

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。

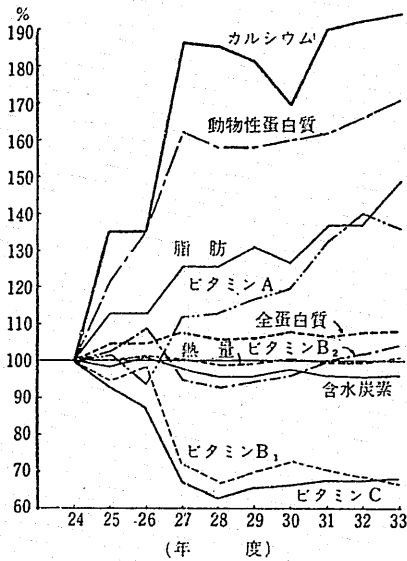
B. 各 説

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。