

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B<sub>1</sub>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。

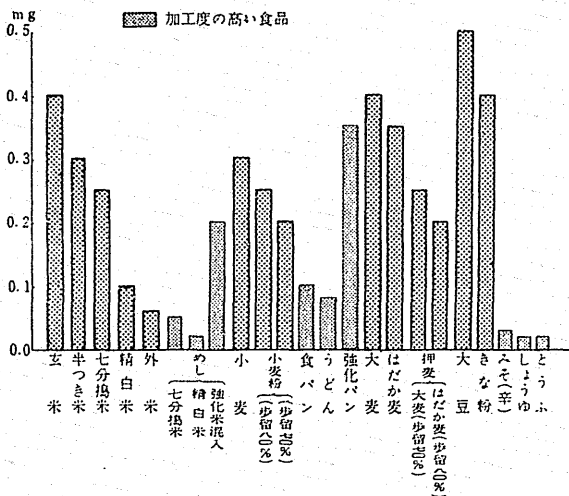
このように観察してみると戦後の食糧消費傾向の動きの中には戦争による痛手からの回復過程に加えるに、なんらかの本質的な基本条件の変動がみられるようである。

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B<sub>1</sub>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B<sub>1</sub>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B<sub>1</sub>1.05mgを強化したものである。

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B<sub>1</sub>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。

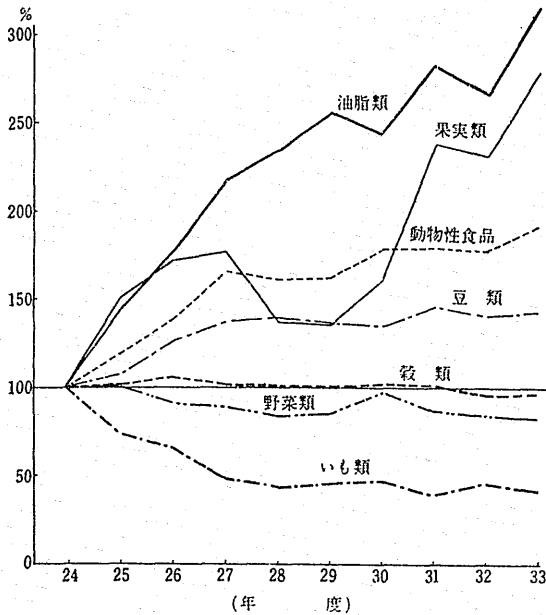
## 2) 全国1人1日当り食品摂取量

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

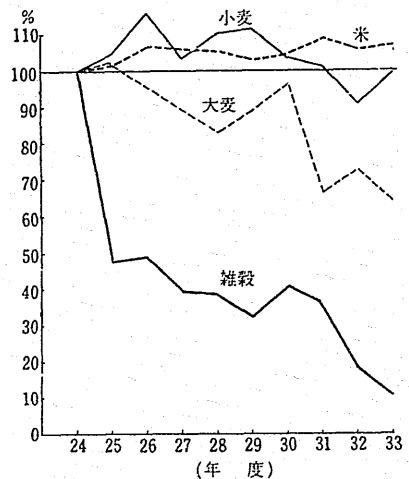
りもかなり相違し、大麦、雑穀等が大幅に減っているが米食はやや増加し、また32年には若干減少をみせた粉食が33年にはまた持ち直している。

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B<sub>1</sub>のみは減少している。

それでは何故米はこうもビタミンB<sub>1</sub>に欠けるかという点、米粒中のビタミンB<sub>1</sub>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B<sub>1</sub>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B<sub>1</sub>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B<sub>1</sub>がないことになる。このため白米を食べる限りB<sub>1</sub>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度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 ・加工品		19.8	21.2	21.2	0

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、生あげ等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

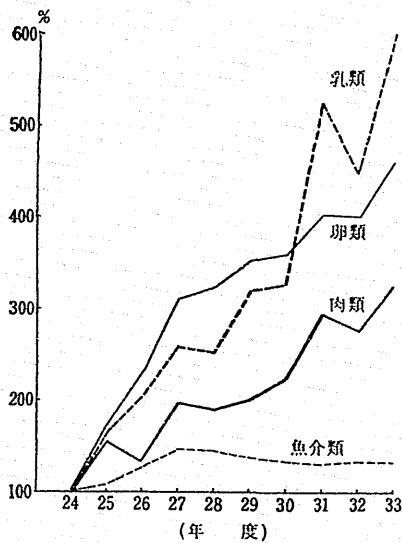
	24年	32年	33年	対前年比
	g	g	g	%
総 数	68.5	122.1	131.8	+7.9
魚 介 類	55.8	75.9	74.9	-1.3
獸 鳥 肉 類	5.4	15.0	17.6	+17.3
卵 類	3.2	12.8	14.8	+15.6
乳類 {	4.1	16.7	22.0	+31.3
		乳製品	1.7	2.6

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きき方であるが、

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、



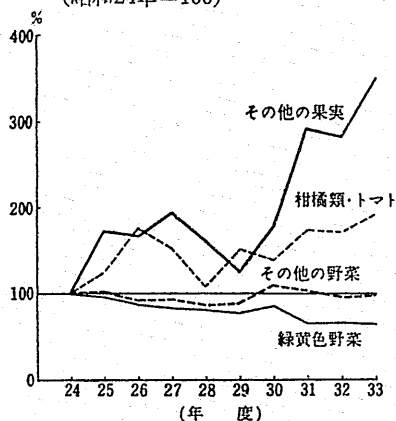
ピーマン、パセリーなど戦前に比べて著しく増加しているがまだ全体の数量からみれば微々たるものにすぎない。

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。

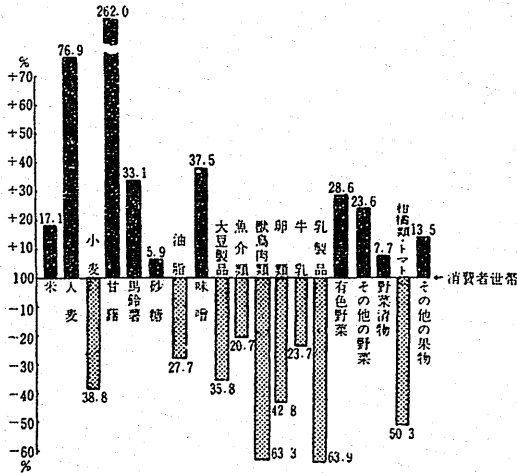
特に消費者世帯の中でも常用労働者世帯はその消費内容もバランスがとれているし、また加工食品や嗜好食品等も著しく増加しているなど食生活が、いわゆる文化的色調を濃くしたものになりつつある。しかし低所得層である日雇・家内労働者世帯では穀類、いも類のような熱源性の食品の比重が依然として大きく動物性食品、野菜、果実等の副食の構成は極めて粗悪でありカロリー中心の低位の食生活をしていることがわかる。

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