられるように動物性食品からの摂取率が32.0%で最も高率で、次いで油脂20.5%、穀類20.1%、豆類19.2%、その他8.2%となっている。

なお、27年の構成からみると穀類からの摂取が減り油脂類が増加している。

業 態 別

業態別に食品群別栄養摂取率を検討すると、生産者世帯は消費者世帯に比べて植物性食品、特に穀類からの摂取率が高く食品の栄養的構成においてかなり劣位にあることがわかる。

1) 熱 量

生産者世帯においては第13図にみられるように植物性食品より93.7%摂取しているのに対し、消費者世帯は90.5%である。また、穀類からの摂取率は生産者世帯が74.6%、消費者世帯70.4%、また、いも類からの摂取も生産者世帯は高く4.2%であるが、消費者世帯は2.8%である。

次に消費者世帯では油脂類、動物性食品、果実からの摂取率が他業態より若干高く、その他の世帯ではいも類からの摂取率が若干高い。

2) 蛋 白 質

蛋白質のうち動物性食品からの摂取率は第13図にみられるように、生産者世帯28.4%、消費者世帯37.1%、その他の世帯32.5%で消費者世帯が優位を示している。

植物性食品からの摂取率を食品群別にみると、生産者世帯では穀類から48.7%、豆類から13.0%、野菜、果実類から4.9%と消費者世帯に比べてかなり高率で植物性食品特に穀類に対する依存度の高いことを示している。

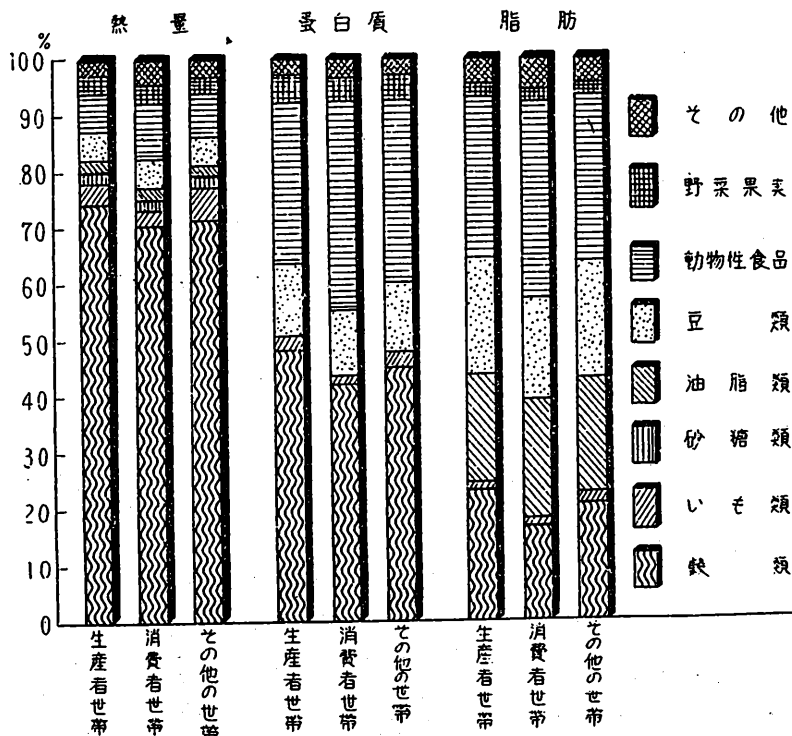
3) 脂 肪

脂肪は第13図にみられるように動物性食品からの摂取が最も多く、生産者世帯28.3%、消費者世帯34.3%、その他の世帯32.3%で消費者世帯が高率である。

生産者世帯では油脂類から

の供給は19.4%で、穀類の23.6%より少ないが、消費者世帯では油脂21.5%、穀類16.9%で油脂類の占める割合が高い。その他の世帯では油脂類と穀類で同率である。

第13図 熱量、蛋白質、脂肪の食品群別摂取比率(業態別)

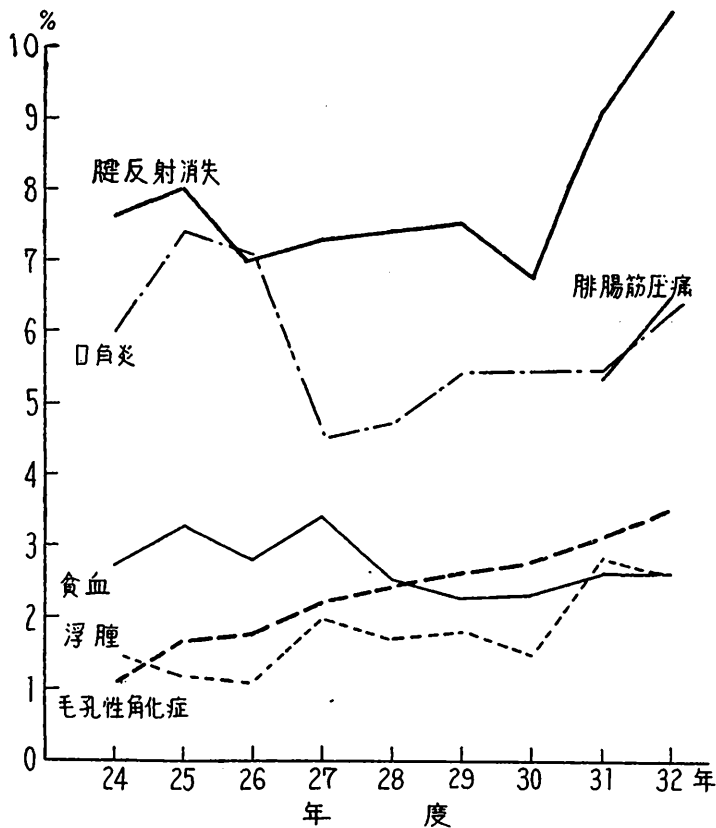


4. 栄養欠陥による身体症候

1) 全国的傾向

栄養素の不足による身体症候の発現率を前年と比較してみると、ビタミン B₁, B₂ 欠乏症候とみられる

第 14 図 身体症候発現率 (全国・年次推移)



脚反射消失, 脚腸筋圧痛及び口角炎がかなり増加しており前述の栄養摂取状態を裏書きしている。

年次推移をみると、脚反射消失は第 14 図にみられるように、24年には7.6%を示し、その後29年までは僅かながら減少ないしは停滞の傾向をみせていたが、31年には9.1%、さらに32年には10.5%と増加した。

口角炎も25~26年には7%前後の発現であつたが、27年には4.5%にまで減少した。しかし遺憾ながらそれ以後は食糧消費水準が向上しているにもかかわらず、軽度ながら上昇傾向をみせ、32年は6.3%を示した。

第 14 表 栄養欠陥による有症者率の年次推移

年次	24年	25	26	27	28	29	30	31	32
有症者率	19.7	23.7	21.6	22.9	22.6	24.1	22.5	22.6	25.9

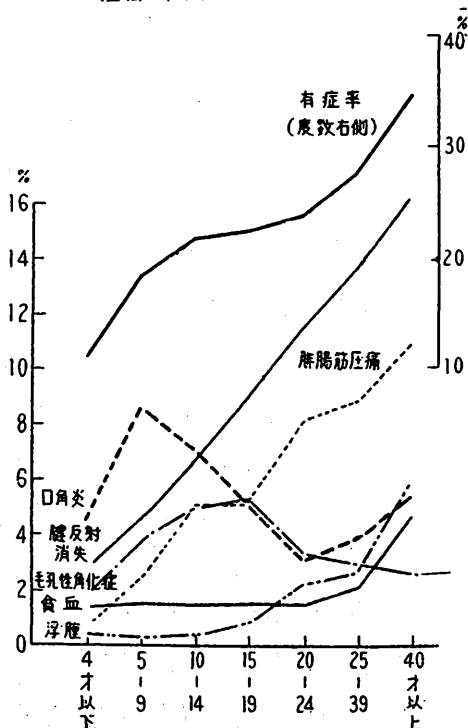
なお、栄養欠陥による身体症候を持つ者の総数に対する比率、すなわち、有症者率は第14表に示すように数年来の22~23%を上回り25.9%に及んでいる。

2) 年令的傾向

第15図にみられるように、脚反射消失, 脚腸筋圧痛, 浮腫は年令の増すごとに増加している。これを5月調査についてみると4才以下では脚反射消失2.7%, 脚腸筋圧痛0.7%とかなり低率であるが、両症候とも年令の増加に正比例し、40才以上では前者が16.2%, 後者は10.8%にまで増加している。

口角炎は4才以下では4.5%であつたが5~9才の発現率が

第 15 図 身体症候発現率 (全国・年令階級別・5月調査)



最も高く8.6%となつている。20～24才の年齢層での発現率は最も低く3.1%であるが、25才以上になるとまた僅か増加をみせている。

毛孔性角化症は4才以下の有症率が最も低く1.8%、15～19才では5.3%で最も高率であるが、それ以後はまた下降している。

貧血は24才以下の年齢層での差はなく、おおよそ1.5%であるが、40才以上では4.7%に及んでいる。

浮腫は、乳幼児、青少年の発現は少いが、40才以上では6.2%を示す。

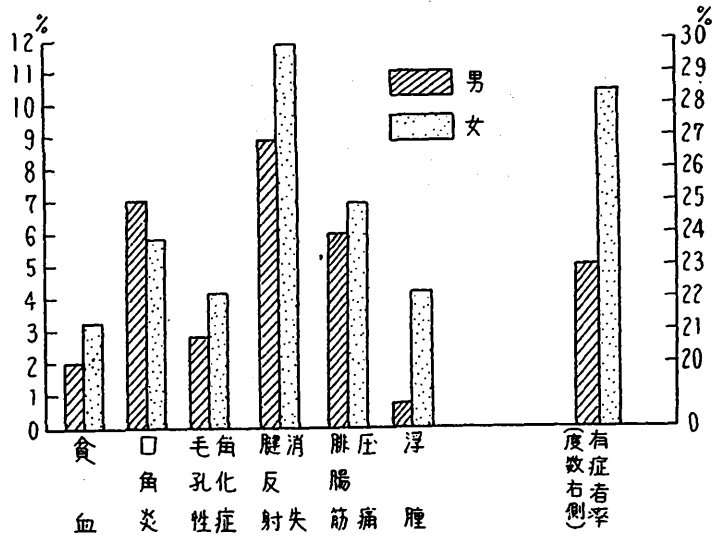
次に身体症候を持つ者の数は4才以下では10.1%であるが、年齢の増加に正比例して増加し、25～39才では27.6%、40才以上では34.8%に達している。

3) 性別発現率

男女別にみると第16図にみられるように、身体症候を持つ者の数、すなわち有症者率は、男23.0%に対し女は28.4%で、約5%ほど女の有症率が高い。

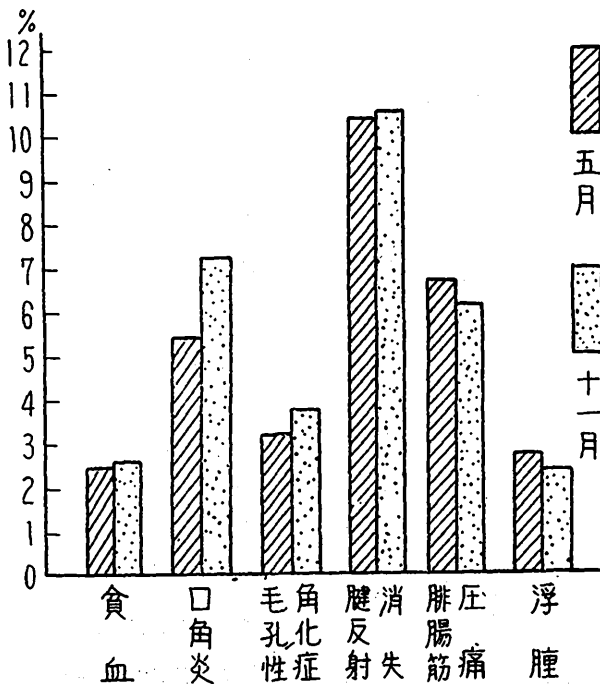
個々の症候についてみると口角炎に限り男の発現率が高く、女5.8%に対し男では7.0%とかなり多い。他の症候ではすべて女の発現率が高く、特に浮腫は男は0.7%とほとんどみられないのに対し、女は4.2%にも及んでいる。

第16図 身体症候発現率(性別)



4) 季節的傾向

第17図 身体症候発現率(季節別)



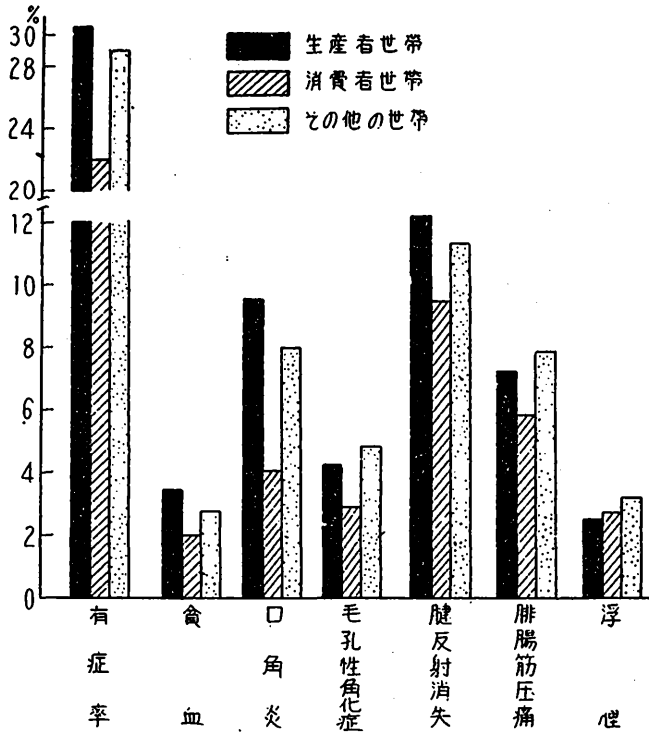
栄養欠陥調査は、同一対象について5月と11月の2回にわたり実施したが、第17図にみられるように特に顕著な差異は認められなかった。

なお、細かく観察すると第17図によつて明らかとなっており、貧血、口角炎、毛孔性角化症、腱反射消失は僅かながら11月に発現多く、腓腸筋痛、浮腫は5月の発現率が若干高い。

5) 業態別発現率

生産者世帯及びその他の世帯は第18図にみられるとおり、各症候を通じて消費者世帯よりも罹患率が高く、そのため年平均における有症者率は生産者世帯30.8%、消費者世帯22.0%、その他の世帯29.7%となつており、

第 18 図 身体症候発現率 (業態別)



生産者世帯の発現率はきわめて高率である。

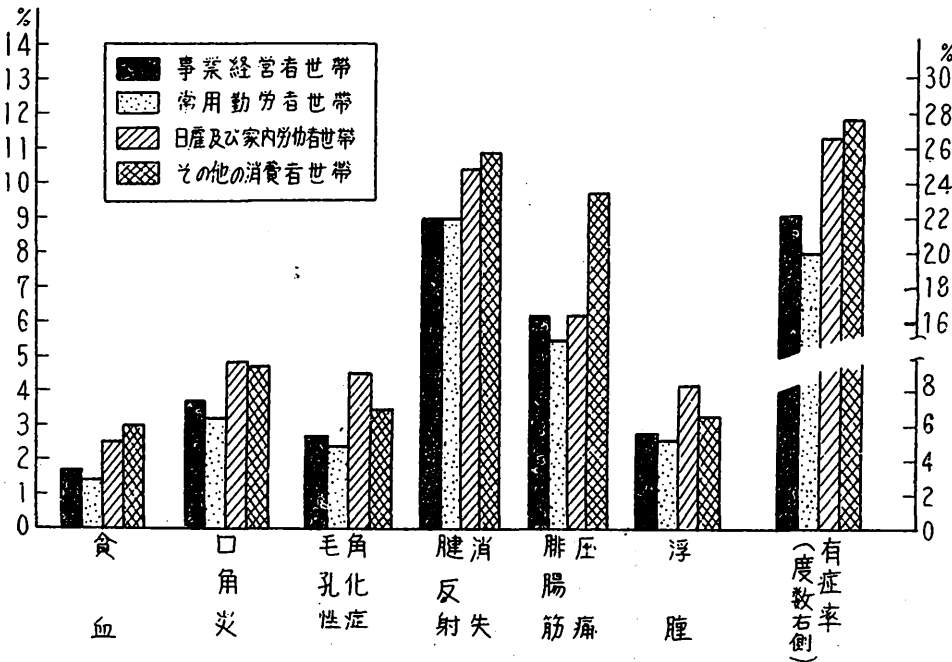
個々の症候についてみると、浮腫を除く他の症候にあつては、いずれも生産者世帯の有症率が高く、その他の世帯がこれに次ぎ、消費者世帯は最も罹患率が低く、特に顕著なものは口角炎で消費者世帯の4.0%に対し生産者世帯では約2.4倍に相当する9.5%を示している。

次に5月調査の消費者世帯を細分した調査結果についてみると第19図によつて明らかとなお、常用勤労者世帯が最も有症率少く19.8%、最も多いのはその他の消費者世帯の27.6%である。

個々の症候においても常用勤労者世帯は最も低率であるが、その他の消費者世帯

帯ではビタミン B₁ 欠乏症候、日雇及び家内労働者世帯ではビタミン B₂ 欠乏症候が多発している。

第 19 図 身体症候発現率 (消費者世帯の細分・5月調査)



5. 体 位

戦争終了前後に著しく低下した国民の体位は、食糧事情の好転により逐年回復を示し、さらに栄養に対する一般認識の向上及び保健衛生等の進展に伴い、おおむね昭和30年頃から青少年の体位は戦前に日本人

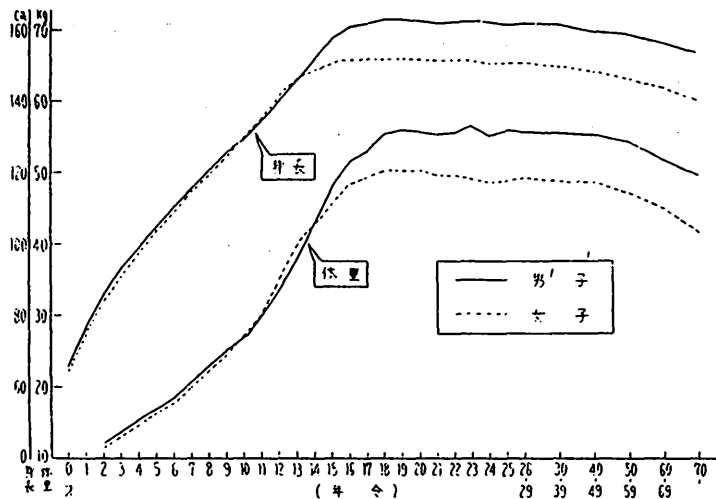
の記録した最高の線にまで回復し、戦争によつて受けた傷あともようやく癒えたようである。

次に32年度成績について年令別の发育曲线を示すと第20図のごとくである。すなわち、男子の身長にあつては3~9才までは直線的な伸びをみせ年間平均おおむね 5 cm の増加である。

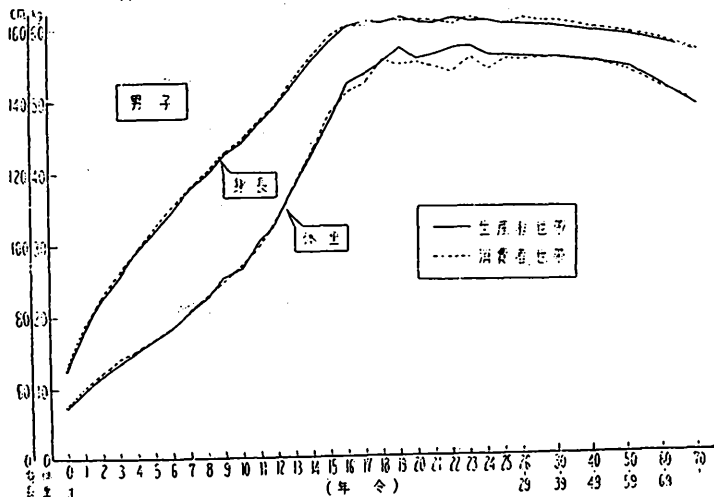
10才から15才までの伸びは最も高く、最高の14才と15才の開きは7cm に及んでいるが、16才から伸びは緩慢になり19才で发育はおおむね完了する。

女子の身長の发育は、男子より1~2年早く伸長期をむかえるため、10~13才では男子の身長を越しているが、14才以降は緩慢になり17才で发育は完了する。

第 20 図 全国身長・体重表(男, 女比較)



第 21 図 業態別身長・体重表



なお、男子より女子の发育が一时的に優位を示す傾向は、体重、胸围、上腕围、座高等についてもみられ、体重及び上腕围では10~14才、胸围では12~14才、座高では10~13才において優位を示している。

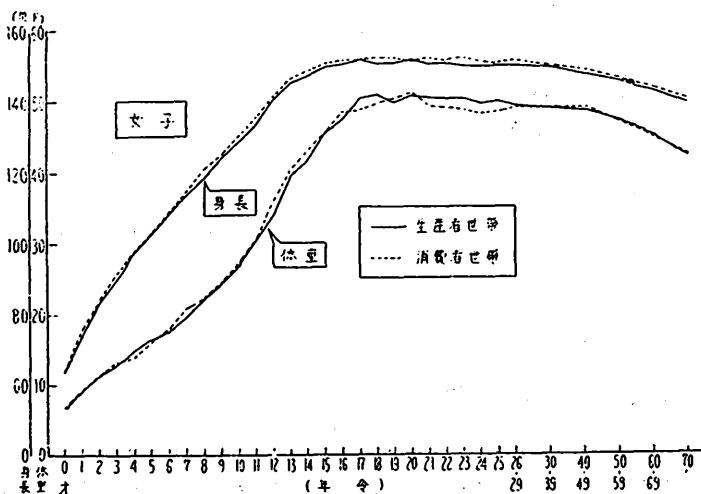
業態別发育状况

身長や座高については第21図及び第22図にみられるように、男女とも消費者世帯の发育がすぐれ、生産者世帯の发育は劣つている。

まず、身長の发育差についてみると、各年令によつて異なるが消費者世帯は、おおむね 1.0~1.5cm の差で生産者世帯より優位にある。また、最も差の著しかつた年令は12~14才で、例えば、12才の男子では 2.1cm 女子では 1.8cm の差が認められた。

体重では男女とも乳幼児、青少年層では、概して消費者世帯が優位にある。すなわち、男子の1~10才ではおおむね 0.2~0.4kg, 12~15才

第 22 図 業態別身長・体重表



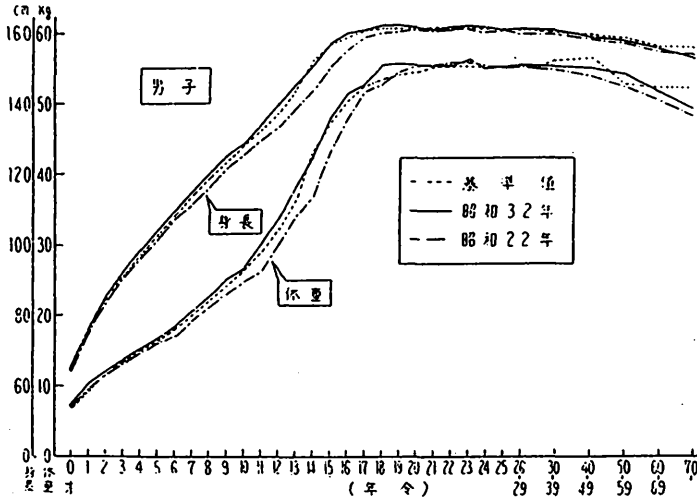
では 0.4~0.9kg の範囲で消費者世帯が優位にある。

16才以後では生産者世帯がすぐれ、その差は年令によつて異なるが、平均 1kg 以上の相違である。

胸囲、上腕囲では、身長の場合と異なり、乳幼児を除く他の年令層では全般に生産者世帯が優位を示している。

要するに消費者世帯の乳幼児の發育は、すべてにおいて生産者世帯よりまさっているが、青少年層では身長、体重、座高はすぐれているが胸囲と上腕囲はやや下位にある。

第 23 図 全国身長・体重表
(基準値との比較)



生産者世帯では乳幼児、青少年の發育は劣つているが、成人になると広胸型のずんぐりした消費者世帯よりも体重の多い者が多いことを示している。

年次推移

わが国青少年の体位の変遷の概要を既存の統計資料からみると、身長は明治以後除々に上昇し、大正の末期頃から上昇の傾向は著しくなり、昭和12~14年頃が最高に達した。

しかるに昭和16年頃から急速に低

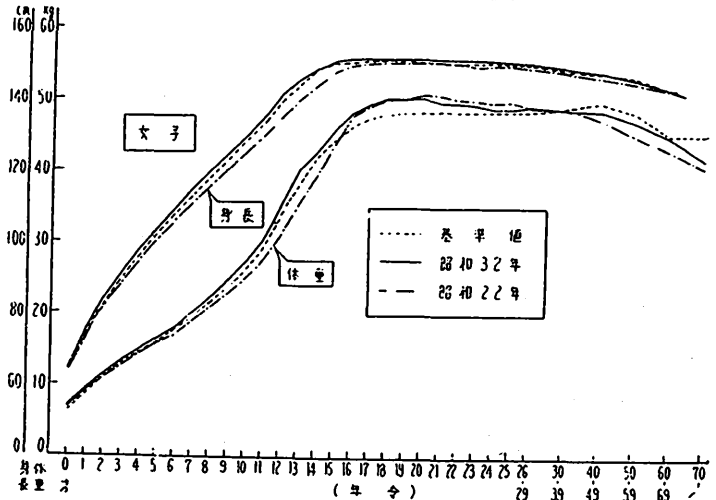
下しはじめ、昭和21~23年頃には最低に達し、その後再び急速に上昇し、今日にいたつている。

次に身長を座高と下肢長に分けて考えると、戦時においても座高は僅かしか低下しなかつたが、下肢長が著しく低下し、また、戦後においては下肢長が著しく増加している。

なお、戦後の回復状態は年令により著しく相違し、一般に幼児期に食糧難を経験した者ほど、その被害は激しく、回復も遅れていることが判

明したが、おおむね30年から戦前の最高記録を上回るまでに回復した。しかし、例外として男子の14才の身長、体重がいまだこれをしのげずにいる。

第 24 図 全国身長・体重表
(基準値との比較)



6. 食 材 料 費

ここ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、糞物等の別を問わず、すべて市

場価格に換算して1人1日当りの平均を示したものである。

1) 全国1人1日当り食材料費

全国平均1人1日当りの食費は96.86円(うち動物性食品入手に要した費用23.74円)で前年の96.08円を0.8%上回っている。なお、これを食品群別にみると、総額中に占める米類の比率は30.7%、小麦4.3%、大麦2.8%穀類全体では37.9%となっており、米の占める割合が極めて高いことを示している。

副食費では魚介類の占める割合が13.6%、豆類5.8%、獣鳥肉類5.6%などが主だったもので、次いで果実4.9%、その他の野菜4.2%となっている。

調味嗜好品の占める割合も9.9%とかなり高い率を示し、食生活内容に多分にしや侈的性格が盛り込まれてきたことを示している。

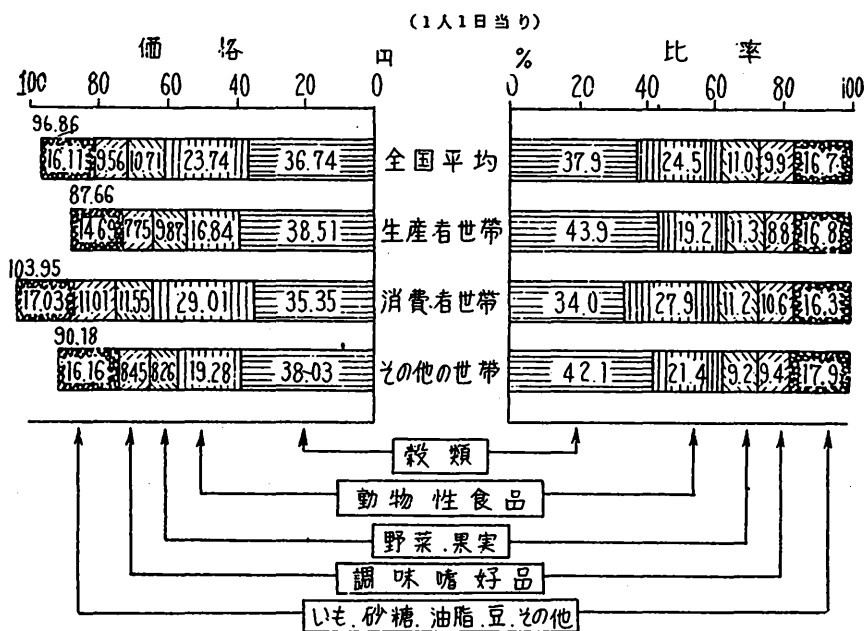
季節別にみると8月が最も高く99.15円、5月が最も低く94.60円で、およそ5.00円の差が認められる。なお摂取栄養量では既述の如く11月の摂取量が多く、8月に少かつたが食材料費では逆の関係がみられる。

2) 業態別1人1日当り食材料費

業態別にみると第25図にみられるように消費者世帯の食材料費が最も高く103.95円、その他の世帯で90.18円、生産者世帯は最も少く87.66円である。

そのうち動物性食品入手に要した費用は、消費者世帯29.01円、その他の世帯19.28円、生産者世帯16.84円である。すなわち、消費者世帯は、生産者世帯に比べて総額において18.6%、動物性食品については72.2%多く要している。

第25図 食品群別、食材料費及び比率



(1) 生産者世帯

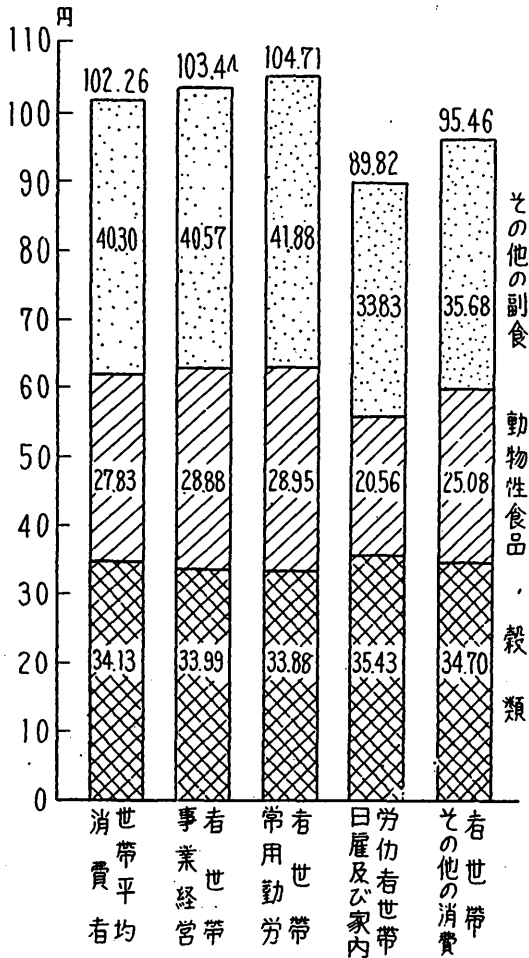
生産者世帯の食材料費は87.66円で業態中最も低く、全国平均からみて9.5%下回っている。これを食品群別にみると、穀類の占める割合が極めて大きく43.9%(38.51円)をしめ、消費者世帯の35.35円と比較して3.16円多く要している。

しかし、動物性食品の占める割合は19.2%、油脂0.9%、調味嗜好品8.8%など、いずれも消費者世帯からみると著しく少い。このように生産者世帯では自家生産物に強く依存している関係から、現金購入を必要とする品目や比較的嗜好性の強い品目の占める割合が極めて低くなっている。

(ロ) 消費者世帯

消費者世帯では 103.95 円（うち動物性食品入手に要した費用は 29.01 円）で業態中最も高く、生産者世帯と比べると総額において18.6%，動物性食品については72.2% 多く要している。次に総額中に占め

第 26 図 1人1日当り食材料費
(5月調査、消費者世帯の細分)



る穀類の割合は 35.35 円で他業態より低い、他の副食物にあつてはいずれも多くなつている。特に肉卵、乳類及び嗜好品の占める費用が他業態に比べてかなり多くなつている。次に5月調査における消費者世帯を細分した結果について述べる。(第26図)

事業経営者世帯の食費は 103.44 円で消費者世帯平均よりやや多く、そのうち穀類の占める割合は平均以下の32.9%であるが、動物性食品、果実、調味嗜好品に要した費用はやや多くなつている。

常用勤労者世帯の食費は104.71円で事業経営者世帯を僅か上回り、業態中最も高くなつている。事業経営者世帯と比べると穀類がやや少く、豆類と油脂の費用が多くなつている。

日雇及び家内労働者世帯の食費は 89.82 円で消費者世帯中最も少く、最高の常用勤労者世帯からみると14.2%低い。そのうち穀類の占める割合は39.4%で全業態中最も多い。

しかし、動物性食品、油脂、野菜、果実、調味嗜好品等の占める割合は極めて少く、食生活水準の低いことを示している。

その他の消費者世帯の食費は 95.46 円で消費者世帯

の平均より 6.6% 低く、また穀類の占める割合は多いが、副食費は日雇及び家内労働者世帯に次いで低くなつている。

い) その他の世帯

その他の世帯の食費は第 25 図にみられるように 90.18 円で全国平均からみると 6.9% 低い。その内容についてみると、生産者世帯と比較的類似した形をしているが、穀類と野菜、果実の占める割合がやや少く、他の副食費は生産者世帯よりも多く要している。