

結 果 の 概 要

A. 概 説

国民の食糧消費傾向は、ここ1～2年かなり改善の傾向をみせ畜産食品の飛躍的增加や油脂類、果実類の消費の増大、また摂取熱量中に占める穀類比率の低下などその水準は全般的に向上し、一方食糧消費形態も外来文化の影響を受けて食品の加工需要が増加したり、嗜好食品が増加したり、また食品の調理形態が著しく変化するなど食生活は一見して文化的色彩が濃厚なものになりつつある。

しかし、わが国の食糧消費の特質である米食中心の食生活は依然として改善されないのみか米食率は増大の傾向にあり、また栄養素供給構成は漸次澱粉性食品から動物性食品に移行しつつあるとはいえ、消費熱量の71%を穀類から摂取する等諸外国のそれと比すれば著しく澱粉質過多である。

また、栄養素の摂取量も国民1人1日当りの基準量を満たすに十分でなく、特にビタミン、ミネラル等の不足が著しい。しかしながら最近の消費傾向をみると、特に都市の場合は所得の増加分が食生活よりもむしろ他の消費にむけられる傾向が強くまた食生活そのものにあつても食品のバランスを無視したり、栄養上価値の低い奢侈的消費に向いつつある傾向もみられるなど未だ健全な姿とはいえない。

一方、生産者世帯では依然として自家生産物に依存する度合いが高いため穀類も類等の澱粉性食品が支配的で保全性の食糧に欠けた粗悪な食構造であり、このため栄養素の不足乃至は欠乏に起因する身体症候が著しく発現しており今後に大きく改善の余地が残されている。

また都市にあつても一般の消費水準上昇のかけに取り残された低所得層である日雇・家内労働者世帯は動物性蛋白質、脂肪の摂取が少く、また摂取熱量の77.7%を穀類、いも類等の澱粉性食品から摂取する等食糧構成は粗悪で食生活水準が極めて低位におかれているため栄養素の欠乏による身体症候が、他の業態よりもかなり多く発現しており、これら階層の食生活水準を引上げるような施策が総合的な社会保障政策の一環として実施されることが要請される。

1. 栄 養 摂 取 量

戦争終了前後に著しく低下した国民の栄養状態も食糧供給が平常に復すると、ほぼ軌を一にして著しく向上し、おおむね昭和27、28年には一応戦前の水準まで到達したが、更にその後も緩慢ながら引続いて向上し、特に動物性蛋白質、脂肪の面での改善は著しいものがある。

すなわち、動物性蛋白質、ビタミンB₂、脂肪は前年に比してかなり大幅な伸びを示したが他の栄養素はほとんど停滞しビタミンA、B₁等はむしろ僅かながら下降状態にある。特にビタミンB₁は米の豊作を反映して米食率の高まつたことや、米の搗精度が増したことで、また副食にしても加工度が高まつているためビタミンの損耗が多いことなどの影響から年々下降状態を続けている。

生産者世帯は消費者世帯よりも澱粉性食品を過食しているため含水炭素のとり方が多く、逆に保全性の栄養素である蛋白質特に動物性蛋白質および脂肪は少なく栄養水準は低位にある。

消費者世帯では含水炭素から供給される熱量が少ないが、動物性蛋白質、脂肪のとり方は生産者世帯を上

回りかなり上位の摂取状態を示している。

2. 食品摂取量

食糧の消費状況を見ると、ここ1～2年の間に畜産食品、油脂類、果実類等の消費が著しく増大し、いわゆる量から質への改善が順調に行われていることが明らかである。すなわち、穀類はその総量では前年と変わらないがその構成では大麦、雑穀が減つて小麦が増加し、また米も僅かながら増している。

いも類では甘藷が減つたため総量でも若干減少しており、また魚介類、緑黄色野菜でも同様な傾向がみられる。

大幅に伸びたものは動物性食品で特に乳、肉、卵等の畜産食品が飛躍的に増加しその他増加の著しいものは果実類、砂糖類、油脂類等があげられ総体としてわが国の食糧構成は大きく改善をみせている。

生産者世帯は消費者世帯に比べて米、大麦の消費は多いが小麦は少く米食依存の傾向が強い。また甘藷、馬鈴薯、野菜等の消費量は消費者世帯よりも多く一般に自家生産物の消費が支配的である。消費者世帯よりも大幅に少いものは肉類、乳製品、柑橘類等でその他油脂、大豆製品、卵類、魚介類等もかなり少く食糧構成は著しく劣っている。

消費者世帯では低廉な澱粉性食品のとり方が著しく少いが例外として小麦は多く摂取され粉食形態がかなり日常生活にとり入れられていることがわかる。しかも一方では畜産食品、油脂、果実、大豆製品等の高級食品や奢侈的性格をもつ嗜好食品等の消費が多く総じて食糧消費水準は著しく優位にある。

3. 栄養欠陥による身体症候

栄養素の不足に基因する身体症候の保有者数（有症率）は32年度より若干の減少をみたとはいえ依然として国民の24.4%、すなわち4.1人に1人という高率をもつて身体上に何等かの栄養欠陥を保持しているものがみられる。この傾向は数年来改善されていないのみか、逆に毛孔性角化症、けん反射消失等は増加の傾向を示している。なお身体症候のうち発現度の高いものはけん反射消失、はい腸筋圧痛、口角炎等でビタミンの不足に原因するものが多い。

これを5月調査について年齢別にみるとけん反射消失、はい腸筋圧痛、浮しゆ、貧血等は年齢の増すごとに増加しているがビタミンB₂欠乏症候である口角炎、毛孔性角化症は5～14歳の学令期にあるものの発現率が高く、またその有症率をみても5歳以下では比較的少いが40歳以上になるとかなり高率に発現している。生産者世帯は消費者世帯より一般に各症候を通じて罹患率が高く、特に口角炎は約1割近い発現をみせている。

4. 体 位

国民の体位は生活環境の平常化と食糧消費水準の向上に伴い、おおむね昭和28、29年頃には戦前の水準に復したが、ここ1～2年体位の向上はやや停滞的な傾向がうかがわれ回復期に示したような伸びはみられない。

特に戦争により最も影響を受けた13～15歳の男子の身長発育は遅々たるものであり他の年齢においては戦前の水準に復帰した昭和28年においては勿論本年の調査においても14、15歳の年齢層では依然として

不十分な発育にとどまっている。

女子の身長についても、ほぼ同様な傾向がみられるが、戦争による被害程度は男子よりも少くまた戦前水準に復帰するのも各年令を通じて1~2年早いようである。また体重は各年令層を通じて男女を問わず向上しているが、なかんずく女子の向上はめざましく14~20歳の者では男子の約2倍の増加率を示している。

次に生産者世帯と消費者世帯の体型を比較すると、消費者世帯の乳幼児の発育は身長、体重、胸囲、上腕囲、座高のすべてにおいて生産者世帯よりすぐれており、また青少年層では身長、体重、座高はすぐれているが胸囲および上腕囲はやや劣っている。成人になると生産者世帯では消費者世帯よりも胸巾の広い、ずんぐりした体型の人が多くなど生活条件や環境条件による差が大きく現われている。

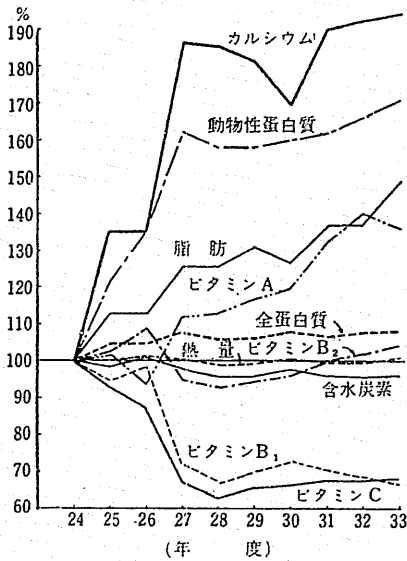
B. 各 説

1. 栄養摂取量

1) 全国平均1人1日当り栄養摂取量

国民の栄養摂取水準は年々改善されかなり向上してきたところであるが一応の回復段階を終った昭和28年頃から32年頃にかけてはあまり向上はみられずその伸びは緩慢であつたが、33年には漸やくにして食糧

第1図 栄養摂取量の推移
(24年=100)



構成高度化の線にそつて動物性蛋白質、脂肪の面でかなり改善の傾向をみせているが、しかし回復期にみられたような著しい伸びではない。

すなわち前年に比して脂肪は8.2%増加しているのが目立っておりその他熱量、動物性蛋白質、ビタミンB₂が僅かに増加している。ビタミンCは停滞しているがビタミンAおよびB₁は僅かながら減少している。

このように日本人の摂取している栄養量は、ビタミンAおよびB₁を除いては僅かに増加しているものの基準量を満たすに十分でなく特に脂肪、カルシウムおよびビタミン類の不足は著しいものがある。またわが国の栄養状態は含水炭素の摂取量が著しく多いのに比べてビタミンB₁の摂取量が年々減少していることは国民栄養の向上のうえにまことに好ましくない傾向である。

次に昭和24年を100とした栄養水準の動きをみると第1図の如くで最も大きな増加を示したものはカルシウム94.0%、動物性蛋白質70.0%、脂肪48.1%、ビタミンA35.8%が主なものであるが、食生活が一応の回復段階を終つてほぼ戦前水準に復した27年以降の伸びで順調な上り坂を示しているものは脂肪、動物性蛋白質、ビタミンAなどである。

伸び悩みの傾向を示しているものは熱量、蛋白質、ビタミンB₂等であるが、著しく減少したものとしてはビタミンB₁とCがあげられ、いずれも24年からみると30%前後低下している。特にB₁は依然として下降状態を続けておりわが国における米食偏重の食生活の根本的な不合理性を如実に物語っている。

(イ) 熱 量

熱量は2,118カロリーで日本人の基準量2,180カロリーと比べて3%程不足しているが前年度と比較すると1.4% (29カロリー) 増加しており、これは主として生産者世帯の摂取量の増加によるものとみられる。

季節の変動をみると11月、2月は高く8月は低く最高と最低の差は116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年以降は大体頭打ちの状態で2,100カロリー前後の値を示している。

(ロ) 蛋白質

蛋白質の摂取量は70.1gで対前年の伸びはみられないが、うち動物性蛋白質は23.8gで蛋白質総量に対する動物性蛋白質の摂取比率は34.0%となり前年の33.3%をいく分上回っている。これは蛋白質が質の面で改善されていることを示している。昭和24年以降の総蛋白質に対する動物性蛋白質の摂取比率は第5表のとおりで特に昭27年に著しく向上しその後も僅かながら増加の傾向をたどっている。

しかし蛋白質の基準量は73gであるから平均すると約4%程度不足している。また季節別摂取量は11月が多く8月が少くその差は6.3gにも及んでいる。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、それ以後は遅々とした伸びをみせている。

第4表

栄養摂取量の推移

(1人1日当り)

| | 21年 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 33/32 |
|-------------------|-------|-------|-------|-----------|-----------|-----------|-------|-------|-------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|--------|
| 熱 量 Cal | 1,903 | 2,000 | 2,014 | 2,097 | 2,098 | 2,125 | 2,109 | 2,068 | 2,074 | 2,104 | 2,092 | 2,089 | 2,118 | 101.4 |
| 蛋白質 g | 59 | 61 | 63 | 65 | 68 | 68 | 69.9 | 68.7 | 68.9 | 69.7 | 69.1 | 69.6 | 70.1 | 100.7 |
| 動物性蛋白質 g | 11 | 11 | 13 | 14 | 17 | 19 | 22.6 | 22.1 | 22.1 | 22.3 | 22.6 | 23.2 | 23.8 | 102.6 |
| 脂 肪 g | 15 | 13 | 14 | 16 | 18 | 18 | 20.1 | 20.1 | 20.9 | 20.3 | 21.8 | 21.9 | 23.7 | 108.2 |
| カルシウム mg | 253 | 251 | 261 | g 0.20 | g 0.27 | g 0.27 | 373 | 370 | 362 | 338 | 379 | 384 | 388 | 101.0 |
| ビ タ ミ ン | | | | | | | | | | | | | | |
| A I.U. | 4,641 | 2,969 | 3,074 | 2,416 | 2,459 | 2,262 | 2,700 | 2,721 | 2,814 | 1,536 (2889) | 1,686 (3175) | 1,783 (3374) | 1,750 (3281) | (97.2) |
| B ₁ mg | 1.81 | 1.82 | 1.53 | 1.60 | 1.52 | 1.58 | 1.14 | 1.07 | 1.12 | 1.16 | 1.13 | 1.09 | 1.07 | 98.2 |
| B ₂ mg | 0.67 | 0.62 | 0.72 | 0.70 | 0.72 | 0.76 | 0.66 | 0.65 | 0.66 | 0.67 | 0.70 | 0.71 | 0.73 | 102.8 |
| C mg | 187 | 153 | 138 | 115 | 107 | 99 | 77 | 72 | 75 | 76 | 77 | 77 | 77 | 100.0 |

注) 昭和21~23年は全国集計が行われていないので、市部、郡部別の成績を算術平均して掲げたものである。
なお昭和30~33年のビタミンAの()内の数値はそれ以前の数値と対比するため、カロチンの価をそのままビタミンAに加えた数値である。

第5表

総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 | 33 |
|----------------|-------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 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 | 34.0 |

(ハ) 脂 肪

脂肪の摂取量は23.7gで、前年の21.9gと比較して8.2%増加しているが目標量の30gからみると約21%の不足である。年次別にみると21~23年は大体13gで24年から増加の傾向をたどり27年には20gを越えそれ以降は僅かながら増加の傾向を示している。季節による変動は11月、2月がやや多く8月が少いが最高と最低の差は1.4gで他の栄養素と比べて比較的差が小さい。

(ニ) ミネラル

カルシウムの摂取量は388mgで前年と大差はなく、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年より大幅に増加し最近370~380mg程度で低迷している。

磷の摂取量については1,369mgで前年の1,351mgと比較して18mg増加しており。これは米食率の増大によるものとみられる。なお、カルシウムと磷の比率をみると著しく磷過剰であるが、しかし磷は調理の際の損失がカルシウムより大きいので実際はもつとCa:Pの比率は下回つているものと思われる。

鉄の摂取量は最近15mgを前後しており基準量の10mgを若干上回り特に不足の状況はみられない。なお30年以後の数値は29年以前に比べて著しく低いが、これは栄養価算定に使用した成分表の改訂による影響であるからそのまま比較はできない。

(ホ) 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の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、はるかに下回つた数量しか実際には利用されないものであつて、その損耗の程度はビタミンの種類および調理操作により種々異なるものである。従つてビタミン類の摂取量は基準量をやや上回る数値を目標としなくてはならない。

ビタミンA

ビタミンAの摂取量は1,750(3,281) I. U. で、前年より若干下回つている。これを季節的にみると2月が最高で次いで5月が多く、最低は8月でその差は1,518 I. U. で、季節による差が最も甚しい栄養素の一つである。年次別には30年1,536(2,889) I. U. 31年1,686(3,175) I. U. 32年1,783(3,374) I. U. と順次増加している

注) ()内はカロチンの価をそのままビタミンAに加えた数値である。

ビタミンB₁

ビタミンB₁の摂取量は1.07mgでこれは前年の1.09mgと比較して僅かではあるが(0.02mg)減少しており、しかもこの数年間は毎年減少の傾向にあり、基準量(1.20mg)との差は次第に大きくなり更に調理上の損耗を考慮するとかなりの不足状態とみられこれを裏書するようなビタミンB₁の欠乏症が多発している。年次推移をみると21、22年が最も摂取量が多く1.80mgをやや上回つていたものが23年~26年には1.5~1.6mg、27年以降は1.1mg前後と減少している。季節別には11月が最高で2月が最低である。

ビタミンB₂

ビタミンB₂は0.73mgで前年の0.71mgを僅かに上回つている。基準量の1.20mgと比較すると調理損失を考慮しない場合においても61%程度を満たしているに過ぎない。年次推移をみると21年以降0.7

mg 前後の数値を依然として示しておりあまり改善のあととはみられない。季節別にみると例年のとおり5月が最高で8月が最低である。

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、素材料値としては基準量の60mgを上回っている唯一のビタミンであるが、調理損耗の著しく大きいものであるから未だ十分とはいえない。また、摂取量を季節別にみると例年のとおり11月が93mgを示しているのに8月は62mgにすぎず、その間かなりの差がある。年次別には21年から25年までは100mgを越えていたが、27年から75mg前後となり、それ以降は横ばい状態にある。

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熱量は生産者世帯では消費者世帯に比べて188カロリーも多く前年よりもその差が大きく開いてきたが、動物性蛋白質、脂肪のとり方はやはり少く含水炭素の過剰摂取の傾向が大きく現われている。すなわち蛋白質の総量については生産者世帯と消費者世帯の差は1.1gであるが、動物性蛋白質では7.0gであり、昨年よりも差が大きくなっている。また脂肪についても消費者世帯と比べて18%程度低い。

なお、消費者世帯の中で最もバランスのとれた栄養素の摂取状態を示している業態は常用勤労者世帯であり日雇・家内労働者世帯は最も低く蛋白質等の摂取量は減少しており常用勤労者世帯との差はますます大きくなっている。

(イ) 生産者世帯

熱量は2,232カロリーで、昨年より71カロリー全国平均より114カロリー、消費者世帯より188カロリー多くなっているが、基準量に比較すれば僅かに上回っているにすぎない。

第6表 業態別栄養摂取量

| | 摂 取 量 | | | 対 前 年 比 | | |
|-------------------|------------------|-----------------|-----------------|------------|------------|------------|
| | 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 |
| 熱 量 Cal | 2,232 | 2,044 | 2,097 | + 3.3 | + 0.3 | 0 |
| 蛋 白 質 総 量 g | 69.5 | 70.6 | 69.3 | + 1.5 | + 0.3 | - 1.1 |
| 動物性 g | 19.6 | 26.6 | 22.8 | + 0.5 | + 3.5 | - 0.4 |
| 脂 肪 g | 21.0 | 25.6 | 21.9 | + 10.5 | + 6.2 | + 7.4 |
| カルシウム mg | 389 | 385 | 405 | + 3.7 | - 1.0 | + 1.8 |
| ビ タ ミ ン | A I.U. (3258) | 1,793 (3316) | 1,641 (3110) | (-0.6) | (-4.6) | (+1.5) |
| B ₁ mg | 1.10 | 1.06 | 1.06 | - 0.9 | - 0.9 | - 7.8 |
| B ₂ mg | 0.74 | 0.73 | 0.68 | + 7.2 | + 1.4 | - 4.2 |
| C mg | 81 | 74 | 80 | + 1.3 | - 1.3 | 0 |

注) ビタミンAの()内の数値はカロチンの価をそのままビタミンAに加えた数値である。

蛋白質は69.5g（うち動物性蛋白質19.6g）で前年より1g増えているが、基準量よりは4.8%不足している。また総蛋白質に対する動物性蛋白質の比率は28.2%で前年より0.3%減少し最低基準の30%には達していない。脂肪の摂取量は21.0gで全国平均が前年度より8.2%増加したのに比べてそれを上回る10.5%増加しているが、目標量に比べて30.0%不足している。カルシウムは僅かに増加しているものややはり著しい不足であり、反対に磷は48mg増加して過剰摂取となつている。ビタミンAの摂取量は前年と殆んど同様で依然として低く特に8月の摂取量は悪く緑黄野菜の積極的利用が望まれる。

第7表 総蛋白質に対する動物性蛋白質の摂取比率
単位=%

| | 生産者世帯 | 消費者世帯 | その他の世帯 |
|-----|-------|-------|--------|
| 32年 | 28.5 | 36.5 | 32.7 |
| 33年 | 28.2 | 37.7 | 32.9 |

ビタミンB₁は1.10mgで全国平均を上回っているが、調理損失を考えない場合でも基準量より0.10mg低く、またB₂は前年より0.05mg増えて0.74mgとなつたがやはり38%も不足している。

ビタミンCは全国平均を上回る81mgであるが、調理損失を考慮するとまだ十分とはいえないと思われる。

総じて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少いばかりでなく、

質的にも植物性食品に偏しており全体として栄養構成は劣つている。

(口) 消費者世帯

熱量は2,044カロリーで前年と大差なく基準量を136カロリー下回っている。蛋白質の摂取量は70.6gで前年より0.2gしか増えていないが、動物性蛋白質は26.6gで前年より3.5%増え総蛋白質に対する動物性蛋白質の比率は前年の36.5%から37.7%と向上し蛋白質の質的構成は段々とよくなつている。

また脂肪の摂取量は25.6gで前年より1.5g増えたが依然として14.7%の不足である。ビタミン類ではAが全国平均を上回っているが、前年よりかなり減つておりB₁ (1.06mg)、B₂ (0.73mg)、C (74mg) はいずれも停滞もしくは若干ながら下降の傾向を示している。次に5月調査について消費者世帯を細分検討してみると次のとおりである。

事業経営者世帯

熱量のとり方については前年度は全業態中最も低く2,007カロリーであつたが、本年度は僅かに増加し2,049カロリーとなり、日雇・家内労働者世帯、その他の消費者世帯よりも上回っている。また蛋白質総量、動物性蛋白質、脂肪、ビタミンB₁、B₂、等は常用勤労者世帯に次いで多いが、ビタミンAのみは最も摂取量が低い。総じて栄養摂取量は常用勤労者世帯に比べると下位にあるが日雇・家内労働者世帯やその他の消費者世帯からみるとかなり優れている。

なお対前年比をみると動物性蛋白質、脂肪、ビタミンB₁、B₂、Cなど、いずれも4~6%の増加で栄養水準がかなり向上している。

第8表 総蛋白質に対する動物性蛋白質の摂取比率
単位=%

| | 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 |
|-----|---------|---------|------------|-----------|
| 32年 | 35.9 | 36.2 | 31.9 | 34.5 |
| 33年 | 37.3 | 38.6 | 31.6 | 34.0 |

第9表

消費者世帯細分，栄養摂取量 (33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 | 2,049 | 2,055 | 1,966 | 2,009 | + 2.1% | + 0.1% | - 2.6% | 0% | |
| 蛋白質 { 総 量 g | 71.1 | 72.0 | 64.8 | 70.3 | + 2.9% | + 2.0% | - 3.0% | + 2.0% | |
| 蛋白質 { 動物性 g | 26.5 | 27.8 | 20.5 | 23.9 | + 6.0% | + 7.8% | - 3.8% | + 0.4% | |
| 脂 肪 g | 24.6 | 26.7 | 19.0 | 23.0 | + 5.6% | + 5.1% | + 4.4% | + 7.0% | |
| カルシウム mg | 389 | 378 | 376 | 414 | + 0.8% | - 6.0% | + 6.5% | + 5.1% | |
| ビ タ ミ ン | A I.U. | 1,514 (2,756) | 1,644 (2,973) | 1,587 (3,008) | 1,874 (3,483) | (+ 2.7%) | (+ 0.8%) | (+ 14.8%) | (+ 7.6%) |
| | B ₁ mg | 1.05 | 1.06 | 0.98 | 1.02 | + 4.0% | + 1.9% | - 6.7% | 0% |
| | B ₂ mg | 0.77 | 0.78 | 0.71 | 0.76 | + 4.1% | + 4.0% | + 2.9% | + 1.3% |
| | C mg | 69 | 70 | 63 | 74 | + 6.2% | - 1.4% | + 10.5% | + 12.1% |

注) ビタミンAの()内の数値はカロチンの価をそのままビタミンAに加えた数値である。

常用勤労者世帯

ビタミンA、Cおよびカルシウムを除く他のすべての栄養素摂取量は他業態に比し最もすぐれている。すなわち熱量は消費者世帯平均よりやや多く蛋白質も72.0g(うち動物性27.8g)とほぼ基準値に近い摂取量を示し最も低位にある日雇・家内労働者世帯より総量で7.2g、動物性蛋白質で7.3g上回っている。

なおこの両者の差は脂肪においても7.7gの差で常用勤労者世帯がすぐれ、またビタミンB₁、B₂等も同様に多くとられている。

また、対前年比をみるとカルシウム6.0%、ビタミンC1.4%と僅がながら減じているが、他の栄養素はすべて比較的順調な伸びを示し、なかんずく動物性蛋白質は7.8%、脂肪は5.1%の伸びをみせるなどこの世帯の栄養状態は相当大幅に向上している。

日雇・家内労働者世帯

低収入階層であるこの世帯では糖質に由来するカロリーが多く、穀類、いも類などの澱粉性食品からの熱量摂取率は77.7%に及ぶなど、所得水準の低さが満足な栄養摂取の大きな障害となつている。

すなわちこの世帯の栄養摂取状態は熱量源になる糖質は多いが保全素といわれる蛋白質、ビタミン、ミネラルが少く、特に蛋白質は量的ばかりでなく質的にも劣っており植物性食品とくに穀類からの摂取量が多く、動物性蛋白質からの摂取は少いなど、栄養構成はかなり粗悪である。

対前年の同期比をみると熱量、蛋白質、動物性蛋白質はそれぞれ2.6%、3.0%、3.8%と後退し、特にビタミンB₁は(-)6.7%と大幅に減じる等全般的に栄養量は減量を見せている。そのためもともと栄養量が劣っているこの階層と常用勤労者世帯との間の裕差はますます拡大する傾向にある。

その他の消費者世帯

その他の消費者世帯の栄養摂取量は日雇・家内労働者世帯に次いで悪く熱量、蛋白質、脂肪など日雇・家内労働者世帯に次いで少いが、カルシウム、ビタミンA、Cは業態中最も多いなど特異な栄養摂取状態を示している。対前年比をみると脂肪は7.0%、ビタミンA7.6%、C12.1%などいずれも向上したが他の

栄養素は横ばい状態を示している。

(ハ) 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。熱量については前年は生産者世帯と消費者世帯の丁度中間であつたが本年は前年と殆んど変わらない2,097カロリーでありながら生産者世帯の消費が増加したのでむしろ消費者世帯に近い数字となつている。その他蛋白質は69.3g, その中動物性蛋白質は22.8gで夫々前年より若干減少しているが脂肪は7.4%増加している。ビタミンの摂取量はビタミンCを除き全国平均を下回り不足した状態にある。

3) 栄養摂取量の諸外国との比較

次に目を転じて諸外国との比較をした場合日本はいかなる地位におかれているかを考察してみよう。ただこの際一寸注意せねばならないことは国民栄養調査のような消費統計は世界のどの国をたずねても行なわれていないので結局外国のものは、すべて食糧のバランスシートから算出したものである。このバランスシートは各種目別に生産量、輸出入量、在庫変動等より食糧の総供量を推計し、これから飼料用、加工用、減耗等を差し引いて最終的に食糧として消費者の手に移る量を推計し、更に各食糧のもつ栄養量から国民1人1日当りの摂取量を算出したもので、これを日本の場合にあてはめてみると栄養調査による消費統計よりも熱量その他で若干高い数値がでている。

第10表

世界各国の1人1日当り栄養摂取量

| 国 | 年 | 熱 量 | | | 国 | 年 | 熱 量 | | |
|----------|-------------|-------|---------------------|-----|---------|-------------|-------|---------------------|-----|
| | | 総 計 | 動物性食 品の占め る割合 | 蛋白質 | | | 総 計 | 動物性食 品の占め る割合 | 蛋白質 |
| | | カロリー | % | g | | | カロリー | % | g |
| エジプト | (1955/56) | 2,590 | 9 | 77 | ※デンマーク | (1957/58) | 3,500 | 40 | 98 |
| ※南ア連邦 | (1956) | 2,650 | 21 | 72 | ※フィンランド | (1956/57) | 3,100 | 37 | 95 |
| ※カナダ | (1956/57) | 3,140 | 44 | 97 | フランス | (1956/57) | 2,920 | ... | 103 |
| アメリカ | (1957) | 3,100 | 42 | 94 | ※西ドイツ | (1957/58) | 2,990 | 34 | 81 |
| アルゼンチン | (1955) | 2,980 | 36 | 97 | ※アイスランド | (1948/~50/) | 3,230 | 43 | 120 |
| ※ブラジル | (1954~56) | 2,520 | ... | 62 | ※ギリシャ | (1957/58) | 2,650 | 12 | 85 |
| チリー | (1954~56) | 2,550 | 20 | 79 | ※イタリア | (1957/58) | 2,580 | 18 | 74 |
| ※オーストラリア | (1954/56/) | 3,230 | 45 | 91 | ※オランダ | (1957/58) | 2,890 | ... | 78 |
| ニュージーランド | (1957) | 3,380 | 49 | 105 | ※ノルウェー | (1957/58) | 3,190 | 41 | 90 |
| セイロン | (1954~56) | 2,030 | 5 | 43 | ※ポルトガル | (1957) | 2,460 | 15 | 71 |
| ※インド | (1954/56/) | 1,890 | 6 | 51 | ※スウェーデン | (1957/58) | 2,950 | 39 | 85 |
| パキスタン | (1954~56/) | 2,000 | 8 | 47 | ※スイス | (1957/58) | 3,240 | 35 | 95 |
| フィリピン | (1954/55) | 1,940 | 6 | 49 | ※英国 | (1957/58) | 3,290 | 38 | 86 |
| ※トルコ | (1954/~56/) | 2,660 | 8 | 85 | 日本 | (1955~56) | 2,270 | 5 | 64 |
| ベルギー | (1957/58) | 2,930 | ... | 88 | | | | | |

注) 国際連合統計部, 世界統計年鑑 (1958年版) による。 ※印は試算の数字

さてこの統計の示す数値によれば1人1日当り摂取熱量は北米や西欧の各国では3,000カロリー前後の摂取量を示しているがエジプト, 南ア連邦, ブラジル, チリー, トルコ, イタリア, ギリシャ等は2,500カロリー前後である。最低位に属する国には, セイロン, インド, パキスタン, フィリピン等があげられるが日本もこのグループに入っている。このように欧米の富裕国ではカロリー摂取量は3,000カロリーとほとんど

ど上限に達しているが日本のような貧乏国にあつても経済条件さえ改善されればある程度の増加が期待できよう。蛋白質についても、ほぼこれと同様な傾向を示し日本はきわめて低位におかれている。もち論栄養所要量は体格、体質、環境等の要因によつて左右されるから単なる比較はできないとしてもその摂取量は欧米諸国からみると著しく劣つているといえる。

2. 食品群別摂取量

1) 最近の食糧消費傾向とその特徴

わが国の食糧消費傾向は国民所得の向上や生活水準の上昇に伴い緩慢ながら確実な向上をみせて、次第に高度化の傾向をたどり、食生活様式は穀類、いも類等の澱粉性食品を中心に栄養をとつていた消費形態から漸次抜け出して畜産食品、油脂、果実等のいわば高級食品の消費増加に向いつつある。

これを年次的にみると、おおむね昭和28年頃までの消費傾向は主として戦争によつて破かいされた食生活の量的復興の過程であり、その重点は食糧の量的確保におかれ、穀類、いも類など主に熱源食品の増加が最も大きな特徴であつた。しかしこの過程をほぼ終了した昭和29年頃から昭和31年頃にかけては一般に食糧の消費水準はその伸びが鈍化し停滞の傾向をみせた反面、米の豊作の影響等もあつて主食中における米の占める割合が増加し、そのためビタミンB₁欠乏症候とみられるけん反射消失や、はい腸筋痛等が著しく増加し、わが国の食糧消費のあり方に大きな矛盾をもたらした。ところが昭和32年頃になるとその消費構造に大幅な変動がみられ、その需要の動きはより文化的な、より合理的な方向へと移行し、食生活は次第に近代的への道を辿りつつある。すなわち、低廉な品目或は必需的な性格をもつ穀類、いも類等の澱粉性食品の消費割合が若干減つて高価な或は奢侈的性格をもつ食品、例えば動物性食品や果実のような品目およびこれらの加工品或は嗜好食品等の消費の増加が目立っている。この中特に嗜好食品のような比較的緊要度の低い性格の食品が増加するのは洋の東西を問わず消費水準の上昇期にみられる特徴の一つであるのでわが国の食糧水準が漸次上昇の機運にあるものといえよう。

また食糧の消費形態も洋風料理の普及とか、生活の合理化に伴う調理の簡易化などから食糧品に対する需要も調理の簡単なもの、買ってきてすぐ食べられるもの等を欲するようになりこのため加工食品の需要が著しく増加している。また加工食品は比較的規格が統一され目方をはかる必要もなく、また衛生的で安心して買えることや包装材料の進歩、加工技術の進歩なども一層この傾向に拍車をかけているようである。

例をあげてみても、畜産加工品や煉製品、罐詰など大幅に増加しているし、更に最近では冷凍、冷蔵設備の充実などで冷凍食品が著しく増加したり、また魚や野菜の加工品、その他いろいろな新製品が市場に沢山出回っている。

また消費構造変化の具体的な現われの一つとしては、エンゲル係数の低下があげられるが、更にその内容を分析すると穀類、いも類等の主食部分や魚介類、豆類、野菜等に費される割合は低下しているが、主食以外の畜産食品や外食費、嗜好品などの部分の構成はむしろ大きくなつてきている等、日本人の食生活水準は栄養量としてはともかく嗜好の充足という点からいえば、かなり大きな上昇をとげている。なお、このように嗜好食品や加工食品が増加することは生活をより快適に、より便利に、より楽しくするようにしようとする傾向が強くなつてきていることを示すものであり、食生活はいまや単なる生命維持とか、労働に必要な熱源の供給という域から一步前進して楽しむための食事という変化がみられる。

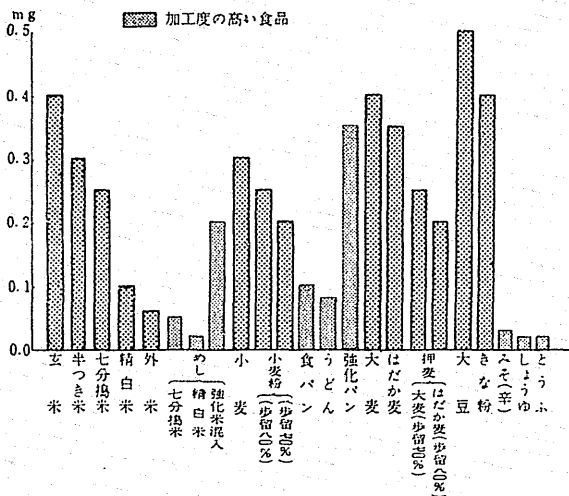
このように観察してみると戦後の食糧消費傾向の動きの中には戦争による痛手からの回復過程に加えるに、なんらかの本質的な基本条件の変動がみられるようである。

以上は主として楽観的な明るい面のみをみてきたのであるが、その反面国民の食糧消費傾向にはまだまだ幾多の問題点が残されている。わが国の食生活水準はこれを国際的にみても低い状態におかれているし、また栄養的にみてもきわめて欠陥の多い状態にある。従つて今後の向上に期待するところが大きい。食生活水準がある程度まで回復した現在にあつては栄養素の摂取状態をこれ以上向上させることはなかなか容易なことではないようである。収入が増えても消費者の関心はとかく被服や家具、娯楽といった方面にはしり栄養のことは第二義的に考えがちである。綺麗な服装をしたり便利な調度用具を備え、レクリエーションを楽しむことも生活の一部として大変結構なことには違いないが肝心の栄養問題を度外視しての向上であつては健全な姿とはいえずこの現象は一方的には歓迎できない。

このように栄養水準が十分な状態になる前に所得の増加分はむしろ食生活よりも他の消費に移るといふ傾向が強く、また食生活そのものにあつても栄養的にあまりプラスにならないような奢侈的な消費傾向、例

第2図 食品の加工とビタミンB₁の減少

最近わが国では加工度の高い食品の消費の伸びが大きい、しかし食品の加工度が高まるに伴つて食品中に含まれるビタミン類とくにビタミンB₁が減少する。



注) 資料は科学技術庁資源局、日本の食糧問題図説(34.2)による。ただし強化米は精白米200gに対して1gの強化米を混入したもの、強化パンは学校給食用パンであつて小麦粉100gに対してB₁1.05mgを強化したものである。

例えば米の搗精度はますます白くなつたり、野菜なども栄養価の高い緑黄色のものが減つて価格は高いが栄養価の低い白色野菜が使われるようになつたり、また食品の処理加工度が高まつているためビタミンB₁が著しく減少したり嗜好食品が著しく増加するなど一見してぜいたくな消費傾向がみられだし実質的な向上は少くみかけ倒しに終つている傾向が強い。

またすでに述べたとおり穀類の消費率は僅かながら減少の傾向にあるが米の消費は高まり、しかも白米への要求は非常に強くわが国の食糧消費のあり方にはなお大きな問題を残している。

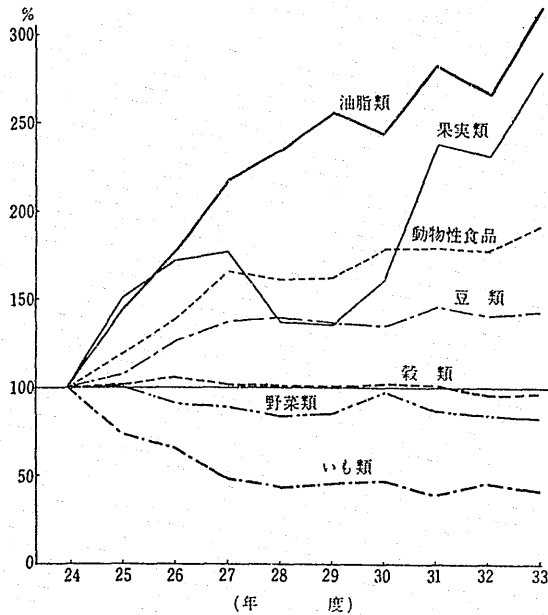
2) 全国1人1日当り食品摂取量

それでは次にごく概括的に昭和24年を100とした主要食品群の消費量の推移をみると第3図の如く戦後最も伸びたものは油脂類であり果実類がこれに次いでいる。動物性食品の中では畜産食品が激増したが魚介類は停滞しているので動物性食品の総量としては油脂類、果実類の伸びよりも下回つているわけである。

豆類は27年頃から殆んどその伸びがみられず、穀類と野菜類はごく僅かではあるが減少の傾向にあるし、またいも類も下降状態を示している。このように穀類、いも類等主として澱粉性の食品は最早劣等食品化したといへば大げさであるかもしれないが、その消費は頭打ちの傾向を示しているものとみて差し支えないようである。これに反して油脂類や動物性食品、果実等が増加し食糧の消費構成はだんだん高度化の方向に進んでいる。

次に食品群別にその消費内容について更に詳細に検討してみよう。

第3図 食品群別消費量の推移 (昭和24年=100)



(イ) 穀 類

わが国の食糧供給の内容は改めていうまでもなく植物性食品特に穀類が支配的地位を占める熱量食品中心の単食的な食形態であり、これは欧米のように主食、副食という区別のない複合的な食生活からみれば著しく貧しい消費形態である。

特に終戦直後の食糧の混乱時代には食糧の消費もカロリー本位の穀類、いも類並びに野菜の割合が高かったが27~28年頃から次第に穀類の比重は低下し漸次粉食中心の単純な食構造から抜け出してきたことが明らかである

次に前年度と比較すると穀類はその総量では殆んど停滞しているがその構成は前年度より

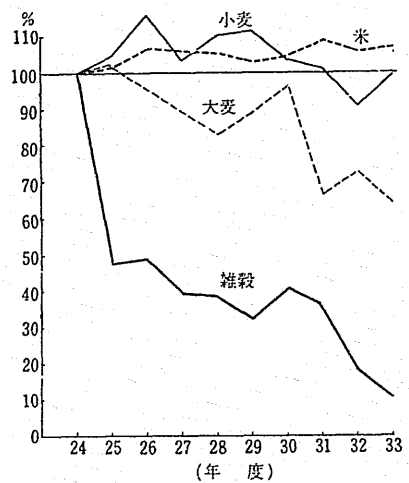
りもかなり相違し、大麦、雑穀等が大幅に減っているが米食はやや増加し、また32年には若干減少をみせた粉食が33年にはまた持ち直している。

米

日本人の食生活の基本的な特色は米食形態だといわれており、事実摂取熱量2,118カロリーのうち、56.6%にあたる1,198カロリーを米に依存する状態である。

また、わが国では米を主食としてきわめて重視し、これを確保するためにあらゆる施策が集中されてきた結果昭和30年頃から天候に恵まれたことなどもあつて米の豊作にめぐまれその後も引続き高い水準を続け、ここ4,5年の作柄はもう豊作でなく平年作であるとの声もきかれる程米の供給量は増大した。その結果当然のことながら消費カロリー中に占める米の地位が次第に高まり、ビタミン欠乏症候が多発する結果を来すなど大きな弊害を招いている。このように米の豊作によって食糧の物量的不足感が国民の間から遠のいたのは喜ぶべきことであるがその消費のあり方には大きな矛盾があるわけである。

第4図 穀類消費量の推移 (昭和24年=100)



年次的に米の消費量をみると21年頃は最も少く(241.1g)現在の $\frac{2}{3}$ 程度であつたが、24年には333.1gとなり、その後も漸次増加したが31年には米の豊作を反映して戦後最高の362.7gとなり、32~33年もほぼ同水準を維持している。

次に穀類の全量を100とした場合の米の摂取比率は第11表の如く昭和24年には70.4%で大麦や小麦もかなり摂取されていたが、31年から米の摂取割合は増加し33年には穀類中の76.9%が米によつて占められ逆

に大麦、雑穀からの摂取割合が著しく減少し、穀類の消費構成は米食中心へと移行をみせており、栄養的には余り喜ぶべき現象ではない。

第11表

穀類の摂取比率（年次推移）

単位＝%

| 年 度 | 24 年 | 25 年 | 26 年 | 27 年 | 28 年 | 29 年 | 30 年 | 31 年 | 32 年 | 33 年 |
|-----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 総 数 | 100.0 | 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 | 76.9 |
| 大 麦 | 13.3 | 13.4 | 12.0 | 11.7 | 10.8 | 11.7 | 12.5 | 8.7 | 9.9 | 8.6 |
| 小 麦 | 13.9 | 14.4 | 15.4 | 14.1 | 15.1 | 15.4 | 14.2 | 13.9 | 13.0 | 14.2 |
| 雑 穀 | 2.4 | 1.2 | 1.1 | 0.9 | 0.9 | 0.8 | 1.0 | 0.8 | 0.5 | 0.3 |

季節的な消費量の動きをみると例年の如く冬期の2月の摂取量が多く、夏期の8月に少くその差は44.6gにも及んでいる。また米の消費については従来から七分搗米（搗精度94%米）の奨励を行つてきているのであるが、精白米に対する一般国民の愛着習慣は非常に根強く、現状では殆んど精白度92%程度の精白米が常用されるのが現状である。そのため最近の傾向では、ほかの栄養素の摂取は向上しているのにひとりビタミンB₁のみは減少している。

それでは何故米はこうもビタミンB₁に欠けるかという点、米粒中のビタミンB₁は蛋白質、脂肪等と同じく大部分胚芽や外皮に含まれているため、もともと玄米には十分のビタミンB₁を含んでいるのであるが、嗜好性の点から、ますます精白度が高くなるため胚芽や外皮の部分は殆んど失われ、あとに残った胚乳部、すなわち白米はB₁量が玄米の4分の1位に減少し、更に搗いた米をとき洗いすると炊きあがつた白米飯には殆んどビタミンB₁がないことになる。このため白米を食べる限りB₁の不足は宿命的なものがあり、また白米はお菜なしで単独に食べ得る食品であるため、とかく副食が粗末になり易くなる等わが国の栄養改善は米食のため諸外国よりも後れをとつているといつても過言ではない。

大 麦

大麦は澱粉性食品の中ではかなり栄養上の利用価値も高いものであるが所得の増加や嗜好問題等の変化に伴つて消費は漸減傾向にある。年次別にみると24年頃までは60gを上回る消費をみせていたがその後は若干減少しとくに米の消費増のみられた31年から大幅に減じ24年からみると3割以上下回る状態である。

また対前年比においても11.9%の減少である。

小 麦

わが国においては近年国際市場価格の安い小麦を年々多量に輸入していたため、パン食等もかなりとり入れられてきたところであるが、最近では米の豊作のため米の過食に逆もどりする傾向がみられ、特に31～32年には穀類の全量中に占める小麦の割合が低下し戦後かなり伸びをみせていた粉食化傾向は後退する傾向にあつたが、33年には若干持ち直し粉食も所得の高い階層とか、いわゆるサラリーマン階層などではかなり安定した主食としてとり入れられてきたようである。

これを数量で示すと昭和29年頃までは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59.7gと漸減し、33年には9.7%の伸びをみせて65.5gになつた。しかしこれはまだ昭和24年頃の摂取量にも達していない量である。なお小麦粉の消費の内訳をみると、パンの伸びが著しく32年

の14.5gから33年には18.9gと大幅な伸びをみせている。

季節的にみると全量としては夏期の8月に多く、冬期の2月に少いが、これを品目別にみると前年の如くめん消費は8月に多く5月に少く、パンの消費は5月に多く8月に少い等、めんと全く逆の関係をみせている。

以上のように小麦粉は伸び悩みの傾向にあつたものが昭和33年には大麦、雑穀の減少によつてその分が若干ながら小麦の増加にあてられたとみてよいが、小麦粉は栄養改善上からも有利な点が多いので米に対する依存度を減らしてこの分を更に小麦の消費増加にあてるような努力が望まれる。またパン、めん等の粉食の普及にあつては油脂類や畜産食品等の消費を同時に伸ばすような配慮が望ましい。

しかし、一般的にいつて粉食はバター、牛乳、肉などの比較的価格の高い副食品が必要であるため米の需給にゆとりがでてくると米食の方が割安であるという点もからんで再び米食の割合が高まるなど都市における一部の階層を除いては比較的不安定な形でとり入れられているわけである。従つて今後粉食普及にあつては副食をも含めた価格が米食よりも著しく高くないようまず価格の安定化に期待するところが大きい。

第12表 穀類の消費推移

| | | 24年 | 32年 | 33年 | 対前年比 |
|---|---|-------|-------|-------|-------|
| | | g | g | g | % |
| 総 | 数 | 473.1 | 458.2 | 461.1 | + 0.6 |
| | 米 | 333.1 | 351.2 | 354.7 | + 1.0 |
| 大 | 麦 | 62.7 | 45.2 | 39.8 | -11.9 |
| 小 | 麦 | 65.8 | 59.7 | 65.5 | + 9.7 |
| 雑 | 穀 | 11.5 | 2.1 | 1.2 | -42.9 |

雑 穀

雑穀の消費量は終戦直後の21年には15.3g、22年には更に上回る22.2gとかなり多い量を占めていたが、25年には5.5gに減少し、それ以降漸減の傾向をたどり、33年には僅か1.2gを数えるのみであり、最早食糧としての雑穀の消費は嗜好の点からも期待できない現状にある。

(ロ) いも類

いも類は食糧事情の悪かつた時期には代替食糧として増産されその需要も旺盛であつたが食糧事情の緩和した昭和27年以降は頭打ちの状態となり以後漸次下降に転じている。すなわち21,22年頃には270g前後も消費されていたが25年には127.2g、27年には84.0g、さらに33年には73.0gに減じまた対前年比においても6.4%の減少である。

季節別にみると例年の如く甘藷の収穫後の11月が多く107.1gとなつている。

甘藷は反収カロリーも多く代替食糧として昭和24年頃までは100g以上も消費されていたが逐年減少し31年には25.3g、33年には22.1gと減少している。また対前年比においても19.6%の減少である。なお甘藷は水分が多く貯蔵性が劣るので収穫後の11月には

第13表 いも類の消費推移

| | | 24年 | 32年 | 33年 | 対前年比 |
|----|------|-------|------|------|-------|
| | | g | g | g | % |
| 総 | 数 | 169.9 | 78.0 | 73.0 | - 6.4 |
| 甘 | 藷 | 108.3 | 27.5 | 22.1 | -19.6 |
| 馬 | 鈴 薯 | 41.8 | 29.3 | 29.7 | + 1.4 |
| その | 他のいも | 19.8 | 21.2 | 21.2 | 0 |
| | ・加工品 | | | | |

50.4gも消費されているのに5月には14.6g、8月には7.5gと減少し消費量の季節差が大きい。

馬鈴薯は当初の食糧事情の悪かつた時期からみるとかなり減量をみせたが、その減少率は甘藷ほど著しくはなく、また25年頃からその消費量は、ほぼ30g前後

と固定している。季節的な動きでは収穫後の8月に多く(45.4g)甘藷のとれる11月に少く(19.4g)等季節差が大きい。

なお、今後は食糧消費の向上とくにパン食の奨励などに伴い副食としてその消費もやや向上するであろうと思われる。

(ハ) 砂糖類

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年から食品の分類方法が若干異なり従来砂糖加工品として砂糖類に含まれていたドロップ、チョコレート、キヤラメル、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て集計されたため32年には10.3gに減っているが、前記の理由で年次比較はできない。33年には対前年より19.4%の増加をみせて12.3gになった。また季節的にはほぼ消費量が一定している。

第14表 砂糖・油脂類の消費推移

| | 24年 | 32年 | 33年 | 対前年比 |
|-----|-------|--------|--------|---------|
| 砂糖類 | 5.2 g | 10.3 g | 12.3 g | +19.4 % |
| 油脂類 | 1.8 | 4.8 | 5.7 | +18.8 |

(ニ) 油脂類

調査当初の22、23年頃は実際各家庭で消費した油脂は、1.2g位で極めて低い状態にあつたが、24年には1.8gとなり、それ以降は逐年増加し31年には5.1g、32年には4.8gと若干低い数値を示したが、33年には対前年比で18.8%の増加をみせて5.7gとなつた。なお油脂類中バター、マーガリンの消費量は5.7g中1.1gを占めるにすぎないが、今後粉食の普及に伴つて消費の促進をはかることが望まれる。

また、油脂は大きな伸びを示してはいるが、わが国の食糧は他国に比べてまだまだ同じ熱源の中でも著しく含水炭素が過多となつている。このため、今後とも熱源として効率のよい油脂類の消費を高めて、日本人一般の澱粉質食品の偏重を是正すべきである。

(ホ) 豆類

豆類は昭和27年までは、かなりの伸びをみせていたがここ数年来著しい増減はみられない。すなわち昭和24年にはその消費量も49.8gであり、27年には68.4gに増加したが、その後の伸びはあまりみられず33年には71.0gで対前年比でも1.6%の増加にすぎない。これを品目別にみると味噌の消費は逐年若干ながら減少の傾向をみせているようであるが33年には前年より5.1%の増加をみせ28.9gとなつた。

第15表 豆類の消費推移

| | 24年 | 32年 | 33年 | 対前年比 |
|--------|--------|--------|--------|--------|
| 総数 | 49.8 g | 69.9 g | 71.0 g | +1.6 % |
| 大豆 | 2.5 | 2.1 | 1.8 | — |
| 味噌 | 41.8 | 27.5 | 28.9 | +5.1 |
| 大豆製品 | | 34.0 | 33.7 | -0.9 |
| その他の豆類 | 5.5 | 6.3 | 6.6 | +4.8 |

これに反し豆腐、納豆、油揚げ、生あけ等の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てきたが、33年にはその伸びはみられなかつた。大豆およびその他の豆類の年次推移をみると数年来停滞の傾向にある。

季節的な変動をみると味噌は季節的差は少いが、その他のものはいずれも2月の消費が高く8月に少い。

なお豆類は同じ植物性食品の中でも穀類などに比べると蛋白質、脂肪、ビタミン、カルシウム等が多く特に蛋白質、脂肪の重要な給源であるので今後の消費増加が望まれる。

(ヘ) 動物性食品

すでに述べたとおり最近のわが国の食糧消費傾向は国民所得の向上や、生活水準の上昇にともなつて澱粉性食品を中心に栄養をとつていた消費形態から漸次抜け出して動物性食品の増加に向いつつあるが、これを数量で示すと昭和24年には68.5gにすぎなかつた動物性食品が、昭和33年には131.8gと約2倍の伸び

をみせ、また対前年比においても7.9%の増加である。季節的には11月の消費が多く8月に少い傾向にある。それでは次に品目別にその消費内容を見てみよう。

魚 介 類

畜産業の発達の遅れていたわが国においては古くから動物性蛋白質は主として海洋の水産資源によつて摂取しているので魚介類に対する需要は強く、その消費形態は大部分生鮮ないしは低次の加工品であつた。また魚介類は腐敗が早く保存が困難であるし、保存加工の技術が未熟であつたこと等の影響もあつて戦前には肥飼料に向けられる部分もかなり多かつたが、最近は食用利用度も著しく高まつているし、また保存貯蔵方法等も漸次改善されてきた。しかし魚獲量は資源的にみてもこれ以上の著しい増加は期待できないものであり、また国民の嗜好上からみても畜産食品の方が好まれることなどの影響によつてその消費量は昭和27年の82.3g(生物71.1g, 乾物11.2g)を頂点として漸減の方向に向つており、33年には74.9gと対前年よりも1.3%の減少となつている。しかしそれでも国民1人1日当り動物性蛋白質摂取量23.8gの71.8%にあたる17.1gを水産物が供給している等、わが国にとつては重要な蛋白源となつている。

なお最近の傾向としては魚肉ソーセージ、煉製品、罐詰等の加工品の消費は著しく伸びているが鮮魚介の消費は逐年減少し、例えば31年には47.0g消費されていたが32年には43.9g、33年には42.9gと若干ながら減少している。しかしなんといつても魚介類は生鮮な形態での消費が最も大きな位置をしめている。次いで多いのは煉製品の11.2gである。また鮮魚介の中では値段の高い白味の魚、すなわち高級魚が増えているが、さんま、いか、いわし、さば等の大衆魚の消費は減る一方であるなど魚介類の消費内容にも高度化の傾向がうかがわれる。

また季節変動では鮮魚、煉製品は11月に多く8月に少いがその他の加工品は、むしろ逆の関係をみせている。以上のように動物性食品中の魚介類の消費は近年減量の傾向をみせているが、動物性蛋白質源としては比較的安価に入手できるものであるから今後はむしろ処理加工の改善によつてその利用度を高めるべきである。

牛乳・乳製品

牛乳、乳製品に対する需要は非常に高く、この強い需要を反映して生産も顕著に増加しており、そのため消費の伸びは他の食品にくらべ最高である。すなわち、24年には乳、乳製品を合わせて4.1gであつたが33

第16表 動物性食品の消費推移

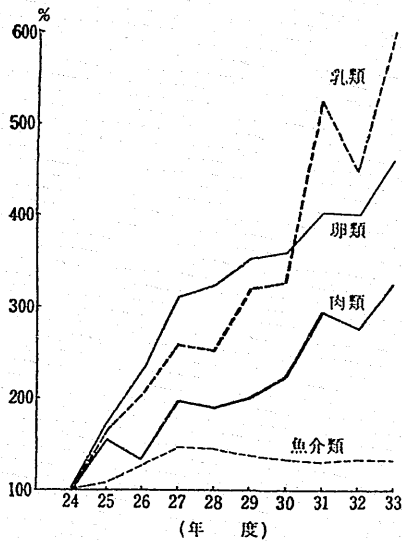
| | 24年 | 32年 | 33年 | 対前年比 |
|---------|------|-------|-------|-------|
| | g | g | g | % |
| 総 数 | 68.5 | 122.1 | 131.8 | +7.9 |
| 魚 介 類 | 55.8 | 75.9 | 74.9 | -1.3 |
| 獸 鳥 肉 類 | 5.4 | 15.0 | 17.6 | +17.3 |
| 卵 類 | 3.2 | 12.8 | 14.8 | +15.6 |
| 乳類 { | 4.1 | 16.7 | 22.0 | +31.3 |
| | | 乳製品 | 1.7 | 2.6 |

年には生乳としては22.0g、乳製品としては2.6gであり、その増加率は約6倍にも及んでいるし、また対前年の伸びをみても生乳は31.3%、乳製品は52.9%と著しい増加である。季節的な傾向をみるといずれも春(5月)夏(8月)に多く2月が最も少い等かなり季節差がみられる。このように牛乳および乳製品は酪農振興の線にそつてとみにその消費は増加しているが、まだ

一般家庭で消費する量はきわめて少く、今後は一般家庭の牛乳の消費を増加させると同時に脱脂粉乳やチーズ類をもつと調理に使用するようになりたいものである。それでも最近は駅売りとか職場、学校などの集団飲用が増加しつつあり、またバター、チーズ、アイスクリーム等の乳製品も増加しているが、この傾向をもつと伸ばすためには所得水準を上昇させそれにより消費を増加させることが基本的ないき方であるが、

また一方では生産や流通の合理化をはかつて、消費者価格を引下げることにより消費の増加をはかることも必要である。

第5図 動物性食品消費量の推移
(昭和24年=100)



獣鳥肉類・卵類

最近是有畜農業の普及や食生活の近代化に伴う肉、卵類の需要増等により生産が飛躍的に増加しているため、消費も順調な伸びをみせている。すなわち24年には僅か5.4gであった獣鳥肉類が32年には約3倍に相当する15.0g、更に33年には前年よりも17.3%の伸びをみせて17.6gとなり、24年より3.3倍の伸びである。また卵類も獣鳥肉類と並んで消費増加をみせているものの一つであり、24年の3.2gが33年には14.8gと約4.6倍の増加をみせているし、また対前年の伸びも15.6%と順調である。

このような獣鳥肉類、卵類の伸びは乳類と共に魚介類の減少にも拘らず動物性食品の消費が顕著に増加している原因となっている。しかし獣鳥肉類、卵類は価格が高く低所得者では容易に入手し得ないこともあり、また農村の一部では自家で生産し

ているこれらの食品を却つて金に代え、衣服その他の生活用品の購入に当てているものもある状態でこれらの人々の摂取不足が獣鳥肉類の伸びを依然として不十分な状態にとどめているといえる。しかし今後国民の嗜好、食形態の変化等から乳類同様、動物性食品の主体をなすと考えられるので国民一般の消費に適するよう価格その他に適切な措置をこうすべきである。

(ト) 野菜・果実類

野菜・果実も戦後その消費内容に著しい変化をみせたものの一つである。すなわち緑黄色野菜は21年には153.8gと相当量が摂取されていたが、逐年減少し31~32年には50gをやや下回るまでにいたり、33年には更に前年より7.8%の減少をみせ45.8gになった。

その他の野菜も当初からみると減量はしているが、ここ数年来消費量はほぼ一定し110~120gの線を維持している。このような野菜類の需要傾向をみると栄養価値の高い緑色或は黄色の野菜が減つて白色の野菜が喜ばれる傾向がみられる等栄養的には逆行をみせているが、この傾向を改善し緑黄色の野菜の消費を大幅に伸ばすようにしたいものである。

また農林省の統計表によつて野菜の構成内容をみると、収量本位の漬物とか、満腹感を来し易い根菜類の比率が最も高いが、最近の推移状況を見ると根菜はむしろ減少し葉茎菜が著しく増加している。すなわち、戦前に対する戦後のそ菜の生産の動きをみると最近著しく増加したものはキャベツ、玉葱、人参、えんどう、白菜、ほうれん草、きうり等であり、逆に著しく減少したものは、そらまめ、たけのこ、しろうり、かぶ、だいこん等でこの変動は食生活様式が漸次洋風化されたことや、調理が簡易化され調理に手間のかかるものが敬遠されたこと、また、生食できるもの、小世帯向のものといった需要傾向の現われと思われる。また加えるに最近栽培技術の向上等によつて促成、抑成栽培或は冬取り、夏取り栽培の普及などで、季節性をもっている野菜も年間を通じて平均して市場に出回る様になり野菜の供給条件は大きく変動している。

また、西洋野菜も最近著しく増加し、東京市場への入荷量からみてもレタース、セロリー、花やさい、

ピーマン、パセリーなど戦前に比べて著しく増加しているがまだ全体の数量からみれば微々たるものにすぎない。

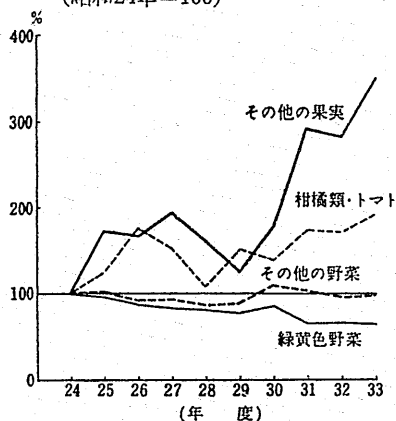
果実の栽培は戦時戦後を通じて穀類、いも類へ転換され、また肥料不足等の影響もあつてその消費は終戦直後は戦前の半分以下に減少した。

しかし食糧事情が好転するに従つて、再び増加し昭和25年頃には、ほぼ戦前の水準に達し、それ以後は畜産食品と並んでめざましい増加を示している。すなわち柑橘類およびトマトは24年には12.0gであつたものが33年には1.9倍の23.0gに増加し、対前年

第17表 野菜・果実の消費推移

| | 24年 | 32年 | 33年 | 対前年比 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|
| 緑黄色野菜 | 76.0 | 49.7 | 45.8 | -7.8 |
| その他の野菜 | 118.9 | 114.6 | 116.6 | +1.7 |
| 乾燥野菜(加工品を含む) | 2.6 | 1.9 | 2.3 | - |
| 野菜漬物 | 47.4 | 54.0 | 52.7 | -2.4 |
| 柑橘類・トマト | 12.0 | 20.3 | 23.0 | +13.3 |
| その他の果実 | 15.5 | 43.7 | 54.2 | +24.0 |

第6図 野菜・果実消費量の推移
(昭和24年=100)



比でも13.3%の伸びである。その他の果実類(りんご、なし、かき、もも、ぶどう等)は柑橘類およびトマトよりも大きな伸びをみせ24年には15.5gであつたものが33年には約3.5倍の54.2gに増加し、また対前年比においても24.0%の増加である。

季節的な動きをみると柑橘類・トマトは8月と2月に多く、5月と11月に少いがこれは8月はトマト、2月は柑橘類の出回り期であるための影響と思われる。その他の果実は8月が最も多く111.7gであるが、5月と2月はほとんど23g前後で大差はない。このように8月の消費が高いのは、すいか、まくわうり等重量の重いものが消費されているためである。

なお野菜・果実類はビタミン、ミネラルの重要な給源であり、特にビタミンA、Cの大部分を占めているが、すでに述べたとおり、ビタミン、ミネラル等は所要量に比べて不足が著しいので、緑黄色野菜はもとより、生食できる清浄野菜や柑橘類などの消費増加をはかるべきである

3) 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一般に生産者世帯で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多く、特に最近では米の豊作のため白米食の傾向がますます高まっている。また油脂類の消費が若干向上しているが動物性食品の消費は依然として低位におかれ澱粉性食品本位の単純な食形態を続けており、消費の高度化とか消費ブームなどとはおよそ縁遠いものがある。

消費者世帯の食糧消費構造はその質的構成においてかなりすぐれており、とくにここ1~2年著しく改善の傾向をみせ、穀類、いも類等の澱粉性食品の摂取は停滞しており、畜産食品、果実、油脂などがかなり大幅に増加している。

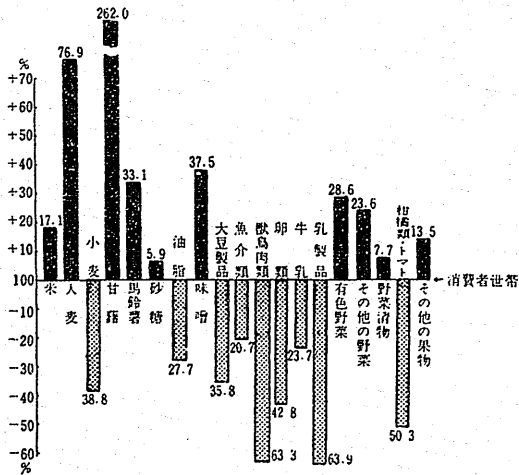
特に消費者世帯の中でも常用労働者世帯はその消費内容もバランスがとれているし、また加工食品や嗜好食品等も著しく増加しているなど食生活が、いわゆる文化的色調を濃くしたものになりつつある。しかし低所得層である日雇・家内労働者世帯では穀類、いも類のような熱源性の食品の比重が依然として大きく動物性食品、野菜、果実等の副食の構成は極めて粗悪でありカロリー中心の低位の食生活をしていることがわかる。

| 食 品 群 別 | 摂 取 量 | | | 対 前 年 比 | | |
|---------|-------|-------|--------|---------|--------|---------|
| | 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 |
| 米 | 390.0 | 333.1 | 331.0 | + 4.3 | - 1.3 | + 0.3 |
| 小麦 | 52.2 | 29.5 | 65.1 | - 10.6 | - 11.7 | - 7.8 |
| 大麦 | 47.9 | 78.3 | 51.2 | + 5.7 | + 10.7 | + 0.8 |
| 甘藷 | 33.8 | 12.9 | 40.6 | - 14.6 | - 23.7 | - 16.1 |
| 馬鈴薯 | 35.0 | 26.3 | 28.5 | + 12.5 | + 1.5 | - 41.4 |
| 砂糖類 | 12.6 | 11.9 | 14.4 | + 17.8 | + 17.8 | + 38.5 |
| 油脂類 | 4.7 | 6.5 | 5.1 | + 23.7 | + 18.2 | + 13.3 |
| 味噌 | 34.5 | 25.1 | 30.5 | + 13.9 | - 0.4 | 0 |
| 豆製品 | 25.3 | 39.4 | 32.0 | 0 | - 3.0 | + 9.6 |
| 魚介類 | 64.7 | 81.6 | 74.0 | - 1.2 | - 1.4 | - 6.0 |
| 獣肉類 | 8.7 | 23.7 | 14.2 | + 4.8 | + 17.9 | + 27.9 |
| 卵類 | 10.3 | 18.0 | 12.8 | + 18.3 | + 11.8 | + 42.2 |
| 乳製品 | 18.7 | 24.5 | 17.7 | + 31.7 | + 28.3 | + 65.4 |
| 乳製品 | 1.3 | 3.6 | 1.9 | + 85.7 | + 50.0 | + 211.1 |
| 緑黄色野菜 | 52.6 | 40.9 | 51.1 | - 5.1 | + 9.7 | - 3.6 |
| その他の野菜 | 131.4 | 106.3 | 120.5 | + 2.1 | + 2.2 | 0 |
| 柑橘類・トマト | 14.5 | 29.2 | 17.7 | + 10.7 | + 11.8 | + 47.5 |
| その他の果実 | 58.8 | 51.8 | 45.1 | + 47.4 | + 8.6 | + 46.4 |

(イ) 生産者世帯

生産者世帯と消費者世帯の消費水準の差異をみるため消費者世帯を100とした場合の生産者世帯の各食品の比率をみると第7図の如くで、消費者世帯に比して、米、大麦、いも類、味噌および野菜類等主として熱源食品の消費が多く、特に米の摂取量は17.1% (56.9g) も多く白米食の傾向は著しい。

第7図 生産者世帯 (a) と消費者世帯 (b) の食品摂取状況比較(a/b)



なお前年度は消費者世帯との米の摂取差は36.3gであったから33年は前年より米食形態がますます高まり白米偏重の傾向の高まったことを意味している。対前年比においても米は4.3%の増加をみせている。逆に大麦は10.6%減少し、また雑穀も半減するなど穀類の消費構成は米食の割合を深め、また穀類の総量においても2.2%の増加をみせるなど穀類への依存度は依然として高いものがある。しかし粉食の占める割合は消費者世帯よりも著しく低い。

甘藷は、消費者世帯よりも2.6倍多い33.8gも食べているが、前年よりは14.6%減じ、馬鈴薯は12.5%も増加するなど、いも類の消費構成は漸次都市型の形態に近づいているようである。

消費者世帯よりも著しく少ないものは肉類、乳製品、柑橘類等で消費者世帯の半分以下の摂取量にすぎず小麦、油脂、大豆製品、卵、魚、乳等の摂取量もおよそ2/3程度しか消費されていない。

なお対前年比をみると著しく伸びたものは乳製品 (85.7%)、乳 (31.7%) 等で従来牛乳は農村では子供

か病人かが飲むものと考えられていたが、最近では農村でも牛乳の消費が次第に高まってきたのは喜ぶべきことである。

次に増加の著しかつたのはその他の果実(47.4%)、油脂(23.7%)、卵(18.3%)、砂糖(17.8%)等で、著しく減少したものは大麦、雑穀、甘藷等でいずれも1割以上の減少であるが、栄養上重要なものとしては緑黄色野菜の5.1%の減少があげられる。

以上のように生産者世帯の食糧消費水準は著しく低位にあるが、対前年の伸びはかなり大きく、漸やくにして農民の食生活も若干ながら改善の方向にあるといえる。

第19表

穀類の摂取比率

単位=%

| 業 態 | 総 数 | 米 | 大 麦 | 小 麦 | 雑 穀 |
|--------|-------|------|------|------|-----|
| 生産者世帯 | 100.0 | 79.2 | 10.6 | 9.7 | 0.5 |
| 消費者世帯 | 100.0 | 75.5 | 6.7 | 17.7 | 0.1 |
| その他の世帯 | 100.0 | 74.0 | 14.5 | 11.4 | 0.1 |

(口) 消費者世帯

消費者世帯では動物性食品、油脂、柑橘類、大豆製品、小麦等の消費が多く食糧構成は生産者世帯やその他の世帯にくらべてはるかに上位にある。

更に内容についてやや詳しく観察すると

生産者世帯より米食依存度は少いが粉食の割合は高く、特にパン、菓子パン、生めん等の形での消費が多い。すなわち消費者世帯の食パンの消費は小麦類(全量78.3g)の35.8%(28.0g)を占めているが、生産者世帯では全量(47.9g)の13.2%(6.3g)にすぎない。

このように都市にあつては、パン食も安定した主食の1部として固定化される傾向にみうけられるがその伸びは必ずしも大きなものではない。

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の12.9gに対し馬鈴薯は約2倍の26.3gと馬鈴薯の消費の方が多いのが特色の一つとしてあげられる。豆類の中では生産者世帯より味噌の消費は27.7%も少いが大豆製品としての消費はかなり上回っている。動物性食品では鮮魚介、煉製品、肉、卵、乳製品等の消費が多いが魚介類のうちでは乾物、半乾物は比較的業態別の摂取差は少く生産者世帯でもかなり消費されている。

対前年比をみると最も伸びの大きかつたものは乳製品(50.0%)、乳(28.3%)次いで2割程度の伸びを示したものは肉、砂糖、油脂類で、1割前後の伸びを示したものは小麦、卵、緑黄色野菜、果実類である。

逆に減少したものは甘藷の23.7%、大麦の11.7%が大きなものである。

以上のように消費者世帯の食生活は生産者世帯をはるかに上回る水準を示し漸次劣等食品から高級食品へと食糧の需要傾向は大きな変貌をとげているが、緑黄色野菜や魚介類の減少していることは遺憾である。

次に5月調査については32年以来消費者世帯を更に4業態に細分して食品摂取量を算出しているので各業態の食品摂取量の比較、および対前年同期比等について検討してみよう。

業態別にみて食糧の質的構成のすぐれているのは常用勤労者世帯で穀類に対する依存度は少く、動物性食品、果実類は最も多く、また加工食品、嗜好食品等の消費が大幅に増加する等食糧の消費形態の面でかなり改善をみせている。

次にすぐれているのは事業経営者世帯であるが、日雇・家内労働者世帯では前年より畜産食品の利用度は高まつたとはいえ、魚介類14.1%、果実類8.0%は前年より減ずる等食糧構成は他業態からみると極めて粗悪で食生活水準が低位にあることがわかる。

1) 事業経営者世帯

常用勤労者世帯と比べると穀類の摂取量特に小麦類の消費がやや多いが、魚介類、肉、卵、乳、野菜、果実等の摂取量は下位にあり全般に食糧消費水準は常用勤労者世帯よりも低位におかれているが、他の世帯群よりは上位にある。対前年の同期比をみると、小麦粉類の摂取が若干増加したため穀類、いも類合わせた数量は1.6%の増加をみせているがその内訳をみると、米、いも類の摂取は停滞しているが大麦はやや減少している。すなわち穀類の摂取比率をみると前年より米、麦の摂取割合が若干減つて小麦類が増加しているとはいえ、まだ米食率は74.3%と著しく高率で、米食主体の食生活であることがわかる。

しかし他の業態よりも粉食の普及度が高いようである。

第20表

食品群別摂取量 (消費者世帯細分・33年5月)

| 食品群別 | 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 |
| | g | g | g | g | % | % | % | % |
| 穀類・いも類 | 500.9 | 486.2 | 522.6 | 496.0 | + 1.6 | + 0.2 | + 2.1 | + 2.1 |
| 魚介類 | 78.7 | 80.7 | 65.9 | 70.8 | - 0.1 | + 1.6 | - 14.1 | - 12.7 |
| 肉・卵・乳 | 71.9 | 75.7 | 40.8 | 59.3 | + 27.0 | + 26.8 | + 30.8 | + 20.8 |
| 野菜 | 149.1 | 152.6 | 139.9 | 155.0 | - 3.9 | + 4.4 | + 1.5 | + 3.1 |
| 果実 | 47.6 | 50.9 | 24.3 | 49.2 | + 34.8 | + 15.4 | - 8.0 | + 47.7 |
| その他 | 214.3 | 208.2 | 187.8 | 205.4 | + 2.6 | - 0.7 | - 2.6 | + 0.2 |

魚介類の摂取は増減ないが畜産食品はいずれも大幅な増加を示し、特に牛乳および乳製品の消費が激増しているため肉、卵、乳を合わせて27.0%の伸びである。野菜類は緑黄色、白色とも減少し(-)3.9%となつたが果実類は34.8%と著しい上昇率で消費されるようになった。総じて事業経営者世帯の消費構造は前年より著しく改善されているが緑黄色野菜の減少は遺憾なことである。

2) 常用勤労者世帯

穀類の消費は全業態中最も少なく、また、いも類は前年度は最も少なかったが、本年は馬鈴薯の消費が著しく増加(甘藷は減少)したため事業経営者世帯より多量に消費されている。

魚介類、肉、卵、乳、果実類などの消費は業態中最も多く、食糧構成はその質的構成において最もすぐれているし、また奢侈的消費傾向が多分にみられるようになった。対前年比をみると米、大麦等が若干減つて小麦が増えているが、穀類全体としては1.2%の減少となつている。しかし前述の如く、いも類(馬鈴

第21表

穀類の摂取比率 (消費者世帯細分・5月)

単位=%

| 業態 | 総数 | | 米 | | 大 麦 | | 小 麦 | | 雑 穀 | |
|------------|-------|-------|------|------|------|------|------|------|-----|-----|
| | 32年 | 33年 | 32年 | 33年 | 32年 | 33年 | 32年 | 33年 | 32年 | 33年 |
| 事業経営者世帯 | 100.0 | 100.0 | 75.8 | 74.3 | 7.5 | 6.4 | 16.5 | 19.2 | 0.2 | 0.1 |
| 常用勤労者世帯 | 100.0 | 100.0 | 77.1 | 76.2 | 7.0 | 6.5 | 15.8 | 17.2 | 0.1 | 0.1 |
| 日雇・家内労働者世帯 | 100.0 | 100.0 | 74.9 | 73.2 | 13.8 | 12.6 | 10.9 | 14.1 | 0.4 | 0.1 |
| その他消費者世帯 | 100.0 | 100.0 | 76.5 | 75.1 | 8.9 | 8.5 | 14.4 | 16.3 | 0.2 | 0.1 |

薯)が増えたため穀類, いも類の合計量としてはほとんど増減がみられない。

米食率をみると昨年に比較しほとんど停滞しているものの, 米食率は他業態よりも高く76.2%で, 大麦はやや減じたが小麦の摂取は15.8%から17.2%へと上昇した。

大幅に増加したものは畜産食品と果実類で, 前者は26.8%, 後者は15.4%の増加である, 野菜類では緑黄色野菜は減量となつているがその他の野菜が増えているため全体としては4.4%の増である。

3) 日雇・家内労働者世帯

穀類, いも類等は業態中最も多く肉, 卵, 乳, 果物, 菓子などの消費は最も少い。その内容を詳しくみると, 米の消費量は他業態と大差はないが, 大麦の摂取量は58.6gで事業経営, 常用勤労の両世帯の約2倍摂取しているが, パン, 菓子パン, 小麦加工品等の小麦製品は少い。砂糖類は各業態とも大差はないが, 油脂類は最下位で事業経営, 常用勤労世帯の約 $\frac{1}{2}$ 量であり, 味噌の消費は若干上回っている。その他の食品はいずれも最下位にあり, 動物性食品の消費量は事業経営, 常用勤労世帯の約 $\frac{3}{5}$ 量を摂っているにすぎないし, 野菜, 果実の消費量も劣る等この世帯群の消費水準は低位にある。対前年比をみると魚介類が14.1%と大幅に減少しているのに対し, 乳類は酪農振興の線にそつてこの世帯群にも影響が現れ, 大幅な増加を示した。また卵類もかなり伸びたが肉類は若干減り, 結局肉, 卵, 乳を合わせて畜産食品としては30.8%とその増加率は他業態を上回るが, もともと摂取量が少いので如何に増加をみせたとはいえ他業態にははるかに及ばない状態である。そのほか穀類, いも類, 野菜などは昨年よりやや上回る消費をみせているが, 果実類の摂取は(-)8.0%とかなり大幅な減少をみせた。

穀類の摂取比率をみると他業態と同様に前年より米, 大麦が減つて小麦の割合が増加しており, 米食率は業態中最も低く73.2%であるが, 大麦は12.6%と約倍量の摂取率を示している等, 一般に他業態とは異つた消費傾向をみせている。

4) その他の消費者世帯

この世帯の食糧の摂取状態は日雇・家内労働者世帯に比較的類似した傾向をみせているが日雇・家内労働者世帯よりもかなり上回っている。

対前年比をみると果実の伸びが著しく47.7%と他業態を著しく上回つた増加を示しているのが目立つほか肉, 卵, 乳類も合わせて20.8%増加し, 逆に魚介類は(-)12.7%と大幅に下落している。穀類の摂取割合をみると大麦の摂取率が日雇・家内労働者世帯に準じてやや高く, 小麦の比率が低いほかは著しい差はない。

(ハ) その他の世帯

この世帯は生産, 消費のいずれにも分類されない世帯を, とりまとめたものであるため職業形態からみると, きわめて種々雑多であり, しかも比較的固定した対象と異なり年度別の変動がはげしい。また三反未満の耕地を所有しているものであるため, 一口にいえば生産者世帯と消費者世帯の中間の消費形態を示している。

すなわち米の摂取量は消費者世帯とほとんど同量であるが, 大麦の使用量は最も多く生産者世帯よりも12.9g(消費者世帯の2倍以上)を消費している。また甘藷の消費も最も多い。動物性食品, 豆類, 野菜, 果実, 油脂類等は消費者世帯よりもその摂取量は少いが生産者世帯よりはかなり上位にある。

なお, 対前年比では乳類, 卵, 肉, 果実, 砂糖などいずれも生産, 消費の両世帯の伸びよりも上回つた

伸びをみせている。著しく低下したものとしては雑穀，馬鈴薯，野菜漬物，海藻類などがあげられ，総じて昨年より著しく改善されているが依然として消費者世帯よりは立遅れた消費水準にある。

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別摂取量と，これを供給する食品の摂取量について記述してきたが，更に食品群別に熱量および各栄養素の供給構成について検討してみることにしよう。

1) 熱 量

熱量については総供給量のうち91.4%は米を主とした植物性食品に依存しており，僅かに8.6%を動物性食品，すなわち魚介類，乳，肉，卵類から供給されているにすぎない。

更に植物性食品のうちでは米が圧倒的に多く56.6%を占め，また穀類全体としては71.1%，いも類を合わせると総熱量の74.3%がいわゆる澱粉性食品によつて供給されている。

これを年次的にみると戦争により穀類の不足していた当時は，相当程度いも類によつてこれを代替していたため穀類に次いでいも類も熱源として役立つていたが，食糧の需給に余裕が生ずるにつれていも類の比率は低下している。昭和27年の状態をみると穀類から75.2%摂取していたものが逐年若干ながら減少して来たが，穀類中の米の占める割合は減量しないばかりか，僅かばかり増加の傾向をみせている。しかも大麦，小麦，雑穀等の占める割合はかなり減つている等わが国の食生活がいかに米食に偏つているかがわかる。いも類，豆類は27年からみると僅かばかり減つたが，油脂類からの熱量摂取率は27年の1.6%が，33年には2.3%，動物性食品は27年の7.2%が33年には8.6%と若干向上している。このようにわが国の栄養素供給構成は漸次改善の傾向をみせているが，まだ穀類，いも類等の植物性食品からの供給が圧倒的に多く動物性食品からの摂取は少く食糧構成が若干高度化されたといつても，食品群別の栄養構成はあまり目立つ程の改善はみられていない。

第22表

熱量の摂取構成

単位＝%

| 年 度 | 総 数 | 穀 類 | いも類 | 砂 糖 | 油脂類 | 豆 類 | 動物性食品 | 野菜・果 実 | その他 |
|----------------|-------|------|-----|-----|-----|-----|-------|--------|-----|
| 昭 和 27 年 | 100.0 | 75.2 | 4.0 | 2.6 | 1.6 | 5.7 | 7.2 | 3.6 | 0.1 |
| 昭 和 33 年 | 100.0 | 71.1 | 3.2 | 2.2 | 2.3 | 5.4 | 8.6 | 4.2 | 3.0 |
| 昭 和 37 年 の 目 標 | 100.0 | 66.4 | 3.8 | 5.3 | 4.7 | 5.6 | 9.8 | 4.4 | — |

注) 1. 野菜・果実類の中には乾燥野菜および野菜漬物を含めて計算した。

2. 昭和37年の目標とは昭和34年7月24日，栄養審議会答申による「日本人の食糧構成」より算出したものである。

2) 蛋 白 質

蛋白質については植物性食品からの供給比率は66.0%であるが，保全性の食品である動物性食品によるものは34.0%にすぎない。この34.0%の内訳は，魚介類24.4%，肉5.3%，卵2.7%，乳類2.2%で動物性食品のうちでは魚介類の占める割合が高いことを示している。

植物性食品では米がやはり最も大きな割合を占め32.2%，穀類全体では44.5%を占める等わが国の蛋白質は穀類を主とした植物性蛋白質が主体となつていくことがわかる。しかし植物性蛋白質は動物性蛋白質よりもアミノ酸の構成が悪く，栄養価が劣つているため日本人の摂取する蛋白質は質の点で著しく劣つた

ものである。

しかし年次的にみると、植物性食品特に穀類の占める割合は若干ながら低下し、27年には穀類による供給率は48.0%であつたが、33年には3.5%減少して44.5%となり、逆に動物性食品の占める割合や果実類などが向上し食糧の質的向上がうかがわれる。

第23表 蛋白質の摂取構成 単位=%

| 年 度 | 総 数 | 穀 類 | い も 類 | 豆 類 | 動物性食品 | 野菜・果実 | そ の 他 |
|----------|-------|------|-------|------|-------|-------|-------|
| 昭 和 27 年 | 100.0 | 48.0 | 1.9 | 11.9 | 32.2 | 5.8 | 0.2 |
| 昭 和 33 年 | 100.0 | 44.5 | 1.9 | 12.1 | 34.0 | 6.2 | 1.7 |
| 昭和37年の目標 | 100.0 | 42.2 | 2.2 | 12.7 | 36.5 | 6.0 | 0.4 |

注) 第20表と同じ

3) 脂 肪

脂肪は動物性食品からの摂取率が32.9%で最も高率で、次いで油脂類22.8%、穀類18.1%、豆類17.7%、その他8.5%となつている。なお、27年頃の構成からみると穀類からの摂取率が減つて油脂類が増加している。すなわち穀類からの摂取率は27年の24.6%に対し、33年には18.1%に低下し、また豆類の占める割合は若干減少し、油脂と動物性食品からの摂取割合が向上しているが、栄養審議会答申による昭和37年の目標量には及ぶべくもない。

第24表 脂肪の摂取構成 単位=%

| 年 度 | 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 27 年 | 100.0 | 24.6 | 0.8 | 18.9 | 20.7 | 30.1 | 3.4 | 1.5 |
| 昭 和 33 年 | 100.0 | 18.1 | 1.1 | 22.8 | 17.7 | 32.9 | 3.2 | 4.2 |
| 昭和37年の目標 | 100.0 | 13.7 | 1.0 | 36.4 | 15.3 | 30.7 | 2.2 | 0.7 |

注) 第20表と同じ

4) カルシウム

カルシウムは動物性食品から29.6%、豆類から24.7%、野菜・果実から20.4%とこの三者からの摂取が主なものとなつている。動物性食品の中では魚介類によるものが最も多く乳類はいかにカルシウムのよい給源であるといわれても飲用量が少ないので、これから摂つているカルシウムは僅か5.1%にすぎない。しかし年次別に観察すると牛乳の飲用増加に伴つてカルシウムの供給比率も上昇しているが、更に今後一層の向上が望まれる。これに対し海草類は摂取量が少いにもかかわらず、カルシウムの含有量が多いので全体の7.5%を供給している。

なお、カルシウムについては昭和29年3月に食品成分表の改訂が行われ、昭和30年以降の調査からこれを使用したため若干の影響がみられるので特に年次比較は避けた。

第25表

カルシウムの摂取比率

単位=%

| 年 度 | 総 数 | 穀 類 | いも類 | 豆 類 | 動 物 性 食 品 | 野菜・果実 | 海草類 | そ の 他 |
|----------|-------|------|-----|------|-----------|-------|-----|-------|
| 昭 和 33 年 | 100.0 | 11.1 | 2.6 | 24.7 | 29.6 | 20.4 | 7.5 | 4.1 |

注) 第20表の注)1に同じ

5) ビタミンA

ビタミンAは動物性のものから供給されるビタミンAと、植物性食品中に含まれるカロチンとに大別できるが、ビタミンA摂取量の大部分は植物性食品中のカロチンによつて占められており、昭和33年度の成績では僅かに199 I. U. が動物性食品中のビタミンAに由来するもので、それにバター、マーガリン等に含まれているビタミンAを合せても、いわゆるビタミンAとして摂取するものは219 I. U. にすぎない。

これに対しカロチンとして摂取しているものは3,062 I. U. で、主として緑黄色野菜から供給されている。しかしカロチンによるものは、ビタミンAそのものよりも吸収が悪く同一単位で示されたカロチンの効力はビタミンA効力の $\frac{1}{3}$ しかないと明らかにされているので、カロチンによるものを3で除してビタミンAに換算した上で摂取比率をみると、動物性食品から16.0%、油脂から1.6%、植物性食品から82.3%となつている。これを27年と比較してみると動物性食品、油脂類からの摂取率が若干ふえている。

第26表

ビタミンAの摂取量と摂取比率

| 年 度 | 摂 取 量 (I. U.) | | | 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 27 年 | 129 | 8 | 2,564 (855) | 100.0 | 13.0 | 0.8 | 86.2 |
| 昭 和 33 年 | 199 | 20 | 3,062 (1,021) | 100.0 | 16.0 | 1.6 | 82.3 |

注) () 内の数値はカロチンの力価はAの $\frac{1}{3}$ という考え方のもとにカロチン値を3で除してビタミンAとした数値である。供給構成はカロチンによるものは、Aに換算したうえで比率を求めた。

6) ビタミンB₁

ビタミンB₁は穀類から過半数にあたる53.3%を摂つており、他は野菜、果実から19.6%、動物性食品から14.0%、いも類7.5%などを主な給源としている。このようにB₁は穀類から供給されるものが最も多いのであるが、一般に穀粒内のB₁分布をみると2つの型があり、1つは小麦、大麦、雑穀のように割合平均してB₁が含まれているものと、米のように胚芽や外皮にB₁が含まれているものとのである。ところが通常食べている穀類は、主として嗜好性の点から精白度がますます高くなつているため胚芽や外皮の部分は殆んど失われ食卓にのぼるのは主として胚乳部である。従つて白く搗いても小麦、大麦などはかなりB₁を含んでいるが、白米にはB₁が殆んど含まれないので、白米はB₁の給源としてはきわめて不十分である。しかしB₁は前述の如く穀類が最も大きな供給源であり、また、米の搗精度の如何は直接B₁の摂取量に影響するのでできる限り七分搗米等の摂取が望まれる所以である。27年の構成からみると穀類の加工度が一般に増加し特に米は精白米として消費されるようになったため、B₁の供給率も27年の60.3%が、33年には53.3%に減じている。

第27表

ビタミンB₁の摂取比率

単位=%

| 年 度 | 総 数 | 穀 類 | い も 類 | 豆 類 | 動物性食品 | 野菜・果実 | そ の 他 |
|----------|-------|------|-------|-----|-------|-------|-------|
| 昭 和 27 年 | 100.0 | 60.3 | 9.5 | 6.9 | 10.3 | 13.0 | — |
| 昭 和 33 年 | 100.0 | 53.3 | 7.5 | 5.6 | 14.0 | 19.6 | 0.9 |

7) ビタミンB₂

ビタミンB₂の供給源として、最も大きな地位を占めているのは、やはり穀類であり30.1%、次いで野菜、果実の28.9%、動物性食品の28.8%が主なものである。

なお、一般にはB₂の給源は動物性食品と考えられているし、また食品100g当りのB₂を含む量は動物性食品に多いのであるが、実際の摂取量が少いので日本人の食生活にあつてはB₂の供給源として占める割合は低いものがある。しかし今後B₂の摂取増加をはかるには、動物性食品の増加をはかる必要がある。

27年の構成から比較してみると穀類、いも類等の食品からの摂取率が低下し、動物性食品、野菜、果実からの供給率が向上するなど若干ながら望ましい傾向にある。

第28表

ビタミンB₂の摂取比率

単位=%

| 年 度 | 総 数 | 穀 類 | い も 類 | 豆 類 | 動物性食品 | 野菜・果実 | そ の 他 |
|----------|-------|------|-------|------|-------|-------|-------|
| 昭 和 27 年 | 100.0 | 32.4 | 5.6 | 11.3 | 26.7 | 24.0 | — |
| 昭 和 33 年 | 100.0 | 30.1 | 4.1 | 8.2 | 28.8 | 28.9 | 2.7 |

8) ビタミンC

ビタミンCの主な給源となるのは植物性食品であり特に野菜、果実からの摂取が83.1%と大部分をしめ残りはいも類の15.6%、その他1.3%となつている。

しかし年次的にみるといも類は摂取量が激減しているので、当然ビタミンCの供給源として果す役割も減じ、昭和27年には23.1%であつたものが、33年には15.6%となつている。

第29表

ビタミンCの摂取比率

単位=%

| 年 度 | 総 数 | い も 類 | 野 菜 | 果 実 | そ の 他 |
|----------|-------|-------|------|------|-------|
| 昭 和 27 年 | 100.0 | 23.1 | 64.1 | 11.5 | 1.3 |
| 昭 和 33 年 | 100.0 | 15.6 | 66.2 | 16.9 | 1.3 |

業 態 別

次に業態別に食品群別の栄養素摂取構成を検討してみると、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、食品の栄養構成においてかなり劣つている。しかし消費者世帯の中でもいわゆる低所得層である日雇・家内労働者世帯の栄養構成は、他の業態より著しく劣位におかれている。

1) 熱 量

生産者世帯では熱量の93.5%を植物性食品から摂取しているのに対し消費者世帯では89.9%と若干低く

逆に動物性食品からの摂取率は生産者世帯の6.5%に対し消費者世帯は10.1%と高い。またいも類の割合は生産者世帯が、油脂類の割合は消費者世帯が多いが他の食品はほぼ同率である。

第30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 | 73.6 | 69.4 | 71.0 | 48.3 | 41.8 | 45.0 | 21.4 | 16.4 | 18.7 |
| いも類 | 3.9 | 2.5 | 4.3 | 2.3 | 1.6 | 2.2 | 1.0 | 1.6 | 0.9 |
| 砂糖類 | 2.2 | 2.2 | 2.6 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |
| 油脂類 | 1.9 | 2.7 | 2.1 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 22.3 | 23.4 | 22.4 |
| 豆類 | 5.5 | 5.4 | 5.6 | 13.2 | 11.5 | 12.8 | 20.0 | 16.8 | 20.1 |
| 動物性食品 | 6.5 | 10.1 | 7.9 | 28.1 | 37.7 | 32.9 | 28.6 | 35.2 | 31.1 |
| 野菜・果実 | 4.1 | 4.2 | 3.9 | 6.8 | 5.7 | 6.0 | 3.0 | 2.8 | 3.5 |
| その他 | 2.3 | 3.5 | 2.4 | 1.4 | 1.9 | 1.4 | 4.3 | 4.3 | 3.6 |

このように生産者世帯は穀類、いも類からの摂取率が高く、消費者世帯は動物性食品、油脂類からの摂取率が高いなど消費者世帯の構成が優れている。なお前年からみると穀類、いも類からの摂取率はいずれの世帯でも若干減っている。

更に5月に実施した消費者世帯を細分した各業態の熱量の食品群別摂取率をみると、日雇・家内労働者世帯では穀類、いも類等の澱粉性食品から77.7%の熱量を摂っているのに対し、常用勤労者世帯では71.0%、事業経営者世帯では72.5%などかなり低く、逆に肉、卵、乳類からの摂取率は常用勤労者世帯4.8%、事業

第31表 熱量の摂取比率

(消費者世帯細分・33年5月) 単位=%

| 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 |
|---------|---------|---------|------------|-----------|
| 総 数 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 穀類・いも類 | 72.5 | 71.0 | 77.7 | 74.1 |
| 魚介類 | 5.5 | 5.6 | 5.0 | 5.2 |
| 肉・卵・乳 | 4.6 | 4.8 | 2.7 | 3.8 |
| 野菜 | 2.9 | 2.7 | 2.8 | 2.9 |
| 果実 | 0.9 | 1.0 | 0.5 | 0.8 |
| その他 | 13.6 | 14.9 | 11.3 | 13.2 |

注) 野菜の中には乾燥野菜と野菜漬物を含めて計算した。

ものが多いことがわかる。

3) 脂 肪

脂肪の摂取源となつているものは、動物性食品、油脂類、豆類、穀類などで、そのうち動物性食品の割合がいずれの世帯でも若干高く、生産者世帯28.6%、消費者世帯35.2%、その他の世帯31.1%となつており、消費者世帯が最も高い。次いで生産者世帯では油脂類22.3%、穀類21.4%、豆類20.0%で、消費者世帯では油脂類から23.4%を摂っているが豆類、穀類からの摂取率はいずれも16%前後で、その点からも生産者世帯

経営者世帯4.6%に対し日雇・家内労働者世帯では2.7%と低く、同様にして果実、野菜からの摂取率も日雇・家内労働者世帯は少い等、要するに食物内容が貧弱で澱粉性食品に対する依存度が高いことがわかる。

2) 蛋 白 質

蛋白質のうち動物性食品からの摂取率は生産者世帯28.1%、消費者世帯37.7%、その他の世帯32.9%で消費者世帯が優位を占めている。植物性食品からの摂取率は生産者世帯の占める割合が消費者世帯よりも高く、特に穀類からの摂取率は消費者世帯の41.8%に対し生産者世帯は48.3%を占めるなど蛋白質は植物性の

より消費者世帯の方が摂取構成が優れている。

4. 栄養欠陥による身体症候

1) 全国的傾向

国民の食生活は穀類ことに米食偏重で、動物性食品などに欠けた粗悪な食生活をしているため良質蛋白質、脂肪、ビタミンA、B₁、B₂、カルシウム等に欠け易く、このため栄養素の不足からくる身体上の欠陥発生率は32年度より若干の減少をみたとはいえ、依然として国民の24.4%すなわち4.1人に1人という高率をもつて発生している。

なお、このような国民の栄養疾患症候の発生率は第30表によつて明らかなおりここ数年来22~23%を示しほぼ固定していたのであるが、32年から米の豊作によつて米食率が高まつたことや、次第に精白度が高まり精白米として消費するようになったこと、また食品の加工度が米に限らず全般に高まつたことなどの影響でB₁欠乏症候が大幅な増加をみた結果有症率は反つて増加し、32年には25.9%、33年には若干減つたとはいえ24.4%と全く矛盾した形をもつて発生している。これは米食依存の食生活に多くの欠陥が潜んでいることを裏付けるものであり、そのあり方に反省の必要を感じさせる。

第32表

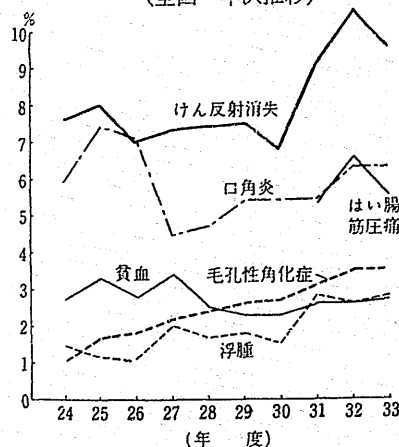
栄養欠陥による年次有症者率の推移

単位=%

| 年次 | 24年 | 25年 | 26年 | 27年 | 28年 | 29年 | 30年 | 31年 | 32年 | 33年 |
|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 有症者率 | 19.7 | 23.7 | 21.6 | 22.9 | 22.6 | 24.1 | 22.5 | 22.6 | 25.9 | 24.4 |

次に調査項目別にその発現状況を見ると、最も高率に発現しているものはビタミンB₁欠乏時の症候とみられるけん反射消失とはい腸筋圧痛で両者とも、前年より若干減少したとはいえ9.5%、5.5%と高率に発現している。またB₂欠乏とみられる口角炎も前年と同じく6.3%を示している。年次推移をみると、けん反

第8図 身体症候発現率
(全国・年次推移)

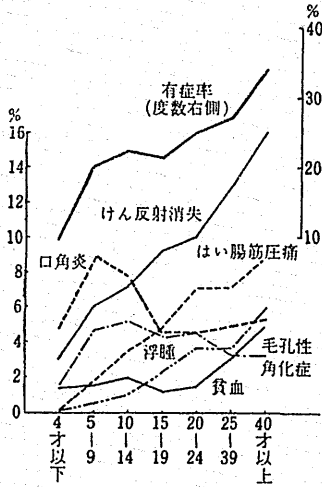


射消失は24年には7.6%を示し、その後30年頃までは僅かながら減少ないしは停滞の傾向をみせていたが31年には9.1%、さらに32年には10.5%と増加しているし、また口角炎も25~26年は7%前後に発現していたが27年には4.5%と減少し、28年から軽度ながら上昇をみせ、32年には6.3%を示している。ビタミンA欠乏症候である毛孔性角化症は、24年には1.1%であつたが、逐年軽度の上昇をみせ32年には3.5%の発生をみせているし、浮腫、貧血などもそれぞれ2.8%、2.7%発現し、年次的にみても減少する傾向はみられない。

2) 年令階級別発現率

年令階級別にみるとけん反射消失、はい腸筋圧痛、浮腫等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、両症候とも年令の増加に従つて増え40歳以上では前者では16.0%、後者は8.9%に増加しているが、これは成人の場合特に澱粉食品、特に白米を過食しているため含水炭素のとり方が多く栄養上かたよつた食生活がなされていることに原因するとみられる。口角炎などのB₂欠乏症候は、B₁欠乏

第9図 身体症候の年齢階級別
発現率 (33年5月分)



第33表 身体症候の性別発現率

| | 男 | 女 |
|-------------|--------|--------|
| 有 症 率 | 21.1 % | 27.3 % |
| 貧 血 | 1.8 | 3.4 |
| 口 角 炎 | 6.5 | 6.2 |
| 毛 孔 性 角 化 症 | 2.7 | 4.3 |
| けん反射消失 | 8.1 | 10.7 |
| はい腸筋圧痛 | 4.8 | 6.2 |
| 浮 腫 | 0.9 | 4.4 |

4) 季節別発現率

栄養欠陥症候調査は、同一対象について5月と11月の2回にわたり調査しているが、果して季節差がどの位あるかをみるとやや5月の方が発現は多いようであるが著しい差は認められない。

なお、細かく観察すると口角炎、はい腸筋圧痛は僅かながら11月に発現するものが多く貧血、毛孔性角化症、浮腫は5月の発現率が若干高い。

5) 業態別発現率

生産者世帯およびその他の世帯は、各症候を通じて消費者世帯よりも罹患率が高く、年平均における有症率は生産者世帯29.2%、消費者世帯20.9%、その他の世帯27.2%となっている。なお、前年と比較すると各世帯とも僅かばかり減少している。

各症候についてみると、いずれも生産者世帯その他の世帯の有症率が高く、消費者世帯は最も低く、特に顕著なものは口角炎で、消費者世帯の3.8%に対し生産者世帯では約2.6倍に相当する9.8%を示している。

また、これを年齢階級別にみると40歳未満では B₁ 欠乏症候は生産、消費の両世帯にあまり差異はないが40歳以上になると差はやや大きくなり生産者世帯では2割近い割合で発現している。

口角炎は生産者世帯の5~9歳の発現率が高く13.0%にも及んでいるが、消費者世帯は同じ年齢層でも5.5

症候の発現とは異つた傾向を示し、4歳以下では4.7%であるが発育盛りの5~9歳の発現率は最も高く8.8%となっている。また15歳以上では著しい差異はなくおよそ5%前後に発現している。このように発育の途上にある新陳代謝の旺盛なものほどB₂に欠乏し易いことがわかる。

毛孔性角化症は4歳以下に有症率が最も低く1.6%、10~14歳では5.2%で最も高率であるが、それ以後の年齢では下降しているなどビタミンA、B₂欠乏症候は5~14歳の学令期の発現率が高い。

3) 性別発現率

身体症候発現率を性別にみると、有症率は男21.1%に対し、女は27.3%で約6%程、女の有症率が高い。個々の症候についてみると、昨

年と同じく口角炎に限り男子の発現率が高く女6.2%に対し、男では6.5%であるが、昨年にくらべればその差は縮まっている。

ただし40歳以上の年齢層では男よりも女に多く発現している。

他の症候ではすべて女の発現率が高く、特に発現差の著しいものは浮腫で男の0.9%に対し女は4.4%にも及んでいる。

第34表 身体症候の季節別発現率

| | 5 月 | 11 月 |
|-------------|--------|--------|
| 有 症 率 | 25.1 % | 23.6 % |
| 貧 血 | 2.8 | 2.6 |
| 口 角 炎 | 5.9 | 6.8 |
| 毛 孔 性 角 化 症 | 3.7 | 3.4 |
| けん反射消失 | 10.6 | 8.2 |
| はい腸筋圧痛 | 5.5 | 5.6 |
| 浮 腫 | 3.0 | 2.5 |

%にすぎない。貧血、浮腫は両世帯の間にあまり差はないが、毛孔性角化症は5～24歳頃までは生産者世帯では6%前後に発現しているが消費者世帯では3～4%となつている。

前年と比較すると、生産者世帯では口角炎、浮腫が昨年より若干増加し消費者世帯では貧血がふえているほかは全般的に減少している。

次に5月調査における消費者世帯を細分した調査結果についてみると、前年と著しい増減はないが、各世帯を通じて貧血がやや増加し、はい腸筋圧痛は減少している。

第35表 身体症候の業態別発現率

| | 生産者世帯 | | 消費者世帯 | | その他の世帯 | |
|--------|-------|------|-------|------|--------|------|
| | 32年 | 33年 | 32年 | 33年 | 32年 | 33年 |
| | % | % | % | % | % | % |
| 有 症 率 | 30.8 | 29.2 | 22.0 | 20.9 | 29.7 | 27.2 |
| 貧 血 | 3.4 | 2.7 | 2.0 | 2.6 | 2.9 | 3.8 |
| 口 角 炎 | 9.5 | 9.8 | 4.0 | 3.8 | 7.9 | 7.3 |
| 毛孔性角化症 | 4.2 | 4.2 | 2.9 | 3.0 | 4.9 | 4.8 |
| けん反射消失 | 12.1 | 10.6 | 9.4 | 8.8 | 11.3 | 8.3 |
| はい腸筋圧痛 | 7.2 | 6.5 | 5.8 | 4.9 | 7.8 | 5.8 |
| 浮 腫 | 2.4 | 3.0 | 2.7 | 2.6 | 3.1 | 3.2 |

第36表 身体症候の業態別発現率

(消費者世帯細分・33年5月)

| | 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 |
|--------|---------|---------|------------|-----------|
| | % | % | % | % |
| | 有 症 率 | 23.1 | 20.5 | 26.4 |
| 貧 血 | 2.5 | 2.3 | 4.4 | 3.6 |
| 口 角 炎 | 3.4 | 3.3 | 6.2 | 4.0 |
| 毛孔性角化症 | 3.0 | 2.8 | 4.5 | 3.3 |
| けん反射消失 | 10.2 | 9.7 | 10.5 | 11.2 |
| はい腸筋圧痛 | 6.5 | 4.4 | 5.5 | 3.9 |
| 浮 腫 | 3.7 | 2.4 | 2.7 | 2.8 |

有症率をみると食糧消費水準の高い常用勤労者世帯が最も少く20.5%であるが、粗悪な食生活をしている日雇・家内労働者世帯は26.4%と発現率は高く、その他の世帯がこれに次いでいる。また日雇・家内労働者世帯ではB₂欠乏症候が多発し、その他の消費者世帯ではB₁欠乏症候が多発している。

5. 体 位

終戦前後に著しく低下した国民の体位は、食糧消費水準の向上や、生活環境の平常化等に伴い急速に回復の道を辿り、おおむね、昭和27～28年頃には、戦前の水準にまで復し、さらにその後も引続き着実な足どりをみせて向上してきた。しかし、ここ1～2年体位の向上は、やや停滞的な傾向がみられ、栄養摂取水準の停滞などと相俟つて、現状のままでは、回復期に示した傾向にみられるような明るい日本人の体位に十分な期待を寄せることはできないようにも考えられる。

1) 養育の年次推移

国民栄養調査に伴う体位の計測は戦後の昭和22年に始まつており、従つて戦前の青少年の体位を知る唯一の統計は文部省が明治33年来実施してきた学校衛生統計によるほかない。いま、ここに文部省の学校衛生統計の示す数値によつて明治以降の国民体位の長期にわたる変遷のあとをふりかえつてみよう。

すなわち、明治33年の調査開始以来、保健衛生の進展並びにこれを取りまく社会環境の改善等に伴い、青少年の体位は逐年向上し、おおむね、昭和12～14年頃には、身長、体重など国民の体位はすべて戦前の最高水準を示したが食糧統制のはじまつた昭和15年頃から漸次下降しはじめ、その後は食糧事情の窮迫と生活環境の悪化等の影響を受けて、特に都市に生活する者の体位は急激に低下し、昭和19、20年頃は最悪の状態にたちいたつたとみられるが、遺憾ながら戦時の混乱期のため、すべての統計は不明となり、これを裏付ける数値はない。次いで戦後昭和22年に初めて実施された国民栄養調査によりそれ迄の食糧難を反

映した驚くべき体位の減退が明らかにされ、甚だしいものでは明治33年以前の状態迄逆行していることが判明した。

この間の事情をもつと具体的に考察すると、まず、戦争による被害程度の最も大きかつたとみられる14歳の男子の身長は第37表にみられるとおり明治33年には、147.0cmであり、その後大正8年頃迄にかけては、殆んど変化がなかつたが、大正の後期より昭和の初期にかけて発育向上のあとが目立ち、昭和2年には150.1cmで3.1cmの増加となり、それ以後も引続き順調な上昇を続け昭和12年には上昇の頂点に達し、明治33年より5.0cm高い152.0cmとなつた。昭和15年から22年までの統計はないが、昭和22年にこれが143.8cmにまで低下し、文部省の学校衛生統計が始まつた明治33年より更に3.1cm低く、丁度昭和7年頃の13歳の者と同じ体位を示した。

なおこの傾向は、性別、年齢別により若干の差異はあるが一般に男子の被害程度が著しく、女子の方が軽いようである。例えば同じ14歳の年齢でも戦前は男子が女子より、おおむね3cm以上の差で優位を占めていたのに、昭和22年には男子143.8cm、女子144.0cmと殆んど同一値にまで低下した。しかし、回復の進むにつれて再び男女の差は漸次拡大し、昭和33年には、3.3cmの差で男子の発育の方がまさるようになった。

第37表

身長発育の年次推移

単位=cm

| 年度 年齢 (才) | 文 部 省 学 校 衛 生 統 計 | | | | 国 民 栄 養 調 査 | | | |
|-----------------|-------------------|-------|-------|-------|-------------|-------|-------|-------|
| | 明治33年 | 大正2年 | 昭和2年 | 昭和12年 | 昭和22年 | 昭和28年 | 昭和33年 | |
| 男 | 6 | 107.0 | 106.7 | 108.0 | 108.8 | 107.1 | 108.8 | 110.3 |
| | 7 | 110.9 | 111.2 | 112.8 | 114.2 | 111.8 | 114.3 | 115.8 |
| | 8 | 116.1 | 116.1 | 117.8 | 119.1 | 116.2 | 118.2 | 120.9 |
| | 9 | 120.0 | 120.3 | 122.4 | 123.6 | 121.5 | 123.4 | 125.4 |
| | 10 | 123.9 | 125.2 | 126.8 | 128.2 | 125.5 | 128.5 | 130.2 |
| | 11 | 127.9 | 129.1 | 131.1 | 132.8 | 129.7 | 133.0 | 134.4 |
| | 12 | 133.9 | 133.9 | 136.8 | 137.7 | 133.6 | 137.4 | 139.2 |
| | 13 | 140.0 | 140.0 | 143.4 | 143.9 | 138.6 | 143.1 | 146.4 |
| | 14 | 147.0 | 147.3 | 150.1 | 152.0 | 143.8 | 149.8 | 152.7 |
| | 15 | 152.1 | 153.6 | 155.5 | 157.2 | 150.3 | 155.8 | 157.5 |
| 16 | 156.1 | 157.6 | 158.4 | 160.1 | 155.6 | 158.4 | 160.8 | |
| 女 | 6 | 104.8 | 105.2 | 106.9 | 107.9 | 106.0 | 107.8 | 109.2 |
| | 7 | 110.0 | 110.0 | 111.3 | 112.9 | 110.8 | 114.0 | 114.6 |
| | 8 | 113.9 | 114.5 | 116.2 | 118.0 | 115.7 | 118.8 | 119.7 |
| | 9 | 119.1 | 119.1 | 120.9 | 122.7 | 120.5 | 123.5 | 125.1 |
| | 10 | 123.9 | 123.6 | 125.7 | 128.1 | 125.5 | 128.5 | 129.9 |
| | 11 | 127.9 | 128.8 | 131.1 | 132.8 | 129.9 | 134.0 | 136.2 |
| | 12 | 133.0 | 134.8 | 138.0 | 139.7 | 134.8 | 139.0 | 141.3 |
| | 13 | 137.9 | 140.0 | 143.3 | 143.8 | 139.6 | 143.5 | 146.1 |
| | 14 | 143.0 | 144.5 | 147.1 | 148.4 | 144.0 | 147.1 | 149.4 |
| | 15 | 144.8 | 147.0 | 148.9 | 150.2 | 147.9 | 149.7 | 150.6 |
| 16 | 146.1 | 148.2 | 149.8 | 151.0 | 149.3 | 150.4 | 151.2 | |

また、年齢別にみて最も被害をうけたものは男子では13~15歳で平均7cm程度の低下、女子では12~14歳で平均5cmの低下となつている。これに対し年齢6歳のものでは被害程度も軽く、例えば昭和12年に108.8cmあつた男子の身長は、昭和22年には107.1cmと約1.7cm低下し、年代にして大正8年頃まで逆もどりしたに過ぎない。このように性別、年齢別により被害程度は異るとはいへ、明治時代から長年月を要して年々向上してきた体位を僅か数年の間に一挙にして失つたわけで戦争による被害が如何に大きかつたかを如実に物語つている。

しかし戦後の食糧事情の好転、栄養改善指導、経済力の向上、体育の普及、学校給食の普及、生活環境の改善等種々な要因の向上と相俟つて、戦争中にうけた青少年層の発育欠陥は逐年急速に回復し、おおむね戦前の水準を上廻るようになつたが、その回復程度は性、年齢によりかなり相違し、おおむね、男子よりも女子

第38表 戦前の標準体位

| 年 令 | 男 | | 女 | |
|-------|----------|----------|----------|----------|
| | 身 長 (cm) | 体 重 (kg) | 身 長 (cm) | 体 重 (kg) |
| 新生児 | 50.2 | 3.05 | 49.3 | 2.97 |
| 0才 | 64.7 | 6.7 | 63.7 | 6.4 |
| 1 | 75.9 | 9.2 | 74.7 | 8.8 |
| 2 | 84.5 | 11.5 | 83.3 | 11.0 |
| 3 | 91.3 | 13.3 | 90.2 | 12.8 |
| 4 | 97.5 | 15.0 | 96.3 | 14.3 |
| 5 | 103.1 | 16.2 | 102.2 | 15.8 |
| 6 | 108.8 | 18.2 | 107.9 | 17.6 |
| 7 | 114.2 | 20.0 | 112.9 | 19.4 |
| 8 | 119.1 | 22.1 | 118.0 | 21.4 |
| 9 | 123.6 | 24.3 | 122.7 | 23.6 |
| 10 | 128.2 | 26.5 | 128.1 | 26.1 |
| 11 | 132.8 | 29.0 | 132.8 | 29.4 |
| 12 | 137.7 | 32.2 | 139.7 | 33.7 |
| 13 | 143.9 | 36.5 | 143.8 | 38.3 |
| 14 | 152.4 | 43.3 | 148.4 | 42.0 |
| 15 | 157.0 | 47.5 | 150.0 | 44.5 |
| 16 | 159.5 | 50.5 | 150.4 | 46.5 |
| 17 | 161.0 | 52.7 | 150.5 | 47.5 |
| 18 | 161.7 | 53.8 | 151.0 | 48.0 |
| 19 | 161.8 | 54.3 | 151.0 | 48.2 |
| 20 | 161.9 | 54.8 | 150.8 | 48.3 |
| 21~30 | 161.8 | 55.5 | 150.1 | 48.5 |
| 31~40 | 160.8 | 56.4 | 149.0 | 49.0 |
| 41~50 | 160.0 | 56.7 | 148.2 | 50.0 |
| 51~60 | 159.0 | 55.7 | 147.0 | 48.7 |
| 61~ | 156.5 | 52.5 | 144.0 | 45.5 |

注) この戦前の標準体位は昭和12~14年頃の日本人としては最も体位のすぐれていた時の資料をもとに厚生省衛生統計委員会の体力および栄養に関する第8専門部会において承認採択されたもので、昭和34年3月までは、国民平均体位基準値として使用していたものである。

の発育が各年令を通じて1～2年早いようである。

次に、昭和24年に国民食糧および栄養対策審議会が決定した、戦前の標準体位（第38表参照）と対比して戦前、戦後の比較および戦後の向上のあとをふりかえつてみよう。なお、この戦前の標準体位は、昭和12～14年頃の日本人としては最も体位のすぐれていた時の身長や体重の統計的資料をもとに補正編さんされたもので、この基準は出所の異なる四種類程の資料をつなぎ合わせて作られたものであるため、そのつなぎ目の前後において（例えば14歳の基準値）若干矛盾があつたのではないかとの見解ももたれているが、戦前に示した最高の体位の水準を示すものとしては最も信頼すべき資料である。

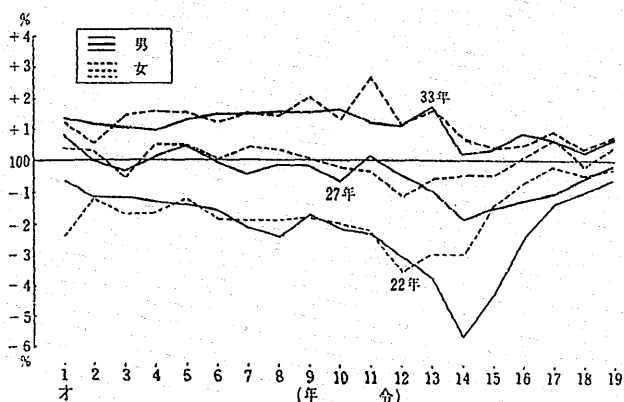
さて、第39表および第10図をみれば明らかなおとおり、男子の身長では戦争によつて最も影響を受けた年令は13～15歳で、戦前の最高水準（基準値）を100とした場合13歳では3.7%、14歳で5.7%、15歳で4.3%低下した。

なお、この低下の程度は2～6歳では1.2～1.6%、7～12歳では1.7～3.0%の低下である。食糧の供給量もかなり改善された昭和25年には3～13歳の年令では、1%前後の線にまで回復したが、14、15歳では依然として(一)3%と回復が遅れている。次に、栄養摂取水準がほぼ、戦前の水準に復したとみられる昭和28年頃には12歳以下の年令では、およそ戦前水準にまで回復し、昭和30年には、0.5～1.0%の範囲で上回つたが、14、15歳の年令では依然として未回復の状態にあつた。昭和33年になると13歳以下の年令で1.0～1.5%上回り、特に、13歳が最も優れ1.7%も伸びているが、14、15歳は僅か0.2、0.3%しか上回っていない。

第39表 戦後の身長発育比率の推移 {戦前の最高水準(標準体位)を100とした指数}

| 年 令 | 昭 和 22 年 | | 昭 和 28 年 | | 昭 和 33 年 | |
|-----|----------|------|----------|-------|----------|-------|
| | 男 | 女 | 男 | 女 | 男 | 女 |
| 1 | 99.3 | 97.6 | 100.7 | 100.1 | 101.3 | 101.2 |
| 2 | 98.8 | 98.8 | 100.5 | 100.0 | 101.1 | 100.5 |
| 3 | 98.8 | 98.3 | 99.8 | 100.6 | 101.0 | 101.4 |
| 4 | 98.7 | 98.4 | 100.2 | 100.3 | 100.9 | 101.5 |
| 5 | 98.6 | 98.8 | 100.5 | 100.7 | 101.2 | 101.5 |
| 6 | 98.4 | 98.2 | 100.0 | 99.9 | 101.4 | 101.2 |
| 7 | 97.9 | 98.1 | 100.1 | 101.0 | 101.4 | 101.5 |
| 8 | 97.6 | 98.1 | 99.2 | 100.7 | 101.5 | 101.4 |
| 9 | 98.3 | 98.2 | 99.8 | 100.7 | 101.5 | 102.0 |
| 10 | 97.9 | 98.0 | 100.2 | 100.3 | 101.6 | 101.4 |
| 11 | 97.7 | 97.8 | 100.2 | 100.9 | 101.2 | 102.6 |
| 12 | 97.0 | 96.5 | 99.8 | 99.5 | 101.1 | 101.1 |
| 13 | 96.3 | 97.1 | 99.4 | 99.8 | 101.7 | 101.6 |
| 14 | 94.3 | 97.0 | 98.3 | 99.1 | 100.2 | 100.7 |
| 15 | 95.7 | 98.6 | 99.2 | 99.8 | 100.3 | 100.4 |
| 16 | 97.6 | 99.3 | 99.3 | 100.0 | 100.8 | 100.5 |
| 17 | 98.7 | 99.8 | 99.4 | 100.8 | 100.6 | 100.9 |
| 18 | 99.0 | 99.5 | 99.8 | 100.3 | 100.2 | 100.3 |
| 19 | 99.4 | 99.7 | 100.4 | 99.9 | 100.7 | 100.7 |

第10図 身長の前・戦後の発育比率
(戦前の最高水準=100)



では2.6%の増加となつている。

以上述べたのは戦前、戦後の発育の指数についてみたわけであるが、これを更に増減の実数についてみてみよう。第11図は、昭和33年の成績と戦前の体位（基準値）との差を示したもので、昭和33年には戦前からみると、どのくらい身長や体重が増加したかを明らかにしたものである。

すなわち、青少年の体位は各年令層を通じて男女を問わず身長体重とも向上したが、なかんずく、女子の体位の向上は目ざましく、例えば発育盛りの9～13歳の身長の伸びは平均2～3cmに及び、また体重においては14～20歳の者の増加が著しく、男子の平均1kgの増加に対し女子では2kg近く戦前水準を上回っている。

なお、戦後の体位の回復速度は以上のべたとおり極めて著しいものがあつたが、ここ1～2年国民体位の伸びはやや停滞のきざしがみられ、回復期の数年間に示したような急速な伸長率はみられない。

一方国民の栄養状態も食糧消費構造は著しく変化しているとはいえ、栄養素の摂取水準は停滞の傾向をみせており、このままのすう勢を続ける限り体位の向上も大きく期待はできないこととなろう。

2) 昭和33年度の発育状況

次に、昭和33年度の成績について、まず男子の年令別の年間発育量を示すと第12図の如くで、乳幼児の発育は極めて旺盛で0歳から1歳になる間の伸びは12.0cmと約18.5%の増加率であるが、3歳、4歳では6.8cm、6.2cm、5～10歳までは僅かずつ減じているが年間おおむね5cmの増加である。

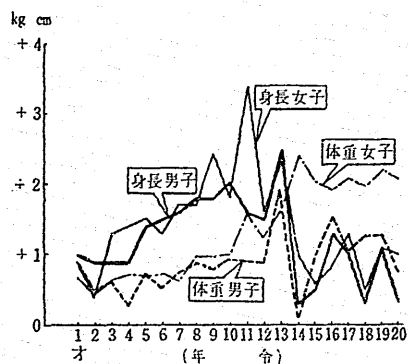
12歳および13歳のいわゆる発育伸長期と呼ばれるときの伸びは乳幼児に次いで高く、最高の12歳と13歳の間の伸びは7.2cmに及んでいるが16歳から伸びは緩慢となり、19歳で発育はおおむね完了する。この傾向は多少の年令のずれはあるとしても体重、上腕囲、胸囲、座高についても大体同様のことがいえる。

次に戦前および戦争直後の昭和22年の各年令別の年間発育量と比較すると第12図のとおり昭和33年の数値は0～1歳の数値が高いこと、4～7歳の間の伸びが大きいこと、発育量の最も大きい年令層（乳児期

ない。

女子の身長についても、男子とほぼ同様な傾向を示しているが、これまでもしばしば述べたとおり、戦争による被害程度は男子より少く、最も低下した12歳の年令でも(-)3.5%で男子よりはるかに少く、また戦前の水準に復帰するのも、各年令を通じて1～2年早くなっている。また昭和33年の発育の現状をみると男子とほぼ同率或はやや上回つた発育を示し、13歳以下の年令層では、いずれも1.5%前後の増加を示しているが、特に11歳の年令

第11図 戦後の発育量 (昭和33年)
(戦前の最高水準との差)

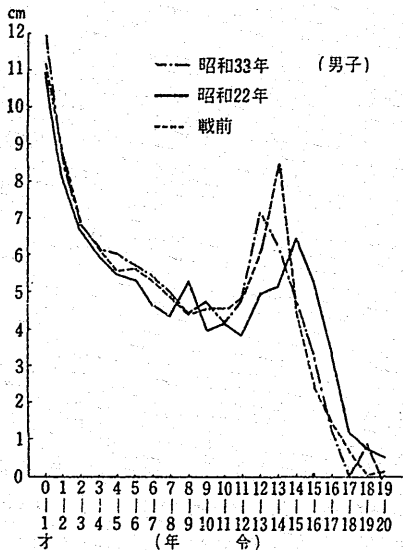


第40表

戦前標準体位に比較した昭和33年の身長・体重發育量

| 年 令 | 身 長 | | 体 重 | |
|-----|-------|-------|--------|--------|
| | 男 子 | 女 子 | 男 子 | 女 子 |
| 才 | cm | | kg | |
| 1 | + 1.0 | + 0.9 | + 0.91 | + 0.69 |
| 2 | + 0.9 | + 0.4 | + 0.52 | + 0.43 |
| 3 | + 0.9 | + 1.3 | + 0.60 | + 0.65 |
| 4 | + 0.9 | + 1.4 | + 0.29 | + 0.71 |
| 5 | + 1.4 | + 1.5 | + 0.73 | + 0.70 |
| 6 | + 1.5 | + 1.3 | + 0.54 | + 0.74 |
| 7 | + 1.6 | + 1.7 | + 0.76 | + 0.64 |
| 8 | + 1.8 | + 1.7 | + 0.88 | + 0.98 |
| 9 | + 1.8 | + 2.4 | + 0.80 | + 0.98 |
| 10 | + 2.0 | + 1.8 | + 0.94 | + 1.00 |
| 11 | + 1.6 | + 3.4 | + 0.92 | + 1.58 |
| 12 | + 1.5 | + 1.6 | + 0.88 | + 1.26 |
| 13 | + 2.5 | + 2.3 | + 1.92 | + 1.62 |
| 14 | + 0.3 | + 1.0 | + 0.10 | + 2.40 |
| 15 | + 0.5 | + 0.6 | + 0.98 | + 2.06 |
| 16 | + 1.3 | + 0.8 | + 1.54 | + 1.92 |
| 17 | + 1.0 | + 1.3 | + 1.08 | + 2.06 |
| 18 | + 0.3 | + 0.5 | + 1.26 | + 1.98 |
| 19 | + 1.1 | + 1.1 | + 1.28 | + 2.20 |
| 20 | + 0.3 | + 1.0 | + 0.74 | + 2.06 |

第12図 身長の年齢別年間發育量



を除く)が戦前より1年,昭和22年より2年早くなつて12~13歳の間にみられることである。

なお,昭和22年の増加曲線をみると,13歳以下にあつては8歳に異例のものが認められるほか,すべての年齢において發育量が下回つており,また最も發育の盛んな時期もやや遅れて14歳の時に認められる。

これは,戦時中發育期にあるものが熱量,蛋白質をはじめその他すべての栄養素不足のため十分な發育ができなかつたので,本来ならばもうそんなに發育しない年齢になつてこれを返えそうとする現象であると考えられる。

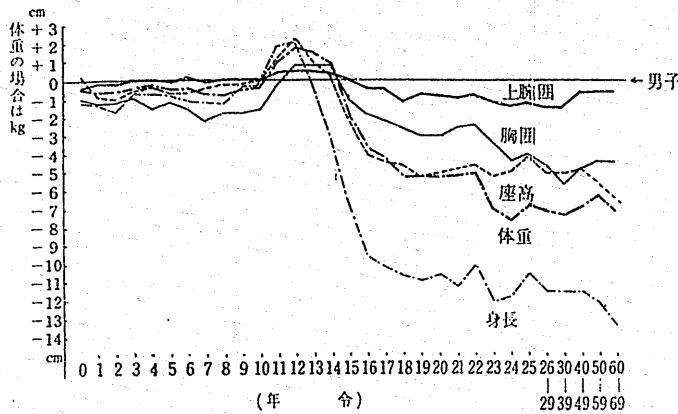
女子の身長の年齢別年間發育量をみると,ほとんど男子と同様な現象がみられ,乳幼児の發育が良くなつたことや發育伸長期が戦前より1年早くなり10歳から11歳の間にみられることである。

ある。

また,女子の身長發育は男子より1~2年早く伸長期をむかえるため11,12歳では第13図にみられるとおり男子の身長を超越しているが,14歳以降は伸びが緩慢になり男子より2年程早い17歳で發育は完了する。

すなわち,女子の身長は8歳以下の年齢では各年齢を通じて1.0~1.5cm男子より劣つているが,9歳,

第13図 女子(a)と男子(b)の発育比較 (a/b)



10歳ではその差が縮まり, 11, 12歳では女子が男子より1.8cm, 2.1cm上回っている。しかし14歳頃から女子の成長は緩慢化するのに対し男子の成長率が急に高まるため14歳で3.3cm, 15歳で6.9cm, 16歳で9.6cmと, それぞれ女子の方が低くなっている。

17歳以上ではその発育差はほぼ固定しおおむね10~12cmの差で男子の方が高い。

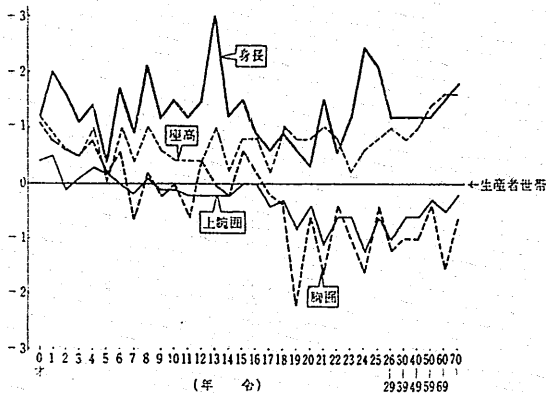
なお, 男子より女子の発育が一時的に優位を示す傾向は体重, 胸围, 上腕围, 座高についてもみられ, 体重, 座高, 上腕围では11~14歳, 胸围では12~14歳において優位を示している。

3) 業態別発育状況

生産者世帯と消費者世帯の身長, 体重の対前年の増減をみると生産者世帯では身長, 体重とも大きな変動はなく停滞的であるというより, むしろ身長では若干低いようであるが消費者世帯では一部の例外はあるとしても身長は6歳で0.6cm, 10歳で1.5cm, 14歳で0.6cmとかなりの向上がみられ, 体重においても6歳で0.43kg, 10歳で0.68kg, 14歳で0.58kg上昇するなど全般に向上のあとがみられる。

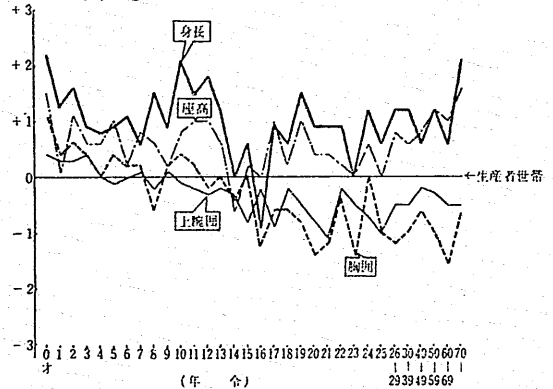
第14図 消費者世帯(a)と生産者世帯(b)の体型比較 (a-b)

男子



第15図 消費者世帯(a)と生産者世帯(b)の体型比較 (a-b)

女子

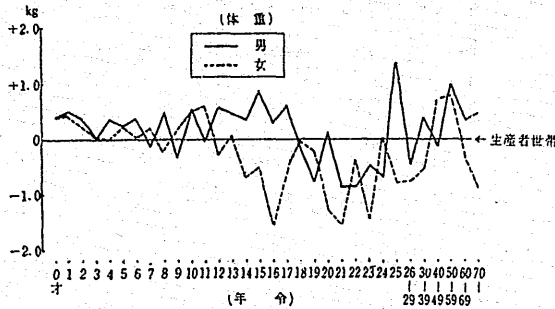


次に生産, 消費の両世帯についてその体型を比較してみると第14, 15図のとおり男女とも身長や座高は消費者世帯の発育がすぐれ, 生産者世帯の方が劣っている。

まず, 身長の発育差についてみると各年齢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。なお, 特に差の著しい年齢は男子では13歳の3.0cm, 23歳の2.4cmで, 女子の場合は10, 11, 12歳の年齢で2.0cm程の差がある。

体重では第16図の如く男女で傾向が異なり男子では17歳までは1, 2の例外を除いて消費者世帯が平均0.4~0.6kgの範囲で優位にある。女子の場合は11歳までは, おおむね消費者世帯が優れているが12歳頃から生産者世帯の方が優位を占める。男子の18~29歳までと女子の12~39歳までは, 生産者世帯がすぐれ, その差は年齢により異なるが特に女子の16歳, 21歳, 23歳などでは平均1.5kgも多い。

第16図 消費者世帯(a)と生産者世帯(b)の
体型比較 (a-b)



乳幼児の場合は男女とも消費者世帯が上位を占めるが、小学校の年齢層は不定で特に優劣はつけがたいが、男子の19歳以後、女子16歳以後では年齢により著しい差はあるが、平均 1 cm 程度生産者世帯が上位にある。

以上を要約す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まさっているが青少年層では身長、座高、体重はすぐれ、上腕囲および胸囲はやや劣っている。生産者世帯では乳幼児、青少年の発育は劣っているが、成人になると胸巾の広い、ずんぐりした体型の人が多く生活条件や環境条件による差異が大きくみられる。

6. 血 圧

日常生活において、われわれの摂取する飲食物がある程度血圧に関係があるということは従来から知られているところであるが、特に近年わが国でも脳卒中による死亡が死亡率の第1位を占めるようになり、食物と高血圧との関係が重要視されるようになってきた。

厚生省では昭和31年以来身体状況調査と合せ、その住民の最高および最低血圧を測定し飲食物が血圧に如何に影響するかを検討した。

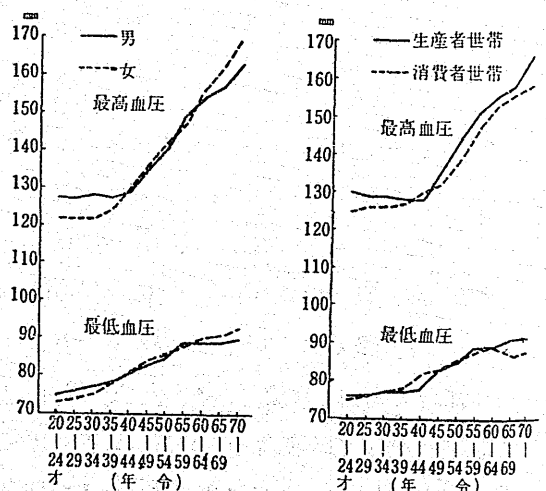
性別、年齢階級別の最高、最低血圧の分布をみると第17図の如く年齢の増加とともに最高、最低とも上昇する。例えば5月調査の結果では最高血圧は男子では40~44才前後より上昇をはじめ以後年齢とともにほぼ直線的に増加し、60~64歳で154mmHg、70歳以上では163mmHgに達する。女子では35歳未満では男子より低い平均値を有するが、その上昇は男子より早く35~39歳から上昇を始め60歳までは、ほぼ男子と同様の値を示しているが、60歳以上になると反つて男子を凌ぐようになる。

最低血圧は動脈硬化症の進展に特に関係が深いものと考えられているが、これも最高血圧と同様年齢の増加とともに上昇する。最低血圧の上昇曲線は最高血圧より緩慢であるが、60~64歳では男子で89mmHg、女子で90mmHgとなり、女子ではそれ以後もお僅か

座高は男女を通じて平均0.5~1.0cm程度、消費者世帯が上位にあるが、上腕囲は乳幼児の場合は男女とも消費者世帯が優れ、また男子の6~16歳、女子の4~14歳の年齢では生産、消費の世帯に著しい差はないが、生産者世帯の方が僅かばかり優れ、男子17歳以上と女子15歳以上では0.5~1.0cm程度生産者世帯の方が上位にある。

胸囲の場合もほぼ上腕囲と同じような傾向を示し、

第17図 性別・年齢階級別血圧 (33年5月)



ながら増加する。

高血圧は最高血圧で150mmHg以上、最低血圧で90mmHg以上とされているので60歳以上になると男女とも高血圧症の範ちゆうに入ることは注目される。

また生産者世帯の最高血圧は消費者世帯よりも一般的に高い傾向を示している。消費者世帯細分による統計は対象数が少く不十分であるが概して日雇・家内労働者世帯は他の業態に比し男女ともやや高い。そのほかは顕著な差は認められない。

最低血圧は生産、消費の両世帯の間に著明な差は認められないが、65歳以上では消費者世帯が僅か低くなっている。また消費者世帯細分による業態別の差は最高血圧と同じく顕著でない。

次に5月と11月の測定結果を比較してみると一般に男女および各年令共、5月の方が高く11月が低い。これは冬期期間中における栄養摂取状態、環境条件等により影響をうけているものと思われる。

以上のように血圧は年令の増加と密接な関係を有しているが飲食物との関係は明らかでなく、特にそれを構成している栄養素との関係は本調査で判断することは困難である。しかし従来から述べられているように生産者世帯すなわち農民の食生活は、米食偏重等血圧を上昇させる要因を含んでいるものといえよう。

7. 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、貰い物等の別を問わず、すべて市場価格に換算して一人一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1人1日当りの食費は103.12円（うち動物性食品入手に要した費用は25.86円）で前年の96.86円を6.5%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31.0%、小麦4.4%、大麦2.2%、穀類全体では37.7%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13.1%、獣鳥肉類6.1%、豆類5.5%などが主だったもので、次いで野菜類6.1%、果実5.0%となっている。

調味・嗜好品の占める割合も9.8%と、かなり高い率を示し、食生活内容に多分に奢侈的性格が盛り込

第41表

1人1日当り食材料費および比率

| | 金額 | 金額 | | | | 構 成 比 | | | | 対 前 年 比 | | | |
|-----------|--------|-------|-----------|-----------|-------------|-------|-----------|-----------|-------------|---------|-----------|-----------|-------------|
| | | 全 国 | 生 産 者 世 帯 | 消 費 者 世 帯 | そ の 他 の 世 帯 | 全 国 | 生 産 者 世 帯 | 消 費 者 世 帯 | そ の 他 の 世 帯 | 全 国 | 生 産 者 世 帯 | 消 費 者 世 帯 | そ の 他 の 世 帯 |
| | | 円 | 円 | 円 | 円 | % | % | % | % | % | % | % | % |
| 総 額 | 103.12 | 92.77 | 110.93 | 91.32 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | + 6.5 | + 5.8 | + 6.7 | + 1.3 | |
| 穀 類 | 38.88 | 42.81 | 36.58 | 35.57 | 37.7 | 46.1 | 33.0 | 39.0 | + 5.8 | +11.2 | + 3.5 | - 6.5 | |
| い も 類 | 2.47 | 2.53 | 2.43 | 2.43 | 2.4 | 2.7 | 2.2 | 2.7 | -10.8 | -12.8 | - 6.5 | -31.5 | |
| 豆 類 | 5.71 | 5.50 | 5.87 | 5.49 | 5.5 | 5.9 | 5.3 | 6.0 | + 1.2 | + 2.0 | + 0.3 | + 3.6 | |
| 魚 介 類 | 13.47 | 9.73 | 16.03 | 12.36 | 13.1 | 10.5 | 14.5 | 13.5 | + 2.1 | - 7.8 | + 6.1 | - 0.3 | |
| 肉 ・ 卵 ・ 乳 | 12.39 | 6.64 | 16.41 | 9.55 | 12.0 | 7.2 | 14.8 | 10.5 | +17.4 | + 5.6 | +18.1 | +38.8 | |
| 野 菜 類 | 6.30 | 5.99 | 6.51 | 5.98 | 6.1 | 6.5 | 5.9 | 6.5 | + 6.2 | - 1.6 | +10.9 | + 9.3 | |
| 果 実 類 | 5.19 | 4.07 | 6.01 | 3.91 | 5.0 | 4.4 | 5.4 | 4.3 | + 8.6 | + 7.7 | + 5.8 | +40.1 | |
| そ の 他 | 18.70 | 15.50 | 21.09 | 16.03 | 18.1 | 16.7 | 19.0 | 17.6 | + 8.3 | + 9.5 | + 7.7 | + 1.7 | |

まれてきたことを示している。次に食品群別に対前年比をみると32年にくらべて最も増加したものは肉、卵、乳などの畜産食品費であつて17.4%増加し、それに次いで果実類8.6%、野菜類6.2%、また調味嗜好品などで比較的高級な食品の増加率が高かつたが、穀類もまた5.8%と前者の増加率に比べ低いとはいへかなりの増加を示した。減少したものとしては、いも類10.8%、それに大麦、雑穀などがあげられる。

豆類、魚介類などは消費量の面でも停滞しているが、また費用の面でも微増にとどまつている。

季節的にみると5月が最も高く104.68円、11月が最も低く100.82円で、およそ4.00円の差が認められる。なお栄養摂取量では既述の如く11月の摂取量が多く、8月に少なかつたが、食材料費ではむしろ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41表にみられるように消費者世帯の食材料費が最も高く110.93円、生産者世帯は92.77円、その他の世帯が最も少く91.32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32.44円、その他の世帯21.91円、生産者世帯16.37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19.6%、動物性食品については98.1%と約倍近く要している。このように生産者世帯では自家生産できる植物性食品が主体となつているため購入を必要とするような品目特に動物性食品費はその他の世帯よりも少く最下位である。

イ) 生産者世帯

生産者世帯の食材料費は前述のとおり92.77円で、その他の世帯と共に低く、全国平均からみて10.0%下回つている。しかし対前年比をみると全国平均の6.5%の伸びには及ばないが5.8%とかなりの増加を示している。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他業態をはるかに上回る46.1% (42.81円) をしめ、消費者世帯の36.58円と比較して6.23円多くなつている。

しかし動物性食品の占める割合は17.7%で消費者世帯の29.3%にくらべ著しく少いが、特に肉、卵、乳等の畜産食品量は消費者世帯の14.8%に比べ7.2%と約 $\frac{1}{2}$ である。

また果実類4.4%、調味嗜好品8.9%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つている。対前年比をみると最も増加をみせたのは穀類費の11.2%で、次いで果実類7.7%、畜産食品の5.6%があげられる。減つたものとしては、いも類の12.8%が最も著しいものであるが、これは甘藷の消費量が激減したためである。

ロ) 消費者世帯

消費者世帯の食材料費は110.93円 (うち動物性食品入手に要した費用は32.43円) で業態中最も高く、また前年の103.95円を6.7%上回る増加である。

生産者世帯と比べると総額において19.6%、動物性食品については98.1%多く要している。

次に総額中に占める穀類の割合は33.0% (36.58円) ではかの世帯よりはもちろん低い、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、乳類および嗜好品の占める費用が他業態に比べてかなり多くまた32年度にくらべても畜産物は18.1%、野菜類は10.9%増加するなど高級食品の増加が目立っている。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。事業経営者世帯の食費は前年より(+)11.8%と大幅な増加をみせた結果、115.65円となり、これは他の世帯群に比し最も多い。

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次に述べる常用勤労者世帯に次いで多くなっている。また昨年と比して果実類、畜産食品、野菜類の増加が他の世帯群にみられるよりも大きな伸びをみせている。常用勤労者世帯の食費は112.68円で事業経営者世帯に次いでおり、昨年と逆の結果になっている。事業経営者世帯と比べると穀類がやや少く、獣鳥肉、乳、卵類の費用が高くなっており、また昨年と比して畜産物と果実類の増加が目立っているが野菜類は減少している。

日雇・家内労働者世帯の食費は89.24円で前年に比べて増加はみられないのみか、反つて(-)0.6%と減少の傾向がみられ、消費者世帯中最も少く、最高の事業経営者世帯からみると22.8%低い。そのうち穀類の占める割合は44.0%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、また前年とくらべて穀類費の増加はみられたが、野菜、果実、魚介類など1~1.5割減少するなど食生活水準の低いことを示している。

第42表 1日1人当り食材料費および比率 (消費者世帯細分・33年5月)

| | 金 額 | | | | 構 成 比 | | | | 対 前 年 比 | | | |
|--------|--------------------|---------------------------------|--|--------------------------------------|--------------------|---------------------------------|--|--------------------------------------|--------------------|---------------------------------|--|--------------------------------------|
| | 事業 経営 世 帯 | 常 用 勤 労 者 世 帯 | 日 雇 ・ 家 内 労 働 者 世 帯 | 其 他 の 消 費 者 世 帯 | 事業 経営 世 帯 | 常 用 勤 労 者 世 帯 | 日 雇 ・ 家 内 労 働 者 世 帯 | 其 他 の 消 費 者 世 帯 | 事業 経営 世 帯 | 常 用 勤 労 者 世 帯 | 日 雇 ・ 家 内 労 働 者 世 帯 | 其 他 の 消 費 者 世 帯 |
| | 円 | 円 | 円 | 円 | % | % | % | % | % | % | % | % |
| 総 額 | 115.65 | 112.68 | 89.24 | 101.19 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | +11.8 | +7.6 | -0.6 | +6.0 |
| 穀類・いも類 | 39.89 | 38.08 | 41.24 | 38.45 | 34.5 | 33.8 | 46.2 | 38.0 | +9.8 | +5.3 | +8.8 | +5.4 |
| 魚介類 | 16.28 | 15.77 | 11.98 | 13.10 | 14.1 | 14.0 | 13.4 | 12.9 | +6.9 | +4.5 | -9.5 | -8.3 |
| 肉・卵・乳 | 16.51 | 17.38 | 7.83 | 12.48 | 14.3 | 15.4 | 8.8 | 12.3 | +20.9 | +25.4 | +6.8 | +15.7 |
| 野菜類 | 9.84 | 7.51 | 5.57 | 6.74 | 8.5 | 6.7 | 6.2 | 6.7 | +17.4 | -2.5 | -14.7 | -8.7 |
| 果実類 | 5.27 | 5.15 | 2.25 | 5.41 | 4.6 | 4.6 | 2.5 | 5.4 | +38.7 | +12.9 | -12.8 | +51.5 |
| その他 | 27.85 | 28.79 | 20.39 | 25.00 | 24.0 | 25.5 | 22.9 | 24.7 | +6.9 | +5.3 | -8.3 | +9.0 |

その他の消費者世帯の食費は101.19円で消費者世帯の平均よりやや低く、また穀類の占める割合が多いが、副食費は日雇・家内労働者世帯に次いで低くなっている。

ハ) その他の世帯

その他の世帯の食費は第38表にみられるように91.32円で全国平均よりみると11.4%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とっているが、穀類の占める割合がやや少く、他の副食費は生産者世帯より多く要している。

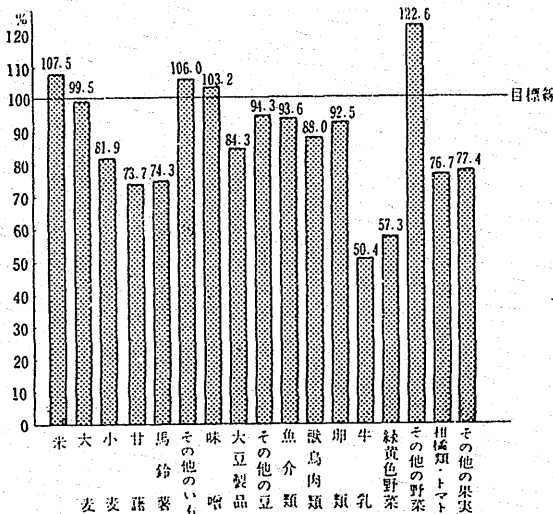
対前年比をみると畜産食品と果実類が4割前後の増加をみせたが、いも類は3割以上の減少を示すなど、前年からみるとその消費構成に著しい変化がみられる。

8. 国民栄養の問題点とその改善の方向

以上述べてきたとおり、わが国の食生活は食糧構成の面でかなりの進展をみせているところであるが、昭和34年7月24日に栄養審議会から答申された昭和37年度を目標とした日本人の望ましい食糧構成表と対比してみると目標量よりも上回つて消費されているものは米7.5%、その他のいも類(甘藷、馬鈴薯を除くいも類および加工品)6.0%、白色野菜22.6%が主なるもので、最も不足状態にあるものは牛乳49.6%、緑黄色野菜42.7%、次いで馬鈴薯、甘藷、豆類、肉、卵、魚、果実類等いずれも10~30%も少ない状態にあ

る。また食糧消費構造が向上してきたとはいえ国民の穀類からの熱量摂取率は71%で、昭和37年の目標線である66%の線にはまだ及ぶべくもないし、栄養素の摂取量も国民1人1日当りの基準量を満たすに十分でなく特にビタミン、ミネラルの不足は著しいものがある。

第18図 主要食品の摂取量と目標値との比較
(昭和37年の目標値=100)



注) 乳類については、国民栄養調査では生乳と乳製品の別に調査しているが食糧構成の目標値は生乳として示されているので、これとの比較に当っては乳製品を生乳換算したうえで比較した。
乳製品の生乳換算に当っては、蛋白質の含有量から逆算すると5.1倍という数値が得られたので、これを換算係数とした。

の拡大をはかるべきである。

なお畜産物についてはなるべく農村で自家消費できるものか、または農村に容易に還元されるものが望ましい。この意味から肉類もさることながら山羊乳、牛乳、鶏卵等の増産を望みたい。また菜種、有色野菜の計画栽培を行うこと、白米食を節減し油脂類の増加をはかること、押麦、味噌、醤油など使用頻度の高い食品を強化するなど一連の対策を強力に推進すべきであろう。

一方、消費者階層にあつては所得水準の向上などによつて食糧の消費水準は高まつたがその上昇割合は所得の増加割合に比較して少なく、かつその増加分は実質的には栄養上に益することの少ない、嗜好性食品に費される傾向が強くなる結果あたかも食生活が著しく向上したかの如く思われるが、これらは必ずしも栄養水準の向上に十分適合したものは思われず、体位の面における伸び悩みと併せて考えるとき、国民栄養の改善は非常にむずかしい段階に入ったとみてさしつかえないようである。

また都市の低所得階層では、食糧消費水準上昇のかげに取り残され伸び悩みを続けるのみか上層階級との格差がますます増大する等著しく均衡を欠く状態である。もとよりこれら階層に対する栄養改善にあつての第1の制約条件は所得水準の低いことがあげられるであろうが併せて食生活に対する知識の乏しいことも一因として数えられるであろう。

従つてこれら階層に対する栄養改善施策は社会保障的な施策と一体となつて他に優先して行われねばならない。

以上のように国民栄養の現状は決して満足すべき状態ではなく、幾多の欠陥が潜在しておりこれが改善

これを階層別にみると生産者階層にあつては油脂の増加はみられたが他の面では依然として穀類偏重とくに米食が支配的な単純な食生活を続けているため栄養水準は低く、そのためビタミン欠乏症候の多発をみせているし、体位の面でも伸び悩みの傾向をみせ都市環境に生活するものよりも著しく立遅れた状態を示している。

しかし、農家は一般に食糧の大半を自家生産物でまかなつている関係上その土地の自然条件によつて制約をうけるから、消費生活をする都市民とくらべ農村の栄養改善には種々困難が伴うが農民の栄養欠陥は動物性蛋白質、脂肪、ビタミン等の少いことにあるからこれが対策としては畜産物の増産とそれが自家消費の奨励に努める必要がある。水産物は現在の経済状態ではこれに多くの期待をかけることは困難のようであるが、貯蔵、輸送等の改善を図り消費

は容易なものではないが、国の食糧計画と国民の消費改善の努力によつて達成できるものである。

従つて今後の食生活改善の方向としては栄養審議会の答申の線にそつて精白米の消費を現状より減らし、小麦を増加し粉食に重点をおいた食生活改善を推進すると同時に油脂、畜産食品、豆類、果実、緑黄色野菜等の消費増加をはかり、またビタミン、ミネラル等の微量栄養素の不足は食品の強化によつて解決しなければならない。

また現在生産されている各種食糧は、与えられている食糧資源の利用の可能性からみても、栄養的にみても必ずしも望ましいものばかりではないから、今後は食糧の生産も栄養の見地からの消費に立脚して計画さるべきであるし、また未利用の天然食品から良質の食品を作り出すような技術的研究が促進されてほしいものである。