

結 果 の 概 要

I 概 説

最近数年間の国民の食生活の推移をみると戦前はもとより、終戦直後の飢餓と栄養不足に悩まされた戦後の復興段階に比較して全く予想もできなかった急激な変化がいろいろの面で認められる。すなわち食生活様式、食糧構成、嗜好等の点で大きな変化が見られる。

世間では一般にこのような変化を食生活の近代化、洋風化などと表現している。そこで戦後から現在に至るまでの国民の食生活の変遷の経過をたどり最近の国民の食生活の激しい変化の背景を究明してみよう。

終戦直後の極度の耐乏生活をよぎなくされた当時の国民生活の中にあつては、何をおいても空腹を充たすこと、腹一杯食べることに努力が集中され食事の内容や栄養的価値を考慮するだけの精神的、物質的余裕のないぎりぎりの食生活であつたが昭和24年頃になると国民経済の発展、食糧事情の回復や、栄養改善事業従事者のたゆまざる努力等が相まって食生活の内容も次第に豊かになり、国民の栄養状態も体位もともに急速に向上した。

しかるに昭和31年頃を境にしてわが国は国内における工業生産力の上昇、諸外国の景気上昇とそれに伴う貿易の拡大等により国民所得は増大し国民の消費生活は消費革命と呼ばれるくらいの激しい変化がみられ、その中であつて食生活も働くための食事から楽しむための食生活へと移行するようになった。

確かに食糧消費の動向をみると、ここ数年の国民の食生活は動物性食品、豆類、油脂類、各種加工食品、飲料が急激に増加し、また調理の面でも西欧的要素がとり入れられる等大きく変りつつあり食生活の近代化、高度化などと呼ばれる現象を呈している。しかし、これらの変化は他の消費生活に比べてまだ底が浅く国民の栄養状態の向上にそのままつながつていないことを見のがしてはならない。

すなわち、生活革命とか消費革命とかいわれているものは大半は衣料消費、耐久消費財の普及であつて、生活の最も基本的な食生活の面での支出の増加は僅かであり、その内容も直接栄養的価値の高い食品の増加とならずに奢侈的な嗜好食品飲料、各種加工食品に向けられている。

もちろん、これらの中には古い日本人の食生活を打破する発展の契機も確かに含まれているが、しかし国民栄養調査の成績を注意深く考察すると最近の食生活様式のみまぐるしい変化も食糧摂取のバランスの面で大きな問題があり、ここ数年の国民の栄養摂取量には余り変化はなく、依然として摂取カロリーの70%以上を米を中心とする穀類に依存する食事形態の域を脱し得ずその内容は欧米諸国に比べて著しく低水準にある。

また栄養欠陥に起因すると考えられる身体症候が国民4.7人1人の高率で認められることなども決して食生活の高度化などと手ばなしで楽観できないものがある。

こうした現状から、最近では将来の日本人の食生活に関連して米食、粉食の是非についていろいろと論議されているが、この問題はただ単に主食としての栄養学的観点のみで論ずるのでは意味が無い。

何故なら日本人の白米に対する嗜好、愛着習慣は民族的にも非常に長い年月を経て根強く滲透し今日に至っているということ、また経済的にも国民所得の水準が比較的 low、米食よりもコストの比較的高くつくパン食を行なうことは仲々困難であること、などから現在の米食中心の食生活からはそう簡単に抜けでることは困難であろう。

しかしながら国民栄養が現在当面している問題は米の過食とそれに伴う単純な食形態と食内容であり、従ってこれを改善するためには、まず国民の食生活に対する根本的な概念を変える必要がある。

ヨーロッパ、アメリカ型の食生活にも若干問題があるが現在の日本人の食生活に比較すると単に動物性食品を主体とするというよりも、より複合的な食事形態であることが観察される。このような複合的食事形態が日本国民にとっても誠に望ましいものがあるが、そのためには米、パンという主食に拘泥せず出来る限り多くの食品を摂取することが肝要であろう。即ち、このために、種々な問題が残るのである。

次に本年度における国民栄養調査の概略を紹介する。

昭和35年度は前年に引つづき穀類は全般に減少し特に昭和30年以来毎年増加してきた米の摂取量が若干ながら減少したことが目立っている。

一方動物性食品、特に魚介類、卵類、乳類の消費も前年より増大し米だけにたよらない食生活様式が漸次軌道に乗り始めたのではないかと思われる。

しかし、そのテンポは職業、所得、地域の差によって甚だしく異なっており、業態別にみると日雇・家内労働者世帯にあっては所得の増加がそのまま米食率の増大となって現われている。

しかし前年まで農村は都市世帯に比して、食糧構成、摂取栄養量が著しく劣り、栄養欠陥による身体症候も多発し年々その格差が大きくなっていく傾向にあったが、本年の調査結果では米の豊作にもかかわらず穀類の偏食が若干改善されてきた。

すなわち米の消費は前年度に比較して3.4%、大麦6.5%、と減少する反面動物性食品、特に魚介類は3.8%、卵類17.0%、乳及び乳製品27.2%、柑橘類、トマト15.0%といずれもその摂取量が増加している。

また栄養欠陥による身体症候をもつ者が前年度28.7%であったのが24.6%と減少を示すなど、相当改善を示したといえよう。

特に農村は自家生産物に依存する割合が高く前年は摂取カロリーの78.7%を自家生産物によったが本年は74.3%と自家生産物の依存度の低下が認められた。これは農村部においてもようやく所得の増加、生活水準の上昇と従来からの栄養指導の効果とが相伴って食生活改善に対する関心が次第に高まってきた結果と考えられる。

次に消費者世帯では、前年度に比べて魚介類4.5%、卵類8.1%、乳及び乳製品7.5%と増加が認められたが、その反面いも類は5.0%、油脂4.5%、獣鳥肉類4.6%、緑黄色野菜は11.3%減少するなど都市における食生活は最近やや伸び悩んでいる傾向にある。しかし身体症候は前年度有症率21.0%が18.6%に減少している。

国民の体位についてみると前年に比し身長、体重ともに青少年層にあっては殆んどすべての年齢層を通じて、増加の傾向が認められ、特に成長発育期と呼ばれる年齢層での増加が著しく青少年の体位はますます向上の傾向にある。

しかしながら国民の摂取栄養量の面では動物性蛋白質、脂肪の摂取増にも拘わらずビタミンA、B₂、C

等健康に密接な関係を有する重要な栄養素が更に低下していることは、今後の国民の食生活改善上極めて重要な問題である。

従って今後国民の食生活は現在の米食偏重の食事形態からより合理的な食生活へと移行を図る一方最近の好況からとり残されている低所得階層の人達に対しても一層の強力な栄養改善指導を行なう必要がある

II 各 説

1. 栄養摂取量

1) 全国1人1日当り栄養摂取量

戦後急速に発展向上を遂げた国民の栄養状態は昭和31年を境にして停滞気味の傾向にあったが、ここ、2～3年消費革命或いは生活革新といわれるほどの国民の激しい消費生活の変化を背景にして食生活の面でもかなりの変動を示している。しかし食生活様式はあくまでも食糧の消費形態、調理形式の変化であり、実際の栄養摂取量の面では余り大きな伸びはみられない。

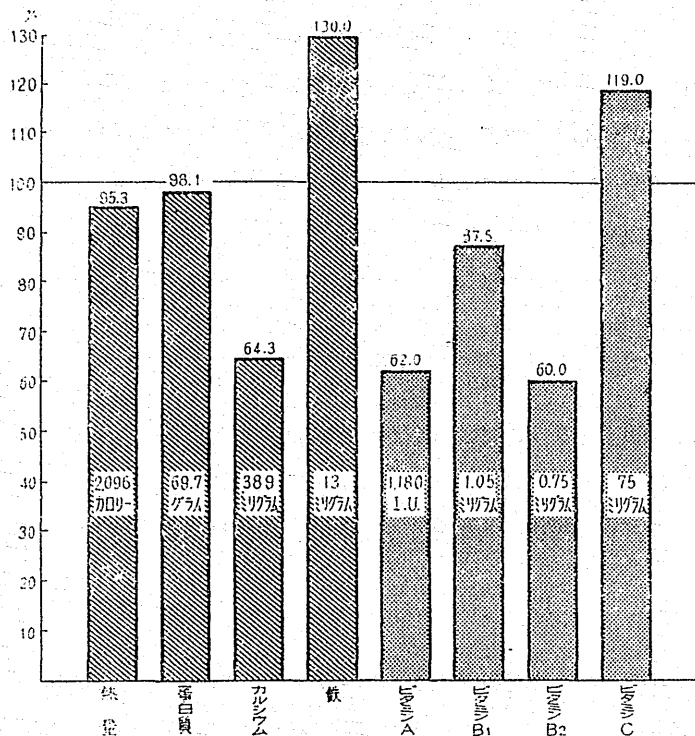
すなわち、昭和35年度の国民1人1日当りの栄養摂取量は動物性蛋白質24.7グラム、脂肪24.7グラムで前年に比べ、5.1%、3.8%と伸びを示したが、ビタミン類においては、A1,180国際単位 B₂0.72ミリグラム C75ミリグラムとなっており前年より3.7%、2.7%、3.8%といずれも減少し最近の食糧消費形態の変化は必ずしも栄養摂取量の向上とはいえないものがある。

なお、昭和35年度栄養摂取量を第1図の如く日本人1人1日当り栄養基準量と比較すると、熱量は2,096カロリーで基準量の95.3%、蛋白質は69.7グラムで基準量に比べて98.1%と僅かに下廻っている。

しかしカルシウムの摂取量は389ミリグラムで基準量の64.8%を充たすにすぎず、またビタミンAの摂取量も1,180国際単位で、基準量の62%と大きく下廻っている。この外ビタミンB₁は1.05ミリグラムで基準量の87.5%、ビタミンB₂は0.72ミリグラムで基準量の60%であり、しかもこれらは調理による損失を全然考慮に入れていないので実際の摂取量はもっと大きく基準量を下廻っているものと思われる。

ビタミンCの摂取量は75ミリグラムで基準量を上廻るが、ビタミンCは調理による損失が特に大きいのでこれも決して楽観は許されない。なお鉄の摂取量は13ミリグラムで基準量を30%も上廻っており、これだけは必要量を充分満している。

第 1 図



日本人の 1 人 1 日 当 り 栄 養 基 準 量
第 3 表

熱 量	2,200Cal
蛋 白 質	71 g
カルシウム(Ca)	0,6 g
鉄	10mg
ビ タ ミ ン A	1,900 I. U.
ビ タ ミ ン B ₁	1.2mg
ビ タ ミ ン B ₂	1.2mg
ナイアシン(ニコチン酸)	12mg
ビ タ ミ ン C	63mg
ビ タ ミ ン D	400 I. U.
食 塩(NaCl)	13 g

注) 昭和35年 7 月 栄 養 審 議 会 決 定

栄 養 摂 取 量 の 推 移

第 4 表

(1 人 1 日 当 り)

	21年	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
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	2,117	2,096
蛋 白 質 g	59	61	63	65	68	68	69.9	68.7	68.9	69.7	69.1	69.6	70.1	69.3	69.7
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	23.5	24.7
脂 肪	15	13	14	16	18	18	20.1	20.1	20.9	20.3	21.8	21.9	23.7	23.8	24.7
カルシウム mg	253	251	261	200	270	270	373	370	362	338	379	384	388	385	389
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	28,89 (1,536)	3,175 (1,686)	33,74 (1,783)	3,281 (1,750)	3,202 (1,225)	3,023 (1,180)
ビ タ ミ ン 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	1.05	1.05
ビ タ ミ ン 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	0.74	0.72
ビ タ ミ ン C mg	187	153	138	115	107	99	77	72	75	76	77	77	77	78	75

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。
 ビタミン類の摂取量は、調理による損耗を考慮してないので実際の摂取量はこれより下回る。またビタミンAの()内の数値はカロチンの力価をAそのものの1/3として計算した数値である。

(イ) 熱 量

熱量は 2,096 カロリーで前年度に比較すると僅かに減少しており、これは、農村生活者を中心とする生産者世帯の米の摂取量が減少したことに原因すると考えられる。

(ロ) 蛋 白 質

蛋白質摂取量は 69.7 グラムで前年の 69.3 グラムに比べ僅かに増加しているが、そのうち動物性蛋白質

は 24.7 グラムで前年の 23.5 グラムを 5.1 % 上廻っている。

(ハ) 脂 肪

脂肪の摂取量は 24.7 グラムで前年の 23.8 グラムに対し 3.8 % 増加となっているが、年次推移を見ると 22 年 13 グラム、24 年 16 グラム、26 年 18 グラム、27~30 年には 20 グラムに達し本年は 24.7 グラムになったもので年々緩慢ながら他の栄養素に比べ最も着実な伸びを示している。

(ニ) カルシウム カルシウムの摂取量は 389 ミリグラムで前年の 385 ミリグラムに比べ僅かの増加がみられる。年次推移をみると、24 年に 200 ミリグラムであったものが、27 年には 373 ミリグラムと大きく伸びたがその後は停滞気味である。

(ホ) 磷

磷の摂取量は 1,331 ミリグラムで前年度の 1,359 ミリグラムに比べ僅かながら減少している。

(ヘ) 鉄

鉄の摂取量は 13 ミリグラムで前年度の 14 ミリグラムに比べ若干減少しており、年次推移をみても 30 年頃から殆んど変化はみられない。

(ト) ビタミン

国民栄養調査における栄養量は原食品の数値をそのまま総計したものである。しかしビタミン類は他の栄養素と異なり調理の過程における損耗が大きいので、この点基準量などと比較する場合十分な注意が必要である。

ビタミン A

ビタミン A の摂取量は 1,180 国際単位で前年の 1,225 国際単位に比べ 4.9 % の減少となり基準量の 62.0 % を満たすにすぎずその不足は著しいものがある。

ビタミン B₁

ビタミン B₁ の摂取量は 1.05mg で前年と全く同じである。しかし年次推移をみると、他の栄養素と異なり年々減少傾向を示している。

ビタミン B₂

ビタミン B₂ の摂取量は 0.72 ミリグラムで前年の 0.74 ミリグラムに比べ僅かに減少しており調理による損失を全く考えない場合でも基準値の 60.0 % を満たすにすぎない。

年次推移をみると調査の始まった 21 年頃から殆ど変わらず 0.7 ミリグラム前後の数値を示している。

ビタミン C ビタミン C の摂取量は 75 ミリグラムで前年の 78 ミリグラムと比較して僅かに減少しており、基準量の 63 ミリグラムを上回っているがビタミン C の調理による損失は特に大きいので、これを考慮した場合はかなり不足状態にある。

2) 業態別 1 人 1 日 当り 栄養 摂取 量

業態別に栄養の摂取状況を比較してみると、従来、生産者世帯は自家生産物に依存する割合が高くその結果、澱粉性食品を主体とする単調な食糧構成でその栄養摂取量は消費者世帯に比べて著しく低水準にあったが、本年は自家生産物に対する依存度が前年の 74.8 % から 71.5 % に下がり食糧構成も改善の兆がみえる。しかし栄養摂取量は動物性蛋白質、脂肪が前年に比べ 5.1 %、9.3 % と増加し、そのほかカルシウムが若干増えているだけで他のビタミン類はすべて減少しており、全般的にみて栄養摂取量は消費者世帯よ

りまだまだ低い状態にある。消費者世帯はここ数年大きな変化はみられず、本年は動物性蛋白質、カルシウムが若干増加したが他の栄養素はすべて減少しており最近の食生活の変化は必ずしも栄養水準の向上とは云えないものがある。

消費者世帯のうち常用勤労者世帯、事業経営者世帯の食生活は他の業態に比べ栄養摂取量は一番すぐれているが、日雇・家内労働者世帯にあっては、含水炭素は生産者世帯に次いで多くその栄養水準は極めて低い状態にある。

イ) 生産者世帯

第5表

業態別栄養摂取量の比較

		消費者世帯 (a)	生産者世帯 (b)	(b)/(a)
熱量	カロリー	2,044	2,194	107.3
蛋白質	g	70.2	68.9	98.1
動物性蛋白質	g	27.1	20.5	75.6
脂肪	g	26.3	22.4	85.2
含水炭素	g	381.8	429.4	112.5
カルシウム	mg	391	385	98.5
ビタミンA	I.U.	2,984	3,143	105.3
” B ₁	mg	1.03	1.08	105.0
” B ₂	mg	0.73	0.71	97.3
” C	mg	71	81	114.1

熱量は2,194カロリーで前年より24カロリー減少しているが消費者世帯より150カロリー多い。

蛋白質は68.9グラムで前年と大差はないが、そのうち動物性蛋白質は20.5グラムで前年の19.5グラムに比べ、5%の伸びを示している。

脂肪の摂取量は22.4グラムで前年の20.5グラムより9.3%の増加となっているが目標量にはほど遠く今後一層の増加が望まれる。

なお、カルシウムとビタミンB₂は消費者世帯よりも3%程度下回っているが、ビタミンA、B₁は5%、ビタミンCは14%程度上回っている。

ロ) 消費者世帯

熱量は2,044カロリーで、前年と大差はないが、これは基準量に比してかなり低い数値である。

第6表

消費者世帯細分、栄養摂取量

(35年9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	2,067	2,042	2,074	2,019	-1.6	+0.4	+1.0	-0.6
蛋白質	総量 g	71.4	70.6	67.7	70.9	-1.1	-0.1	+0.3	+2.9
	動物性 g	27.5	28.1	23.1	27.6	0	+2.2	+6.5	+9.1
脂肪	g	25.4	27.9	20.7	24.4	-2.7	+1.1	0	+0.4
カルシウム	mg	395	405	368	400	0	+2.0	+1.9	+3.4
ビタミン	A I.U.	1,188 (3,001)	1,169 (2,867)	945 (2,455)	996 (2,463)	+2.0	-6.0	-18.7	-19.0
	B ₁ mg	1.00	1.03	1.03	1.05	-7.4	-1.0	-1.0	+4.0
	B ₂ mg	0.78	0.79	0.73	0.74	-1.3	-2.5	-2.7	-5.1
	C mg	68	68	61	69	-8.1	-10.5	-24.7	-10.4

蛋白質の摂取量は70.2グラムで前年に比べ殆んど変化なく、うち動物性蛋白質は27.1グラムで前年より僅かに伸びがみられるが、前年まで上昇をつづけてきた脂肪は26.3グラムで却って減少している。

カルシウムの摂取量は最近大きな増減は認められないが35年は391ミリグラムで僅かながら増えている。

またビタミン類についてはB₁が前年と変りないのを除くと、A、B₂、Cともに(－)8.9%(－)1.4%(－)5.3%と減少している。これらビタミンは調理による損失を考慮すると更にその不足は著しいものがあり今後の上昇が望まれる。

事業経営者世帯

この世帯における摂取熱量は2,067カロリーで前年の2,100カロリーに比べ相当に減少している。また動物性蛋白質、カルシウムは殆んど増減はないがビタミンB₁、B₂、Cは若干ながらも減少しており、前年度にかなりの向上を示したこの世帯における栄養水準も本年は逆に低下の現象を示している。

常用勤労者世帯

摂取熱量は2,042カロリーで前年より僅かに増加しているが脂肪、動物性蛋白質、カルシウムは全体的に若干上昇しビタミン、A、B₁、B₂、C等ビタミン類はすべて低下している。この業態は毎年全業態中最も栄養摂取量がすぐれていたが本年は伸び悩みを示している。

日雇・家内労働者世帯

摂取カロリーは2,074カロリーで消費者世帯のうち最も高いが、その他の栄養素の摂取状態をみると動物性蛋白質、脂肪、カルシウム等の摂取量は最も低い。これを前年に比較すると動物性蛋白質、カルシウムが若干伸びているだけで、ビタミン類はすべて減少しており、栄養水準は極めて低い。

その他の消費者世帯

この世帯の摂取熱量は2,019カロリーで全業態中最も低く、その栄養状態は、日雇・家内労働者世帯に次いで悪い。本年は動物性蛋白質、脂肪、カルシウムは殆んど変化がなく、ビタミン類はすべて減少を示している。

ハ) その他の世帯

その他の世帯は熱量、蛋白質の総量は前年と大差はないが動物性蛋白質、脂肪は(+)8.1%、(+)6.3%とそれぞれ増加している。

なお、この世帯の栄養状態は生産者世帯と比べると動物性蛋白質、カルシウムが若干多いだけで脂肪、その他ビタミン類は劣り、また消費者世帯と比べては熱量、カルシウム、鉄、ビタミンB₁、Cがややすぐれているが蛋白質、動物性蛋白質、脂肪、ビタミンA、B₂は劣っており、一般に栄養状態はかなり低い水準にある。

2. 食品群別摂取量

この2～3年、国民の生活は所得の増加、生活水準の上昇を反映して、洋風化、簡易化の方向にあるが、食生活にあっても食糧消費の傾向が変りつつあり、食糧事情の好転と共にその消費形態も穀類が全体的に減少し、肉、卵、乳、魚介類、洋菜類が増加するなど従来の穀類偏重から抜けだしつつある傾向がみられる。

また特に最近では生活様式を簡素化しようとする風習が強くなり家事労働の節約のため調理の簡単な加工

食品、そのまま食べられる即席食品、嗜好食品の増加が著しくなってきた。

しかしながら表面的に嗜好の充足という点で大きく変わりつつあるようでもその食糧消費水準はまだまだ低く、そのテンポも都市農村別、所得階層別、職業別、地域別等によってかなりの差異が認められる。次に昭和35年度成績について特色あるものをあげてみると穀類は全体に減少を示し、そのうち昭和30年からの豊作を背景にして、ここ数年上昇しつづけてきた米の摂取量が減少を示したことが目立っており、特に生産者世帯では前年に比べ3.3%の減少が認められた。

また魚介類、肉、卵類、乳類も前年に引つづき順調に伸びているが、本年は生産者世帯の向上が著しく前年に比べて魚介類3.8%、卵類17.0%、乳及び乳製品27.1%と増えたほか柑橘類、トマトも15.0%とその摂取量は増加している。

消費者世帯にあっては前年に比べ魚介類4.5%、卵類8.1%、乳および乳製品7.5%の増加が認められたが、その反面前年まで漸増の傾向にあった油脂類、獣鳥肉類が4.5%、4.6%と減少し、その動きは伸び悩み状態にあるといえよう。

しかし、都市農村を問わず全国的に緑黄色野菜は年々激減しており、本年も9.5%と減少していることは誠に憂慮すべきことである。

緑黄色野菜としては、ピーマン、にんじん、ほうれん草、かぼちゃ、しゅんぎく、緑色部の多いねぎ、大根葉、うぐいす葉、小松菜などがあげられるが、これらはセロリー、アスパラガス、レタス等の洋菜類に比べて、目新らしさが少なく煮たり、茹でたりして調理に手間のかかることなどから最近の食生活の洋風化、簡便化を反映して敬遠されているものと思われる。

しかし、わが国の如く動物性食品の資源に恵まれず、ビタミン類の多くを緑黄色野菜に依存する現状にあっては、何としても緑黄色野菜の十分な摂取が望まれるのである。

1) 全国1人1日当り食品摂取量

これまでは食糧の消費内容の変化について述べてきたが、更に34年に栄養審議会が策定した昭和37年の目標値と比較してみると第7表のとおりである。

すなわち穀類中米の摂取量は358.4グラムで前年より若干減少が認められるものの昭和37年の目標値を8.6%も上回るなど過剰摂取となっている。

しかし、大麦は28.2グラム、小麦65.1グラムで昭和37年の目標値を29.5%、18.6%と各々下回っている。

いも類はその他のいも類20.1グラムで、目標値をようやく充たしているものの甘藷、馬鈴薯は43.0%、31.7%の不足となっている。油脂類の摂取量は6.1グラムで目標値を49.2%も下回っている。豆類は71.2グラムで7.5%の不足、また最近摂取量の増加してきた動物性食品も147.4グラムの摂取量で、目標値を20.8%下回っている。

次にここ数年減少の著しい緑黄色野菜は39.0グラムで目標値を51.2%も下回っている。

その他の野菜は11.7%、柑橘類、トマトは15.0%、その他の果実22.7%の不足となっている。

このように昭和37年を目標とした食糧構成と現実の摂取量とを比較すると若干の食品を除き何れも目標を下回っている。特に栄養的に重要な食品である乳類、緑黄色野菜が不足していることは今後ともこの方面に栄養改善の重点を向けなければならないことを示している。

(イ) 穀 類

食品群別			栄養審議会が策定した昭和37年の目標(a)	昭和35年の国民栄養調査成績(b)	(b)/(a)
		米	330 g	358.4 g	108.6
穀類	大	麦	40	28.2	70.5
		麦	80	65.1	81.4
		雑穀	2	1.0	50.0
堅果類		0.7	0.5	71.4	
いも類	甘馬鈴	薯	30	17.1	57.0
		薯	40	27.3	68.3
		その他のいも類	20	20.1	100.5
砂糖類	砂糖	砂糖	15	12.3	—
		加工品に含まれる砂糖	15		—
油脂類	油	脂	6	6.1	—
		加工品に含まれる油脂	6		—
豆類	大	豆	2	1.5	75.0
		味噌	28	26.0	92.9
		大豆製品	40	37.3	93.3
		その他の豆類	7	6.4	91.4
動物性食品	魚介類	魚介類	80	76.9	96.1
		獣鳥肉類	20	18.7	93.5
		卵類	16	18.9	81.9
		乳	70	32.9	47.0
野菜及び果実	緑黄色野菜	緑黄色野菜	80	39.0	48.8
		その他の野菜	140	123.6	88.3
		柑橘類およびトマト	30	25.5	85.0
		その他の果実	70	54.1	77.3
海藻類		(乾物として)	3	4.7	43.3
醤油			30	28.1	93.7
	計		1,200	1,029.7	85.4

戦後15年、食生活の内容もいろいろと複雑な動きを示しながら食糧構成の多様化が進んできたが米食偏重の厚い壁は依然として崩れないものの、穀類の総量としては全体に減少の傾向にある。このことは将来のわが国の食生活が澱粉性食品を中心とする単調な食事形態から漸次脱皮することを意味するものであろう。

なおこのような穀類の消費内容の変化を促進したものは何としても史上最高とされる昭和30年からの米の大豊作があげられる。

例えば昭和25年には63.9グラム摂取されていた大麦は昭和30年の米の豊作により米の消費が急激に増加

したため、大麦は41.5グラムと大きく減少し、その後も年々減少の傾向をたどり本年は28.2グラムと激減している。一方31年から上昇しつづけてきた米の摂取量は前年は364.4グラムと戦後最高を記録したが、本年は358.4グラムで若干の減少を示している。

米

わが国の農業生産は米作中心に発展し、しかも国民の食習慣は米に対する執着が強く、そのため最近の如く米の供給量が多くなり所得が上昇するにつれ食生活の向上は米食率の増大という形で現われる特殊な

第8表 穀類の摂取比率(年次推移) 単位=%

年 度	24年	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
総 数	100.0	100.0	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	78.8	79.2
大 麦	13.3	13.4	12.0	11.7	10.8	11.7	12.5	8.7	9.9	8.6	7.2	6.2
小 麦	13.9	14.4	15.4	14.1	15.1	15.4	14.2	13.9	13.0	14.2	13.8	14.4
雑 穀	2.4	1.2	1.1	0.9	0.9	0.8	1.0	0.8	0.5	0.3	0.2	0.2

発展過程をとげてきた。

従って全体に減少の傾向にある穀類の消費構成の中であって、今まで供給量の不足から抑制されていた内地米に対する需要が高まり米食率は昭和31年より急速に高まり35年には戦後最高の79.2%を記録するに至った。しかし摂取量としては本年は358.4グラムで若干減少を示した。

大 麦

戦時中から戦後にかけての食糧難を緩和するに大いに役立った大麦は生活水準の上昇と食生活様式の変化によって漸減の傾向にある。

すなわち昭和30年までは減少したとはいっても、なお55~60グラム摂取されたのが昭和31年には41.5グラムと大きく減少を示し、更に本年は28.2グラムで前年の33.3グラムに比べ15.3%も減少した。このような傾向は将来ますます強くなり食糧としての大麦の消費は減少する一方と考えられ今後はむしろ飼料としての用途に向けられるものと思われる。

小 麦

小麦の摂取量は65.1グラムで前年の63.7グラムに比べて僅かに増加しているがその内訳は生めん、ゆでめんの伸びでパンはこのところ伸び悩みの傾向にある。

また穀類中に占める小麦の割合は昭和35年には前年より若干増加し14.4%となっている。

雑 穀

穀類としての雑穀は嗜好の変化、米の豊作等の影響により年々減少の傾向にあり今後食品として伸びる見込みは殆んどなく飼料として用いられることになろう。本年の摂取量は1.0グラムである。

(口) い も 類

いも類の摂取量は64.4グラムで前年の66.7グラムに比べ3.4%の減少となっている。特に最近では嗜好の変化に伴って漸減の傾向をたどっている。

しかし僅かに馬鈴薯が副食としてもかなり利用されるようになってきた為か、前年より若干増加してい

る。

甘 藷

昭和24年には代替食糧として108.3グラム消費された甘藷も食糧事情が緩和するに従って漸減し前年は18.5グラム、本年は17.1グラムとその減少は著しい。

馬 鈴 薯

馬鈴薯の摂取量は27.3グラムで前年に比べ3.3%と僅かに増加している。

(ハ) 砂 糖 類

最近の砂糖の摂取量は33年12.3グラム、34年に12.5グラムと若干増加の傾向にあったが本年の摂取量は12.3グラムでやや停滞している。

(ニ) 油 脂 類

ここ数年油脂の摂取量は順調に増加しており、昭和35年の摂取量は6.1グラムで前年の5.8グラムに比べて5.2%の増加となっている。

しかし今後国民が澱粉性食品を主体とする、単調な食生活から脱脚するためには、熱効率の極めて高い油脂類の大幅な増加が必要であり、一層の摂取増が望まれる。

(ホ) 豆 類

豆類の摂取量は昭和24年には49.8グラムであったものが逐年増加して30年には72.7グラムと上昇したが、ここ数年の摂取量は停滞気味である。

品目別にみると大豆、味噌は減少し大豆製品は増加している、本年の摂取量は71.2グラムである。

(ヘ) 動物性食品

最近の食生活は全体的に穀類が減少し、動物性食品が増加する方向に変わりつつあるが、その量は魚介類を除くと獣鳥肉類19グラム、卵類18.9グラム、乳および乳製品32.9グラムであり、欧米諸国のそれと比較するとまだ相当な隔りがある。

昭和35年の動物性食品の摂取量は147.4グラムで前年の136.1グラムに比べて8.3%の増加を示している。このうち特に大きく伸びたのは魚介類5.9%、卵類4.5%、乳および乳製品が22.3%となっている。

第9表

動物性蛋白質の摂取構成

単位=%

年 度	総 量	魚 介 類	獣 鳥 肉 類	卵 類	乳および乳製品
28 年	100.0	82.4	9.9	5.9	1.8
30 年	100.0	79.7	11.3	6.8	2.2
32 年	100.0	75.9	13.4	7.3	3.4
34 年	100.0	69.7	16.2	9.0	5.1
35 年	100.0	68.7	15.7	10.0	5.6

このように動物性食品の中でも、畜産食品の如く年々増加傾向にあるものと、魚介類の如く停滞の傾向にあるものとに別けられるが、これは動物性蛋白質の全量を100とした摂取構成表(第9表)をみるとはっきりと表われている。すなわち28年には魚介類は動物性蛋白質の82.4%を占めていたが35年には68.7%に減少し、替って、獣鳥肉類、卵類、乳および乳製品の増加が目立っている。

魚 介 類

わが国は水産資源に恵まれている関係で動物性蛋白質は主として水産物、特に魚介類に依存してきたのであるが、最近では国際的に漁獲制限が年々きびしくなり漁船の活動範囲は縮められてきている。しかし漁船装備の近代化、技術の進歩によって漁獲量は戦前よりも増加しており、その摂取量は動物性食品中50%以上を占めている。

ただ最近では食生活の簡素化の影響で畜産食品の伸びが大きく魚介類は調理に手間のかかること、あまり貯蔵できないこと、更には、国民の嗜好の変化等によって特に生鮮形態での消費は減少する傾向にある。しかし、その反面各種練製品、加工品の消費は増加している。

例えば本年における魚介類の摂取量は76.9グラムで前年に比べ5.9%の増加を示したが、これは魚肉ソーセージ、かまぼこ、はんぺん等の練製品と缶詰、佃煮等の加工品が前年に比べ各々19%、12%と大幅に増加したため、この傾向は今後更に強くなるものと思われる。

獣 鳥 肉 類

戦後動物性食品の中で畜産食品はその消費量が急激に増加したものの一つであるが、本年の摂取量は18.7グラムで前年の18.5グラムに比べて殆んど伸びはみられない、これは34年後半から35年にかけて価格が急騰したためと思はれる。

獣鳥肉類の内訳は牛肉4.9グラム、豚肉3.8グラム、その他の肉類加工品が10.0グラムとなっている。

卵 類

昭和35年の卵類の摂取量は18.9グラムで前年の16.5グラムに比べ14.6%の伸びを示している、畜産食品の中では乳類に次いで順調に上昇している。

乳 類

ここ数年最も顕著に伸びている食品で昭和24年には4.1グラムで動物性食品中6.0%を占めるにすぎなかったものが、本年度においては32.9グラムとなり前年に比較して15.4%の上昇を示している。

乳類のうちその大半は生乳として消費しており、昭和35年には動物性食品中に占める乳類の割合は22.3%となっている。

(ト) 野 菜 類

最近の食品の消費形態は穀類の減少、動物性食品の増加という形で変化しているがビタミンの給源として重要な野菜類の摂取はあまり増加せず、中でも栄養価の高い緑黄色野菜は年々減少の傾向にあることは好ましくない。

すなわち緑黄色野菜の昭和35年における摂取量は39.0グラムで前年の43.1グラムに比べて(一)9.5%と大きく減少している。

このことは嗜好の変化もあって、同じ野菜でも栄養価の低い白色の洋菜類を摂取するようになったことが原因になっていると考えられる。

次に野菜類消費の内訳をみると、緑黄色野菜39.0グラム中、にんじん7.9グラム、ほうれん草10.3グラム、かぼちゃ7.0グラムその他13.8グラムとなっており、各食品とも前年に比べ減少している。

その他の野菜類では大根が23.5グラムで最も多く、ついで、はくさいが15.1グラム、きゃべつ13.5グラムその他71.7グラムとなっている。

(子) 果 実 類

果実類は食生活様式が洋風化するに従って今後もっとも伸びるものと考えられるが、本年度における摂取量は柑橘類・トマト25.5グラム、その他の果実54.1グラムで柑橘類・トマトは前年に比べ(+)8.1%と大きく伸びているが、その他の果実は停滞気味となっている。

2) 業態別1人1日当り食品摂取量

食品摂取量を業態別にみるとまず生産者世帯にあっては自家生産物に依存する割合が高く、食品の種類、質的内容が、消費者世帯に比べて著しく低水準にある。しかしながら本年は米を含む穀類が若干減少し動物性食品、油脂類も大きく増加して、ようやく向上の兆をみせてきた。これに対し消費者世帯は魚介類、卵、乳類は増加しているが、前年まで上昇をつづけてきた肉類、油脂類が減少し、また緑黄色野菜は前年に引続き大幅に減少する等一般に伸び悩みの傾向にある。

消費者世帯の中で食糧構成が最もすぐれているのは常用勤労者世帯で事業経営者世帯がこれに次いでおり、生産者世帯を大きく引離している。

しかし、消費者世帯の中でも低所得階層と考えられる日雇・家内労働者世帯は全業態中米の摂取量が最高で他の動物食品、野菜、果実類は少なく食糧構成は非常に低い水準にある。

イ) 生産者世帯

生産者世帯の食糧構成は前年に比べ僅かながらも改善されつつあり前年は摂取カロリーの78.7%、蛋白質

第10表 業態別食品摂取状況の比較
1人1日当り g

食品群別	消費者世帯 (a)	生産者世帯 (b)	(b)/(a) %
米	346.6	382.8	110.4
大 麦	17.3	44.3	256.1
小 麦	73.9	52.1	70.5
甘 藷	10.7	25.7	240.2
馬 鈴 薯	22.5	35.8	159.2
砂 糖	12.1	12.7	105.0
油 脂	6.4	5.6	87.5
味 噌	23.2	30.7	132.3
大 豆 製 品	42.9	28.0	65.6
魚 介 類	81.6	67.8	83.1
肉 類	24.8	9.0	36.3
卵 類	22.6	13.1	58.0
乳 類	37.3	27.1	72.7
緑 黄 野 菜	33.9	48.0	141.6
そ の 他 野 菜	111.8	141.9	126.9
柑 橘 類	30.6	17.6	57.5
そ の 他 の 果 実	56.7	51.6	91.0

質の62.6%が自家生産物に依存する状態であったが、本年は74.3%、59.2%と下がり、全般に食糧構成は向上している。

すなわち生産者世帯の米の摂取量は382.8グラムで消費者世帯より36.2グラム多いが前年に比べて(-)3.4%減少している。大麦は(-)6.5%減小を示したが小麦、雑穀は僅かに増加がみられる。なお小麦の増加はめん類の増加によるもので小麦粉、パンの消費はむしろ減っている。

いも類は他の業態が前年に引きつづいて減少している中において生産者世帯のみは(+)3.5%の増加となっている。これは馬鈴薯の摂取量が35.8グラムで対前年に比べ(+)24.3%と大幅に伸びたことによるものである。

油脂類は前年まで消費者世帯に比べて著しく摂取量が少なかったが本年は(+)21.7%増加し、5.6グラムとなった。豆類は68.3グラムで僅かに増加しているが、味噌は漸減の傾向にあり、大豆製品、その他の豆類は増えている。

動物性食品は116.9グラムで前年に比べて(+)9.6%の摂取増を示したが食品別には卵類、乳類がそれぞれ(+)17.0%、(+)27.2%と増大したことが目立っている。

柑橘類、トマトは17.6グラムで前年に比べ(+)15.0%増加しているが、増加したといってもまだ全業態中最も少い。

以上生産者世帯の食糧消費形態は相当に上向いてきたようであるが、ビタミンの重要な給源である緑黄色野菜、その他の野菜類、その他の果実類がともに漸減の傾向にあることは好ましくない現象であるといえよう。

消費者世帯

消費者世帯は他の世帯群に比べるとその食糧構成はかなり上位の水準にあるがこの1~2年は伸び悩みの傾向にある。すなわち、動物性食品のうち、魚介類、卵類、乳類は前年に比べそれぞれ(+)4.5%、(+)8.1%、(+)7.5%と増加しているが、油脂、肉類は(-)4.5%、(-)4.6%と減少している。

米の摂取量は346.6グラムで前年に比べ僅かに増加しており、その他大麦、小麦等の穀類はすべて減少している、小麦のうち食品別にはパンは減少しめん類が僅かに増加しているが米の摂取量が増加すると直ちにパン食、粉食などに反映してくることを示している。

いも類は前年に比べ(-)5.0%減少し食品別にみても甘藷、馬鈴薯、その他のいも類はすべて減少し、他の世帯群に比べてもいも類の摂取は最も低い。

動物性食品は何れも他業態を上回っており本年の摂取量は166.2グラムでその内訳は魚介類81.6グラム、獣鳥肉類24.8グラム、卵類22.6グラム、乳および乳製品37.3グラムとなっている。

また野菜、果実類の摂取量をみると緑黄色野菜、その他の野菜はともに他の業態を下まわっているが柑橘類・トマトの消費は他の業態を大幅に上回っている、昭和35年の緑黄色野菜の摂取量は33.9グラムで前年に比べ11.3%の減少であり、その他の野菜は111.8グラムで若干増えているが、柑橘類・トマトは30.6グラムで前年の摂取量と同じである。

一般にこの世帯における食品摂取量の伸びは他業態に比べて小さく停滞気味の状態にある。

次に各世帯群別に消費内容を検討してみよう。

事業経営者世帯

この世帯群の食品摂取量は一般に向上している。まず米の摂取量は355.6グラムで前年の362.5グラムに比べて(-)1.9%と若干減少し、動物性食品は166.4グラムで前年の159.1グラムに比し(+)4.6%の増加でそのうち魚介類が(+)5.5%増加したのが目立っている。その他卵類乳類もそろって上昇の傾向にある。緑黄色野菜は34.2グラムで消費者世帯中最も多いが前年に比べると(-)22.3%と大きく減少し、その他の野菜類も119.5グラムで(-)5.8%の減少を示している。

しかし全体的にみると次に述べる常用勤労者世帯に比較して僅かに見劣りするが、日雇・家内労働者世帯、その他の消費者世帯に比べると上回った水準にある。

常用勤労者世帯

全業態中穀類の消費は最も少なく本年の摂取量は428.1グラムで、ここ数年漸減の傾向にある。いも類は45.3グラムで事業経営者世帯よりも僅かに多い。昭和35年度成績では米の摂取量が若干増加し、果実野菜類の消費が低下しているが、特に緑黄色野菜の減少が目立っている。動物性食品と果実類は業態中最も

多く食糧の質的構成は最も上位にある。

日雇・家内労働者世帯

穀類の消費が業態中最も多く特に米の摂取量は385.4グラムで生産者世帯のそれを上回っている、いも類は前年まで穀類と同じく消費量は多かったが、本年は米の摂取量が上昇したためか、大幅に減少して消費者世帯中最も低い44.3グラムとなっている。

魚介類は、ここ数年、摂取量が多くなっているが、他の動物性食品、油脂、果実類の消費は非常に少なく、食糧の消費水準は低位にある。

動物性食品は漸増の傾向にあるが、その殆んどは魚介類であり、果実類、緑黄色野菜は減少している。この日雇・家内労働者世帯と栄養状態の最もすぐれている常用勤労者世帯との食品摂取量を比較してみると、第11表のとおり大麦、甘藷等の消費が多く、砂糖、油脂、畜産食品、果実類等いわゆる高級食品と称せられるものは、約半分の量しか摂取していない。

その他の消費者世帯

この世帯の食糧構成は、日雇、家内労働者世帯をかなり上回っているが、他の消費者世帯に比べると劣っている。

昭和35年度食品摂取量は穀類、油脂、魚介類を除く他の動物性食品、野菜、果実類等はすべて減少し全般に伸び悩みの状態にある。

第11表 常用勤労者世帯と日雇・家内労働者世帯の食品摂取量の比較
1人1日当り g

	常用勤労者世帯(a)	日雇・家内労働者世帯(b)	(b)/(a)
米	337.3	385.4	114.2
大 麦	16.0	36.9	230.6
小 麦	74.6	55.3	74.1
甘 藷	5.7	9.9	173.7
馬 鈴 薯	26.1	21.2	81.2
砂 糖	13.4	7.9	59.0
油 脂	7.7	4.2	54.5
大 豆 製 品	37.1	36.6	98.7
魚 介 類	79.4	82.2	103.5
肉 類	26.0	13.5	51.9
卵 類	27.3	14.4	52.7
乳 類	38.3	17.7	46.2
緑 黄 野 菜	33.5	31.2	93.1
そ の 他 野 菜	117.8	119.0	101.0
柑 橘 類	23.0	9.0	39.1
そ の 他 の 果 実	28.7	11.8	41.1

その他の世帯

この世帯は生産者世帯、消費者世帯のいずれにも分類されない世帯をとりまとめたもので、職業形態もいろいろで比較的固定しない対象が多いため年次別にみると非常に変動が激しい。

穀類の消費は消費者世帯と大差はないがその内容は大麦が多く、小麦が少ない特異な消費形態を示している。昭和35年度成績では動物性食品、油脂類、豆類の伸びは消費者世帯を上回っている。しかし食糧構成は依然として消費者世帯に比べて極めて低い状態におかれている。

3. 食品群別栄養構成

(熱量および各栄養素の摂取比率)

これまでは各栄養素の摂取量、或は食品摂取量について、いろいろの観点から記述してきたが、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よう。

1) 熱 量

昭和35年度における熱量摂取構成をみると依

第12表

熱量の摂取構成

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	砂 糖 類	そ の 他
昭和28年	100.0	75.5	3.6	1.8	5.8	7.3	3.6	2.7	0.1
昭和30年	100.0	75.0	3.8	1.8	5.3	7.5	3.7	8.8	0.1
昭和32年	100.0	72.2	3.5	2.0	5.4	8.1	3.2	1.9	2.9
昭和34年	100.0	71.5	2.8	2.3	5.2	8.7	4.4	2.3	3.0
昭和35年	100.0	70.6	2.7	2.4	5.3	9.4	4.1	2.3	3.2

然として総カロリーの90.6%を植物性食品から摂取しておりそのうち米だけで57.8%を占めている。最近穀類が減少の傾向にあるとはいえ、相変わらず日本人の摂取食品が米を主体とする澱粉性食品に大きく偏っていることが判る。

しかし年次推移をみると昭和28年には穀類からのカロリー摂取率は75.5%、32年72.2%で35年には70.6%と漸減の傾向にある。

これに対し油脂類からの熱量摂取比率は昭和28年1.8%、32年2.0%、35年は2.4%と若干ながら増えまた、動物性食品も28年の7.3%、32年8.1%、35年9.4%と漸次上昇の傾向にある。

このほか野菜、果実類の比率も僅かながら増加しており最近では全般的に食糧構成の向上が目立って来ている。

しかし、全熱量中の70.6%を穀類に依存するような食糧構成は決して満足できるものではなく、今後の改善が望まれる。

次にこの様な食品別ではなく、栄養素別構成をみると含水炭素から76.1%、蛋白質から13.3%、脂肪から10.6%摂取されており、含水炭素系のカロリーが非常に多いことがわかる。しかし、年次別にみると僅

第13表

熱量の栄養素別構成

%

	27 年	29 年	31 年	33 年	35 年
総 カ ロ リ ー	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
糖 質 カ ロ リ ー	78.2	77.8	77.4	76.7	76.1
蛋 白 質 カ ロ リ ー	13.2	13.4	13.2	13.2	13.3
脂 肪 カ ロ リ ー	8.6	9.2	9.4	10.1	10.6

かながら糖質カロリーの減少、脂肪カロリーの増加がみられる。

蛋白質

蛋白質は植物性食品からの供給比率が最も多く64.6%を占め、そのうち穀類が43.5%となっている。また穀類のうち米に依存する割合は全蛋白質中31.9%になり、豆類が11.8%でこれに次いでいる。

そのほか動物性食品は35.4%でその中特に魚介類だけで全蛋白質の24.5%を占めているが、これは最近の食生活の動向として卵類、乳類の増加が著しいというものの動物性食品の中で魚介類の占める割合が依然として著しく高いことを示している。

第14表

蛋白質の摂取構成

単位=%

	総数	穀類	いも類	豆類	動物性食品	野菜・果実	その他
昭和28年	100.0	47.8	2.0	12.2	32.1	5.4	0.4
昭和30年	100.0	47.8	2.0	11.9	31.7	6.2	0.4
昭和32年	100.0	44.8	2.0	12.2	33.2	6.2	1.7
昭和34年	100.0	44.9	1.7	11.8	33.9	6.4	1.3
昭和35年	100.0	43.5	1.5	11.8	35.4	6.0	1.8

年次推移をみると穀類からの摂取率は昭和28年47.8%、32年44.8%、35年43.5%と減少しているのに対し、動物性食品からの摂取率は28年32.1%、32年33.2%、35年35.4%と上昇の傾向を示している。

なお野菜、果実類は28年5.4%、32年6.2%、35年6.0%で殆んど変化がみられない。

脂 肪

脂肪の摂取構成は動物性食品からの摂取率が34.8%で最も多く、年次推移をみても昭和28年30.0%、32年32.0%、34年33.6%で34.8%という比率は昨年に比してもかなり伸びていることを示している。

第15表

脂肪の摂取構成

単位=%

	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28年	100.0	24.5	0.5	20.5	20.5	30.0	2.5	1.0
昭和30年	100.0	23.8	0.5	20.4	18.4	32.0	2.9	1.0
昭和32年	100.0	20.1	1.4	20.5	19.2	32.0	3.7	4.1
昭和34年	100.0	17.6	1.3	23.1	17.2	33.6	2.8	4.4
昭和35年	100.0	16.6	1.2	23.1	17.0	34.8	2.8	4.5

穀類からのものは昭和28年24.5%、32年20.1%、35年16.6%と低下しており次いで油脂類からの摂取率は28年20.5%、32年も同じく20.5%、35年23.1%と目立つほどの伸びはみられない。

豆類からの摂取割合は28年20.5%、32年19.2%、35年17.0%と減少の傾向にある。

カルシウム

カルシウムの摂取構成は穀類から10.5%、いも類2.1%、豆類25.4%、動物性食品31.1%、野菜・果実19.8%、海藻類7.4%、その他食品から3.7%となっている。

第16表

カルシウムの摂取構成

単位=%

年 度	総数	穀類	いも類	豆類	動物性食品	野菜果実	海藻類	その他
昭和32年	100.0	11.2	2.9	24.7	27.8	20.8	8.0	3.9
昭和34年	100.0	10.9	2.3	24.7	29.9	20.1	7.3	4.8
昭和35年	100.0	10.5	2.1	25.4	31.1	19.8	7.4	3.7

前年に比べても穀類、いも類、野菜、果実類からの摂取割合は低くなり、動物性食品、豆類の割合が高くなっている。しかし、全体的にここ数年大きい変化はみられない。

ビタミンA

ビタミンAは動物性食品及びバター、マーガリン等油脂類に含まれるビタミンAそのものと、植物性食品に含まれるカロチンとに大別されるが、35年度成績では動物性食品からの摂取割合は20.4%で昭和28年の摂取率12.9%、34年17.9%、に比べて若干増えているが、油脂類からの1.5%を加えてもビタミンAそのものとしての摂取割合は21.9%にすぎない、これに対し植物性食品からの摂取率は78.1%でこの大部

第17表

ビタミンAの摂取構成

年 度	摂 取 量 (I. U.)			供 給 構 成 (%)			
	ビタミンAと食 品から摂取し たもの	ビタミンA と油脂類から 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 28 年	129	10	2,581 (860)	100.0	12.9	1.0	86.1
昭 和 30 年	166	15	2,708 (903)	100.0	15.3	1.4	83.3
昭 和 32 年	180	12	3,182 (1,061)	100.0	14.4	1.0	84.6
昭 和 34 年	219	18	2,965 (988)	100.0	17.9	1.5	80.7
昭 和 35 年	241	18	2,764 (921)	100.0	20.4	1.5	78.1

分は緑黄色野菜によるものである。

年次推移をみると植物性食品からの摂取率は32年84.6%、34年80.7%で漸減の傾向にある。

ビタミンB₁

ビタミンB₁の主な摂取給源は米を主体とする穀類であり全体の53.6%を占めている。次いで野菜、果実類19.3%、動物性食品15.4%となっている。

第18表

ビタミンB₁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 28 年	100.0	62.6	7.1	6.5	10.2	11.1	2.5
昭 和 30 年	100.0	60.3	7.7	4.3	10.3	13.7	4.3
昭 和 32 年	100.0	55.0	7.3	4.6	13.8	18.4	0.9
昭 和 34 年	100.0	53.3	6.7	4.8	15.2	19.1	0.9
昭 和 35 年	100.0	53.6	5.7	4.8	15.4	19.3	1.2

年次変化をみると穀類からの摂取率は28年62.6%、32年55.0%、34年53.3%、35年53.6%で28年頃から見ると穀類からの摂取比率が低下している。

最近では動物性食品、野菜、果実類からの摂取率が高まっているが、反面各食品の精白度、加工度が高くなっているため、これらの過程におけるビタミンB₁の損耗、を考えると穀類以外の食品からの摂取率は非常に低い。

ビタミンB₂

第19表

ビタミンB₂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 28 年	100.0	32.3	4.5	12.3	26.2	23.0	1.7
昭 和 30 年	100.0	32.8	4.5	9.0	25.4	23.9	4.4
昭 和 32 年	100.0	28.8	4.1	8.2	27.3	28.8	2.8
昭 和 34 年	100.0	31.1	4.1	6.8	29.7	28.4	1.4
昭 和 35 年	100.0	29.1	2.7	6.9	31.9	29.0	0.4

前年までビタミンB₂の給源として最も大きい割合を占めていたのは穀類であったが、35年度成績では穀類からの摂取率は29.1%に低下する一方動物性食品31.9%、野菜・果実類29.0%と向上し、動物性食品からの摂取比率が最も大となった。

ビタミンC

第20表

ビタミンCの摂取構成

単位=%

年 度	総 数	いも類	野 菜	果 実	そ の 他
昭 和 28 年	100.0	19.7	70.4	8.4	1.5
昭 和 30 年	100.0	21.0	64.5	11.8	2.7
昭 和 32 年	100.0	17.1	67.1	14.5	1.3
昭 和 34 年	100.0	12.8	66.7	18.0	2.5
昭 和 35 年	100.0	13.3	65.3	18.7	2.7

ビタミンCの主な給源は植物性食品であり、そのうち、野菜、果実類からの摂取率が84.0%を占め、いも類13.3%、その他2.7%となっている。

業 態 別

業態別に各栄養素の食品群別摂取構成を検討してみると農村生活者を中心とする生産者世帯は都市生活者を中心とする消費者世帯に比べてその食糧構成は穀類を主体とする植物性食品に依存する割合が高いが35年度成績ではこの点が若干改善されている。また消費者世帯における摂取構成は質的に生産者世帯のそ

第21表

熱量、蛋白質、脂肪の食品群別摂取構成(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	73.0	69.1	70.3	47.7	41.1	43.2	19.2	15.5	18.6
いも類	3.3	2.2	3.7	2.0	1.3	1.8	0.9	1.5	1.3
砂糖類	2.3	2.3	2.4	0	0	0	0	0	0
油脂類	2.2	2.6	2.3	0	0	0	24.1	22.1	23.1
豆 類	5.4	5.2	5.5	12.6	11.5	12.2	19.2	16.0	19.0
動物性食品	7.2	10.8	8.5	29.8	38.6	34.6	29.9	37.6	31.2
野菜・果実	4.1	4.2	4.1	6.3	5.5	6.4	3.2	2.8	3.2
そ の 他	2.5	3.6	3.2	1.6	2.1	1.8	3.5	4.5	3.6

れを大きく上回っているが消費者世帯の中でも、低所得層である、日雇・家内労働者世帯の摂取構成は極めて低い水準にある。

1) 熱 量

生産者世帯では熱量は米を主体とする穀類から73%を摂取しているのに対し消費者世帯では69.1%であり、逆に動物性食品からの摂取率は生産者世帯の7.2%に比べ消費者世帯は10.8%を占めている。

又いも類からの摂取割合は生産者世帯が高く、油脂類は消費者世帯が高く、その他の食品は大体同率である。このように一般に生産者世帯は植物性食品からの摂取率が高く、動物性食品、油脂類からの摂取率が低く、消費者世帯に比べて相当劣っている。しかし、前年と比較すると生産者世帯は穀類からの摂取率74.3%が73.0%に低下し、動物性食品からの摂取割合は6.5%から7.2%に高まるなど漸次向上のあとがうかがえる。

生産者世帯に比べると消費者世帯やその他の世帯は前年と比べ余り大きな動きはない。

次に別な角度から生産者世帯と消費者世帯の熱量の栄養素別構成を比較してみると第2図のとおり、生産者世帯の摂取熱量の78.3%は糖質カロリーであり、蛋白質カロリーは12.5%、脂肪カロリーは9.2%とその占める割合は少ない。消費者世帯は生産者世帯に比べ、糖質カロリーは74.7%で3.6%程低く、蛋白質、脂肪の占める割合は多く、栄養素構成のすぐれていることがわかる。

次に5月に実施した消費者世帯を細分した各業態の熱量摂取比率をみると次のとおりである。

第22表 熱量の摂取比率 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	70.0	67.8	76.0	69.8
い も 類	1.9	1.8	1.9	2.5
豆 類	5.1	4.9	4.5	4.9
動物性食品	10.6	11.3	8.4	10.5
砂 糖 類	2.5	2.5	1.5	2.9
油 脂 類	2.2	3.0	1.7	2.3
野菜・果実	3.6	3.6	3.1	3.7
そ の 他	4.1	5.1	2.9	3.4

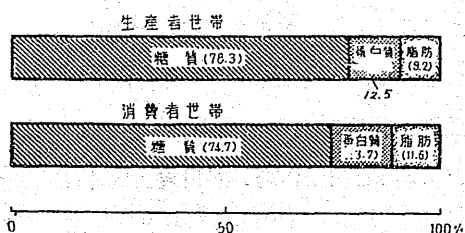
注 野菜の中には乾燥野菜と野菜漬物を含めて計算した。

すなわち穀類からの摂取率の最も高い世帯は、日雇・家内労働者世帯で76.0%、次いで事業経営者世帯の70.0%、その他の消費者世帯69.8%、常用勤労者世帯67.8%の順になっている。また動物性食品は常用勤労者世帯が11.3%で最も高く、事業経営者世帯10.6%、その他の消費者世帯10.5%で日雇・家内労働者世帯は8.4%と非常に低い状態にある。

油脂類からの摂取率は常用勤労者世帯が3.0%で最も高く、事業経営者世帯、その他の消費者世帯がこれに次いでいる。いも類、豆類、砂糖類、野菜・果実類については各世帯間に大きな差異は認められない。

第2図 熱量の栄養素別構成 (昭和35年)

(生産者世帯と消費者世帯の比較) 単位=%



2) 蛋白質

蛋白質のうち動物性食品からの摂取率は、消費者世帯が38.6%で最も上位にあり、次いでその他の世帯34.6%、生産者世帯29.8%となっている。

また穀類からの摂取率は生産者世帯が47.7%で消費者世帯の41.1%、その他の世帯の43.2%よりも高く生産者世帯における摂取構成は質的に低い水準にある。しかしながら

生産者世帯ではこの数年、穀類からの摂取割合は低下して動物性食品が増えるなど次第に改善されてきたことがうかがえる。

3) 脂 肪

脂肪の給源となる主なる食品は動物性食品、油脂類、豆類、穀類などであるが、そのうち動物性食品の占める割合が最も高く消費者世帯37.6%、その他の世帯31.2%、生産者世帯29.9%となっている。

穀類からの摂取率は生産者世帯が19.2%、次でその他世帯18.6%、消費者世帯15.5%の順でありその他の食品群については各業態間の大きな差はみとめられない。

4. 栄養欠陥による身体症候

国民の食生活は栄養的に欠点の多い穀類偏重の食生活であるため良質蛋白質、脂肪、ビタミン類、カルシウム等に欠け易く、このため栄養素の不足に起因すると考えられるいろいろな身体症候の発現を招いている。特に昭和31年からの米食率の増大にともなって身体症候を一つ以上持つ者の割合、すなわち有症者率は31年頃までは22%前後であったものが32年には25.9%、33年及び34年は24.4%と多発し憂慮すべき状態にあった。しかしながら昭和35年度成績では、ようやくここ数年来高かった米食率が漸く減少したこと、動物性食品、油脂類摂取量の上昇したこと等によって身体症候も前年の有症率24.4%が21.1%と大きく減少を示した、しかしそれにもかかわらずいままなお国民4.7人に1人の割合で有症者が存在することは国民の食生活のあり方に反省の必要を感じさせる。

1) 全国的傾向

国民の栄養欠陥による身体症候の発生率は第23表のとおりで、前年の発生率24.4%が本年は21.1%に減少を示した。

調査項目別にその発現状況をみると、最も高率に発現しているのはビタミンB₁の不足に関係するとみ

第23表 身体症候発現率の年次推移

	24年	28年	32年	34年	35年
有症者率	19.7	22.6	25.9	24.4	21.1
貧血	2.7	2.5	2.6	2.4	2.3
毛孔性角化症	1.1	2.4	3.5	2.9	3.0
口角炎	5.9	4.7	6.3	5.7	4.7
けん反射消失	7.6	7.4	10.5	10.9	9.1
ひ腹筋圧痛	—	—	6.5	6.2	5.2
浮腫	1.5	1.7	2.6	2.7	2.7

られるけん反射消失とひ腹筋圧痛であるが、これも前年より若干減少して9.1%、5.2%となっている。

次いでビタミンB₂の欠乏が原因とみられる口角炎が前年の発現率5.7%が4.7%に減少したが、ビタミンAの不足に関係する毛孔性角化症や、貧血、浮腫については大きな変化はなくそれぞれ3.0%、2.3%、2.7%などとなっている。

次に年齢階級別にみると、年齢を増すごとに有症率は増加しており、特にけん反射消失、ひ腹筋圧痛、貧血、浮腫は年齢の増えるに従って発生率も高く、40才以上で13.2%、7.8%、4.0%、5.7%と最高値を示している。

しかし口角炎、毛孔性角化症は5~14才の学令期にあるものの発生率が高い。

次に性別の発現状況をみると口角炎は女子の4.6%に対し男子4.9%と男子が高いが口角炎以外の症候はすべて女子の有症率が高く男子のそれを上回っている。

第24表

身体症候の年齢階級別発現率

単位=%

	5才未満	5 ~ 9	10 ~ 14	15 ~ 19	20 ~ 24	25 ~ 39	40才以上
有 症 率	7.1	16.9	17.5	17.6	19.6	22.8	28.8
貧 血	0.6	1.3	1.2	1.3	1.4	2.5	4.0
口 角 炎	3.3	7.1	5.7	3.3	3.4	4.0	4.8
毛孔性角化症	1.4	4.6	4.9	3.6	2.8	2.1	2.4
けん反射消失	2.3	4.8	5.7	7.6	9.4	11.5	13.2
ひ腹筋圧痛	0.2	1.8	3.4	4.8	6.2	6.8	7.8
浮 腫	0.0	0.4	0.6	1.5	2.4	3.1	5.7

中でも特に浮腫は男子の1%に対し女子は4.1%で大きな差がみられる。

また有症率においても女子は23.6%で男子の18.0%に比べ罹患率が著しく高い。

次に5月と11月の別に発現状況を比較してみると5月の有症率は22.2%で11月の19.9%を上回っている。また各症候別にみると5月は毛孔性角化症、けん反射消失、ひ腹筋圧痛、浮腫の発現が多く貧血、口角炎は11月の発現率が高い。これは前年とかなり異なった傾向を示している。

2) 業態別発現率

業態別に発現状況をみると生産者世帯の食生活は米食偏重の傾向が強く副食の食品構成が貧弱なため消

身体症候の業態別発現率

第25表

(生産者世帯と消費者世帯の比較)

単位=%

	有症者率		貧 血		口 角 炎		毛 孔 性 角 化 症		け ん 反 射 消 失		ひ 腹 筋 圧 痛		浮 腫	
	生産者世帯	消費者世帯	生産者世帯	消費者世帯	生産者世帯	消費者世帯	生産者世帯	消費者世帯	生産者世帯	消費者世帯	生産者世帯	消費者世帯	生産者世帯	消費者世帯
昭和32年	30.8	22.0	3.4	2.0	9.5	4.0	4.2	2.9	12.1	9.4	7.2	5.8	2.4	2.7
昭和33年	29.2	20.9	2.7	2.6	9.8	3.8	4.2	3.0	10.6	8.8	6.5	4.9	3.0	2.6
昭和34年	28.7	21.0	2.6	2.3	8.7	3.2	3.7	2.2	11.8	10.3	7.0	5.5	2.4	3.0
昭和35年	24.6	18.6	2.6	2.1	7.3	3.0	3.8	2.4	9.0	8.9	7.0	4.1	2.3	2.6

費者世帯に比べて発現率は高い。しかし年々改善の傾向をみせ、特に本年は米の摂取量が前年に比べ3.4%も減少したこと動物性食品、油脂類の摂取量が伸びていること等が影響してか前年の有症率28.7%が24.6%に大きく減少した。

有症者率の業態別発現率

第26表

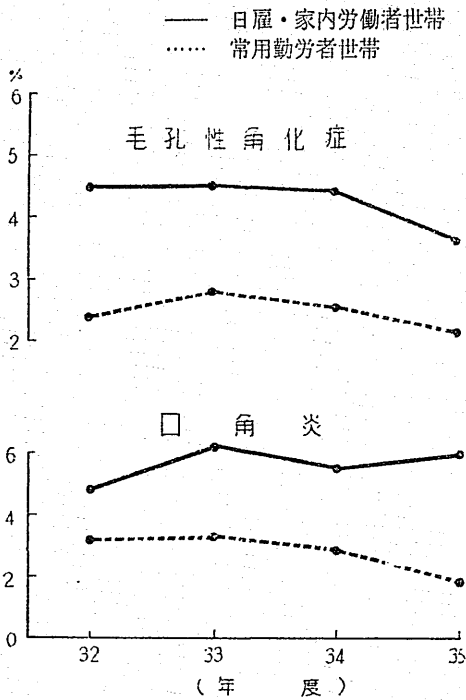
(消費者世帯細分・5月)

	32年	33年	34年	35年
事業経営者世帯	22.2%	23.1%	19.8%	19.8%
常用勤労者世帯	19.8	20.5	20.5	17.8
日雇・家内労働者世帯	26.3	26.4	24.0	22.9
その他の消費者世帯	27.6	23.2	21.6	20.8

その結果前年まで生産者世帯より有症率の低かったその他の世帯が本年は25.3%で最も高くなっている。

各症候別にみると生産者世帯は他の世帯に比べて貧血、口角炎、ひ腹筋圧痛が多く、その他の世帯は毛孔性角化症、けん反射消失、浮腫が多い。消費者世帯は何れの症候も発現率は最も低い。

第3図 身体症候の業態別発現率
(消費者世帯細分・5月)



次に5月調査の消費者世帯を細分した結果についてみると、有症率の高いのは日雇・家内労働者世帯で22.9%、次いでその他の消費者世帯の20.8%、事業経営者世帯の19.8%となっており常用勤労者世帯は最も低く17.8%である。

また有症率の最も高い日雇・家内労働者世帯と、最も低い常用勤労者世帯について症候別に比較してみると第3図のとおり、毛孔性角化症、口角炎など両世帯の間には著しい差異がみられ、日雇・家内労働者世帯の貧困な食生活内容が、ここにもうかがえるわけである。

5. 体 位

わが国民の体位は終戦前後に著しい低下を招いたが食糧事情の好転、栄養改善指導の徹底、体育の進展、学校給食の普及などに伴っておおむね昭和27、28年頃には戦前の水準にまで回復し、その後も順調な足どりで向上している。

このことについては既に前年度の国民栄養調査成績におい

て詳しく述べておいたが、これらの傾向は本年度においても変わりなく身長、体重の対前年の増減をみると、第28表のとおり、青少年の体位は殆んどすべての年令を通じて増加し、特に発育盛りの年令層での向上が著しい。

すなわち身長についてみると男子の11~15才では0.6 cm、女子の11~13才では1.2~1.5 cmの増加がみられ、また体重においても、男子の12~16才では0.6~1.8 kg、女子の10~15才では0.5~1.2 kgと増加しており一段と向上の跡がみられる。

このような伸びは特に女子の場合、戦後でも最も大きな伸長率であり発育盛りの女子の体重がますます向上の傾向にあることを示している。

次に35年度における青少年の成長に伴う身長の増加量について戦前の傾向と、終戦直後の22年に実施した国民栄養調査成績との間で比較検討してみよう。

この35年の成績をみると昭和22年に比べて4~5才、8~9才の2年令を除くと13~14才以下の年令層ではすべて22年に示した増加量をかなり上回っており、最近青少年の発育が非常に盛んになってきたことを示している。しかしながら14才以上の年令は、22年においてはまだ相当の伸びがみられるのに比べ35年では却って伸びが減少し17才ではほぼ成長が停止している。

この様な現象は恐らく戦時中は食糧難によって幼児期に十

第27表 体位の年次推移
男子・13才

		身 長	体 重
		cm	kg
昭 和	22 年	139.6	35.06
"	23 "	140.7	35.53
"	24 "	141.1	36.27
"	25 "	142.0	36.43
"	26 "	142.8	37.13
"	27 "	142.9	36.99
"	28 "	143.5	37.95
"	29 "	144.4	38.23
"	30 "	144.8	39.01
"	31 "	144.9	38.94
"	32 "	145.8	40.14
"	33 "	146.1	39.92
"	34 "	146.7	40.20
"	35 "	147.6	39.10

第28表

身長、体重の対前年の増減

年 令	身 長				体 重			
	男		女		男		女	
	cm	対前年増減	cm	対前年増減	kg	対前年増減	kg	対前年増減
0才	65.4	+ 0.4	64.2	+ 1.0	7.44	+ 0.10	7.00	+ 0.15
1	77.9	+ 0.4	76.0	+ 0.4	10.27	+ 0.23	9.57	+ 0.06
2	85.7	- 0.2	84.3	- 0.3	12.20	+ 0.19	11.50	- 0.02
3	93.4	+ 0.5	92.6	+ 1.2	14.02	+ 0.14	13.58	+ 0.16
4	99.6	+ 0.6	98.5	+ 0.5	15.52	+ 0.08	15.04	+ 0.05
5	104.7	- 0.2	104.0	- 0.1	17.12	+ 0.18	16.51	- 0.17
6	110.8	+ 0.6	109.7	+ 0.1	19.01	+ 0.34	18.40	+ 0.14
7	116.7	+ 0.6	115.5	0	21.04	+ 0.30	20.58	+ 0.26
8	121.5	+ 0.3	120.6	0	23.28	+ 0.37	22.56	+ 0.10
9	126.6	+ 0.6	126.0	+ 0.6	25.64	+ 0.26	25.12	+ 0.28
10	130.8	0	131.7	+ 0.6	27.64	- 0.14	28.16	+ 0.50
11	135.9	+ 0.6	138.0	+ 1.5	30.48	+ 0.16	32.12	+ 0.90
12	141.0	+ 0.6	143.7	+ 1.5	34.18	+ 0.66	36.54	+ 1.16
13	147.6	+ 0.6	147.9	+ 1.2	39.10	+ 0.96	40.70	+ 0.54
14	153.6	+ 0.3	149.4	0	43.94	- 0.38	44.36	+ 0.16
15	158.7	+ 0.6	151.5	+ 0.3	49.44	+ 1.02	47.94	+ 0.58
16	161.1	+ 0.2	152.1	+ 0.3	52.76	+ 1.78	48.56	- 0.34
17	163.2	0	151.8	0	54.86	0	50.10	+ 0.78
18	162.9	0	152.4	+ 0.3	55.98	+ 0.66	49.78	- 0.38
19	153.2	+ 0.3	152.7	0	55.44	- 0.08	50.60	+ 0.10

第29表 成長に伴う身長増加

年 令	戦 前	昭和22年	昭和35年
	cm	cm	cm
0 ~ 1	11.2	11.0	12.5
1 ~ 2	8.6	8.1	7.8
2 ~ 3	6.8	6.7	7.7
3 ~ 4	6.2	6.0	6.2
4 ~ 5	5.6	5.5	5.1
5 ~ 6	5.7	5.4	6.1
6 ~ 7	5.4	4.7	5.9
7 ~ 8	4.9	4.4	4.8
8 ~ 9	4.5	5.3	5.1
9 ~ 10	4.6	4.0	4.2
10 ~ 11	4.6	4.2	5.1
11 ~ 12	4.9	3.9	5.1
12 ~ 13	6.2	5.0	6.6
13 ~ 14	8.5	5.2	6.0
14 ~ 15	4.6	6.5	5.1
15 ~ 16	2.5	5.3	2.1
16 ~ 17	1.5	3.3	2.1
17 ~ 18	0.7	1.2	0.3
18 ~ 19	0.1	0.8	0.3
19 ~ 20	0.2	0.6	—

注) 0~1才の身長増加量は1才の体位と0才の体位との差である。

分な発育をすることができなかったものが、その遅れをとり返すために14才以降になってもまだ伸びがみられるものと考えられる。

しかしその後は食糧事情の好転とともに年々若い年齢層における発育量が増加し、逆に10代の後半期における増加量が減って成長期が一般に早くなり始めた様である。

すなわち35年度成績では男子の場合いわゆる発育最盛期が戦前より1年、22年より2年早くなって12~13才の間に現われている。

この様に発育期が早くなったにも拘らずなお、わが国の青少年の体位は著しく向上しているが、今後国民の体位はどの位まで伸びるであろうか。たとえば戦後の傾向線にみられる体位の上昇は誠に素晴らしいものがあるが、これは一旦低下した体位をもとの状態に戻そうとする一種の回復現象であるので、今後このような状態が何年も続くとは到底考えられない。

この疑問に答える為に厚生省の栄養審議会では将来の日本人の体位はどうなるかについて種々検討を進めていたが、昭和36年4月20日付で、「将来の日本人の体位」について答申を行ない昭和45年における国民の体位推定値を発表した。

この推定体位は戦後の体位のすう勢と今後の見通しとを考慮し、10年後にはどのような体位になるかを算定したものである。

なお、この昭和45年の体位の推計値と昭和35年の体位とを比較してみると第30表にみられるとおり男女の身長、体重、ともに小児期ではあまり大きな伸びはなく、男子の身長で1.5~2.3 cm位、女子では0.5~2.1 cm位、体重においては最高1 kg位の差しか現はれないものと考えられている。しかしながら発育

第30表 国民栄養調査による昭和35年度の体位と昭和45年の推計値との比較

年 令	昭和45年の推計値 (a) 1)				昭和35年度の実測値 (b) 2)				(a) - (b)			
	身長 (cm)		体重 (kg)		身長 (cm)		体重 (kg)		身長 (cm)		体重 (kg)	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
0	66.9	64.7	7.7	7.1	65.4	64.2	7.4	7.0	1.5	0.5	0.3	0.1
1	79.4	77.1	10.6	9.9	77.9	76.0	10.3	9.6	1.5	1.1	0.3	0.3
2	87.6	85.9	12.8	12.1	85.7	84.3	12.2	11.5	1.9	1.6	0.6	0.6
3	94.8	93.2	14.6	14.0	93.4	92.6	14.0	13.6	1.4	0.6	0.6	0.4
4	101.1	99.6	16.3	15.7	99.6	98.5	15.5	15.0	1.5	1.1	0.8	0.7
5	107.0	105.7	18.0	17.4	104.0	104.0	17.1	16.5	2.3	1.7	0.9	0.9
6	112.7	111.3	19.8	19.2	110.8	109.7	19.0	18.4	1.9	1.6	0.8	0.8
7	118.4	116.9	21.8	21.3	116.7	115.5	21.0	20.6	1.7	1.4	0.8	0.7
8	123.6	122.5	24.0	23.6	121.5	120.6	23.3	22.6	2.1	1.9	0.7	1.0
9	128.8	128.1	26.4	26.0	126.6	126.0	25.6	25.1	2.2	2.1	0.8	0.9
10	133.5	134.7	29.0	29.2	130.8	131.7	27.6	28.2	2.7	3.0	1.4	1.0
11	139.0	141.3	31.9	33.8	135.9	138.0	30.5	32.1	3.1	3.3	1.4	1.7
12	145.2	146.9	36.0	38.7	141.0	143.7	34.2	36.5	4.2	3.2	1.8	2.2
13	152.3	150.6	41.1	43.8	147.6	147.9	39.1	40.7	4.7	2.7	2.0	3.1
14	158.4	152.4	48.0	47.5	153.6	149.4	43.9	44.4	4.8	3.0	4.1	3.1
15	161.9	153.4	52.4	49.4	158.7	151.5	49.4	47.9	3.2	1.9	3.0	1.5
16	164.0	153.9	55.1	50.4	161.1	152.1	52.8	48.6	2.9	1.8	2.3	1.8
17	165.4	154.1	57.0	51.1	163.2	151.8	54.9	50.1	2.2	2.3	2.1	1.0
18	166.2	154.2	58.1	51.6	162.9	152.4	56.0	49.8	2.3	1.8	2.1	1.8
19	166.6	154.1	58.8	51.8	163.2	152.7	55.4	50.6	3.4	1.4	3.4	1.2
20					161.1	151.5	55.6	50.1	5.4	1.6	4.0	1.8
21					162.6	151.5	55.6	50.3	3.9	1.6	4.0	1.6
22					162.9	151.8	56.4	49.9	3.6	1.3	3.2	2.0
23	166.5	153.1	59.6	51.9	163.2	152.1	57.0	49.7	3.3	1.0	2.6	2.2
24					163.2	151.5	57.6	49.7	3.3	1.6	2.0	2.2
25					162.9	151.5	56.1	50.0	3.6	1.6	3.5	1.9
26 ~ 29					162.3	150.9	56.5	49.1	4.2	2.2	3.1	2.8
30 ~ 39	165.1	151.7	59.5	51.3	162.0	150.3	56.5	49.4	3.1	1.4	3.0	1.9
40 ~ 49	163.4	150.2	58.7	50.8	159.9	149.1	56.1	50.2	3.5	1.1	2.6	0.6
50 ~ 59	161.7	148.2	57.3	49.4	158.7	147.0	54.7	48.1	3.0	1.2	2.6	1.3
60 ~ 69	159.9	145.4	55.1	47.0	156.3	144.3	52.3	46.0	3.6	1.1	2.8	1.0
70 ~	157.5	142.1	52.2	43.7	154.5	141.0	49.4	42.9	3.0	1.1	2.8	0.8

注 1 昭和36年4月栄養審議会答申

2 国民栄養調査

盛りの年齢層ではかなり著しい差が生じ特に男子では12~16才，女子では10~14才位までの思春期の発育が著しく男子では身長3~5cm，体重2~5kg，女子では身長は3.0cm前後，体重は2~3kg位伸びるのではないかと想像される。

このように今後10年間位の間に思春期の年齢層での体位向上はかなり著しく，特に男子の15才以上，女子では13才以上の年齢層では現在より約1年間の身長伸びがみられることになる。

更にこの体位を諸外国と比較してみると，昭和32年におけるアメリカ生れの日本人二世の発育状況に近

第31表 アメリカ生れの日本人およびカナダ人の体位

年 令	アメリカ生まれの日本人 (1957年) 1)				カナダ人 1953年 2)			
	身 長		体 重		身 長		体 重	
	男	女	男	女	男	女	男	女
	cm	cm	kg	kg	cm	cm	kg	kg
5.0 才	108.4	105.8	19.6	17.7	106.4	106.2	18.1	18.6
6.0	112.4	110.9	20.6	19.7	113.3	112.3	20.9	20.0
7.0	117.8	118.5	23.7	23.2	119.4	118.1	22.7	22.2
8.0	124.1	123.6	27.1	26.6	125.7	124.2	25.9	25.9
9.0	128.9	127.0	30.7	27.4	130.3	129.5	28.6	28.1
10.0	132.0	134.2	30.9	32.3	135.9	135.4	31.8	31.3
11.0	140.2	139.8	36.4	37.9	140.7	140.5	34.9	34.9
12.0	145.9	145.2	40.2	40.0	145.8	147.8	38.1	41.7
13.0	153.4	150.5	48.1	47.7	150.6	153.4	42.6	46.3
14.0	159.3	152.9	50.9	46.9	158.0	155.7	49.0	48.5
15.0	164.5	155.3	57.7	51.4	164.3	158.0	54.0	50.8
16.0	167.5	154.5	63.5	52.1	—	—	—	—
16.5	—	—	—	—	169.4	158.8	61.7	54.4
17.0	166.7	154.8	63.3	52.4	—	—	—	—
18.0	169.2	154.2	66.4	52.1	—	—	—	—
18.5	—	—	—	—	172.7	159.0	65.3	56.2

注. 資料1) W.W. Grculich American Journal of physical Anthropology, 15, 489 (1957).

2) L.B. Petti American Journal of public Health, 45, 862 (1955)

い値となるが，西欧諸国の水準に比べればまだまだ見劣りがしている。従ってわが国にとってこの体位向上は非常に重要な問題であり，今後栄養改善，生活条件の改善，体育の普及などを一段と推進しより立派な日本人を造り上げる様な努力が必要である。

次に昭和35年度における体位の調査においては，新たに20代，40代，60代の三年令階級について性別，業態別(生産者世帯，消費者世帯，その他の世帯)，身長，体重，相関度数分布表を作成したが，これについて栄養審議会において種々検討した結果，昭和36年7月26日付で同会から「性別，年齢階級別，身長別体重について」の厚生大臣あて報告がなされた。

これは身長別の平均体重及び被調査者の80%が入るような上限及び下限体重を決めたものでこの範囲内に入るものは，一応現在の国民からすれば身長別の正常体重であると考えられるものである。従来普通の人の標準体重を表わす方法としては身長から100を引いたり，またはこれに0.9を乗じた数で現わしたものが多く使われていたが，これらの値が適当であるか否かは問題であり，各方面からも現状に適するものが要望されていた。今回栄養審議会が発表したものは現在の国民についてみた正常体重表であり，しか

身長別体重表の正常体重 (80%) およびその範囲外の者の比率
年齢階級別身長別正常 (80%) 体重表 (男子)

身長 (cm)	体 重 (kg)								
	20 ~ 29才			40 ~ 49才			60 ~ 69才		
	下限値	平均値	上限値	下限値	平均値	上限値	下限値	平均値	上限値
139							35.8	42.1	48.4
140							36.3	42.7	49.1
141							36.8	43.2	49.6
142							37.3	43.8	50.3
143				38.0	44.6	51.2	37.8	44.4	51.0
144				38.6	45.3	52.0	38.3	45.0	51.7
145	40.1	45.4	50.7	39.1	45.9	52.7	38.8	45.6	52.4
146	40.6	46.0	51.4	39.7	46.6	53.5	39.2	46.1	53.0
147	41.2	46.6	52.0	40.3	47.3	54.3	39.8	46.7	53.6
148	41.8	47.3	52.8	40.9	48.0	55.1	40.3	47.3	54.3
149	42.3	47.9	53.5	41.5	48.7	55.9	40.8	47.9	55.0
150	42.8	48.5	54.2	42.0	49.3	56.6	41.3	48.5	55.7
151	43.4	49.2	55.0	42.6	50.0	57.4	41.8	49.1	56.4
152	44.0	49.8	55.6	43.2	50.7	58.2	42.2	49.6	57.0
153	44.5	50.4	56.3	43.8	51.4	59.0	42.7	50.2	57.7
154	45.0	51.0	57.0	44.3	52.0	59.7	43.2	50.8	58.4
155	45.6	51.6	57.6	44.9	52.7	60.5	43.8	51.4	59.0
156	46.2	52.3	58.4	45.5	53.4	61.3	44.3	52.0	59.7
157	46.7	52.9	59.1	46.1	54.1	62.1	44.8	52.6	60.4
158	47.2	53.5	59.8	46.6	54.7	62.8	45.2	53.1	61.0
159	47.8	54.1	60.4	47.2	55.4	63.6	45.7	53.7	61.7
160	48.4	54.8	61.2	47.8	56.1	64.4	46.2	54.3	62.4
161	48.9	55.4	61.9	48.4	56.8	65.2	46.7	54.9	63.1
162	49.5	56.0	62.5	49.0	57.5	66.0	47.2	55.5	63.8
163	50.0	56.6	63.2	49.5	58.1	66.7	47.7	56.0	64.3
164	50.6	57.3	64.0	50.1	58.8	67.5	48.2	56.6	65.0
165	51.1	57.9	64.7	50.7	59.5	68.3	48.7	57.2	65.7
166	51.7	58.5	65.3	51.3	60.2	69.1	49.2	57.8	66.4
167	52.2	59.1	66.0	51.9	60.9	69.9	49.7	58.4	67.1
168	52.8	59.8	66.8	52.4	61.5	70.6	50.2	59.0	67.8
169	53.3	60.4	67.5	53.0	62.2	71.4	50.6	59.5	68.4
170	53.9	61.0	68.1	53.6	62.9	72.2	51.2	60.1	69.0
171	54.4	61.6	68.8	54.2	63.6	73.0	51.7	60.7	69.7
172	55.0	62.3	69.6	54.7	64.2	73.7	52.2	61.3	70.4
173	55.5	62.9	70.3	55.3	64.9	74.5	52.7	61.9	71.1
174	56.1	63.5	70.9	55.9	65.6	75.3	53.2	62.5	71.8
175	56.6	64.1	71.6	56.5	66.3	76.1			
176	57.2	64.8	72.4	57.1	67.0	76.9			
177	57.8	65.4	73.0	57.6	67.6	77.6			
178	58.3	66.0	73.7						
179	58.8	66.6	74.4						
180	59.4	67.3	75.2						

注) 本資料は昭和36年7月26日栄養審議会報告による

第33表

年齢階級別身長別正常 (80%) 体重表 (女子)

身長 (cm)	体 重 (kg)								
	20 ~ 29才			40 ~ 49才			60 ~ 69才		
	下限値	平均値	上限値	下限値	平均値	上限値	下限値	平均値	上限値
128							29.4	36.3	43.8
129							29.8	37.1	44.4
130							30.2	37.6	45.0
131							30.7	38.3	45.9
132							31.2	38.9	46.6
133				33.6	40.8	48.0	31.7	39.5	47.3
134				34.1	41.4	48.7	32.1	40.0	47.9
135	36.8	41.2	45.6	34.6	42.0	49.4	32.6	40.6	48.6
136	37.1	41.6	46.1	35.0	42.5	50.0	33.1	41.2	49.3
137	37.6	42.1	46.6	35.5	43.1	50.7	33.5	41.8	50.1
138	38.1	42.7	47.3	36.0	43.7	51.4	34.0	42.4	50.8
139	38.5	43.2	47.9	36.5	44.3	52.1	34.4	42.9	51.4
140	39.0	43.7	48.4	37.0	44.9	52.8	34.9	43.5	52.1
141	39.4	44.2	49.0	37.4	45.4	53.4	35.4	44.1	52.8
142	39.9	44.7	49.5	37.9	46.0	54.1	35.9	44.7	53.5
143	40.4	45.3	50.2	38.4	46.6	54.8	36.3	45.3	54.3
144	40.9	45.8	50.7	38.9	47.2	55.5	36.8	45.9	55.0
145	41.3	46.3	51.3	39.3	47.7	56.1	37.2	46.4	55.6
146	41.7	46.8	51.9	39.8	48.3	56.8	37.7	47.0	56.3
147	42.2	47.3	52.4	40.3	48.9	57.5	38.2	47.6	57.0
148	42.6	47.8	53.0	40.8	49.5	58.2	38.7	48.2	57.7
149	43.1	48.3	53.5	41.2	50.0	58.8	39.2	48.8	58.4
150	43.5	48.8	54.1	41.7	50.6	59.5	39.6	49.3	59.0
151	43.9	49.2	54.5	42.2	51.2	60.2	40.0	49.9	59.8
152	44.4	49.8	55.2	42.7	51.8	60.9	40.5	50.5	60.5
153	44.9	50.3	55.7	43.2	52.4	61.6	41.0	51.1	61.2
154	45.3	50.8	56.3	43.6	52.9	62.2	41.5	51.7	61.9
155	45.8	51.3	56.8	44.2	53.6	63.0	41.9	52.2	62.5
156	46.2	51.8	57.4	44.6	54.1	63.6	42.4	52.8	63.2
157	46.7	52.3	57.9	45.1	54.7	64.3	42.8	53.8	64.0
158	47.1	52.8	58.5	45.6	55.3	65.0	43.3	54.0	64.7
159	47.6	53.4	59.2	46.0	55.8	65.6	43.8	54.6	65.4
160	48.1	53.9	59.7	46.5	56.4	66.3	44.2	55.1	66.0
161	48.5	54.4	60.3	47.0	57.0	67.0	44.7	55.7	66.7
162	49.0	54.9	60.8	47.5	57.6	67.7			
163	49.4	55.4	61.4	47.9	58.1	68.3			
164	49.9	55.9	61.9	48.4	58.7	69.0			
165	50.3	56.4	62.5	48.9	59.3	69.7			
166	50.8	56.9	63.0						
167	51.2	57.4	63.6						

注) 前表と同じ

もこれは時代とともに変わったり, また直接健康度と結びついたものではないが, 一応, 身長別体重の基準値となるものではないかと考えられる。

業態別発育状況

前段までは体位の全国的傾向について述べてきたが、更にこれを生産者世帯と消費者世帯に分けて観察してみよう。

まず身長、体重について対前年の増減をみると男子の場合は身長、体重とも生産者世帯と消費者世帯と

第34表

業態別体位の比較 (男子)

昭和35年度成績

年 令	身 長 (cm)		体 重 (kg)	
	消費者世帯	生産者世帯	消費者世帯	生産者世帯
0才	66.1	64.4	7.66	7.14
1	78.2	77.3	10.39	10.04
2	86.2	84.5	12.31	12.00
3	94.2	92.3	14.35	13.59
4	100.2	98.8	15.53	15.44
5	105.4	103.9	17.47	16.74
6	111.1	110.4	18.92	19.18
7	117.3	116.4	21.10	21.08
8	121.8	120.6	23.52	22.98
9	129.0	126.6	25.56	25.84
10	131.7	129.3	27.84	27.26
11	136.5	134.7	30.78	29.84
12	141.6	139.8	34.44	33.74
13	148.5	145.8	39.50	38.30
14	154.2	152.4	44.08	43.42
15	158.4	158.7	49.34	49.80
16	162.0	159.3	53.22	51.74
17	163.8	162.9	54.88	55.50
18	163.0	162.0	56.16	55.26

の両者を通じ全国的傾向と余り変りはない。

しかしながら女子の場合にあっては、生産者世帯で身長、体重とも前年に比べかなりの向上がみられる。たとえば10~17才の年齢における体重は1kg前後、特に13才では2kgも増加しており、その伸びは顕著なものがある。しかし消費者世帯においては女子の場合も余り大きな変化はない。

以上述べたように本年は、農村部の体位の伸びが、都市部の伸びを大きく上回り、従来著しく立遅れていた状態から漸く改善の傾向をみせている。

6. 歯 牙 異 常

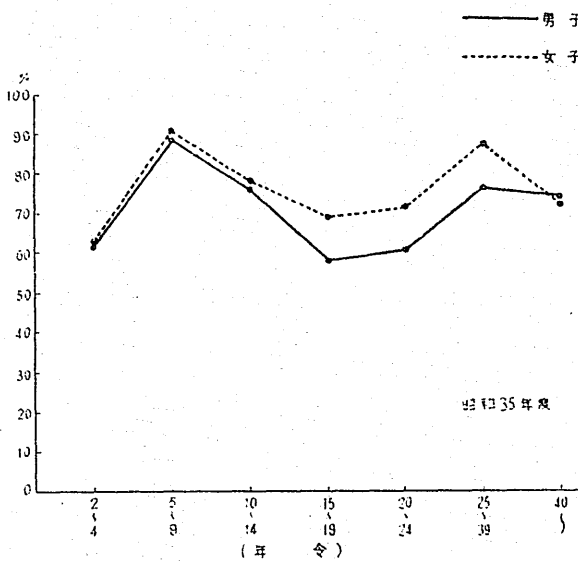
1) 年次別発現率

国民栄養調査では栄養摂取状況調査と併せて欠損歯、う歯等の歯牙疾患にどれくらい罹患しているかを調査している。このうちう歯についてはその発生状態を年次別にみると年々増加の傾向にあり35年度成績では男子74.2%、女子78.5%で前年の男子71.9%、女子76.5%の有症率を大きく上回っている。

次に1人当りのう歯の数については男子5本、女子6本で31年から依然として変化がみられない。

ただしこのう歯の数については処置歯、未処置歯にわけて調査していないのでその内容の実態については

第4図 う歯の性別、年齢階級別発現率



明らかでない。また欠損歯の保有者率をみると年次別には大差がみられないが、男子よりも女子の有症率が高く35年度成績では男子の36.6%に対し女子は43.3%となっている。更に1人当りの欠損歯数においても、男子の8本に対して女子は10本となっている。

ただし欠損歯については33年まではその定義も簡単で乳歯から永久歯への交換期以外の時期に明らかに欠損している歯はすべてこの中に含めたが、34年から抜去された永久歯のみをさし乳歯、智歯の場合は例え抜去してもこの中に含まないこととしたので、この点注意が必要である。

2) 性別、年齢階級別発現率

次に性別、年齢階級別に欠損歯、う歯の発生状況を見ると、第4図のとおり殆んどすべての年齢層において女子の有症率が高い。ただし欠損歯については5~9才の男子の方が若干高く、う歯については40才以上の男子の方が高い。年齢別にう歯の有症率の最も高い年齢層は5~9才で男子88.2%、女子90.5%であり、全く正常なものは10%前後にすぎない。またう歯は前年に比べて10~14才以上のすべての年齢階層において増加の傾向がみられる。

3) 業態別発生率

う歯の発生状況を各業態別にみると、その他の世帯が男子86.8%、女子88.7%と最も高く、次いで消費者世帯の男子、73.9%、女子78.6%であり、最も低いのは生産者世帯で男子72.4%、女子76.5%となっている。欠損歯についても男女ともその他の世帯が最も発現率高く男子40.1%、女子47.4%となっているが、次に高いのは生産者世帯であり、消費者世帯は最も下回っている。

第35表 欠損歯の年次別発現率

年 度	有 症 率 %		1人当り本数 本	
	男	女	男	女
29 年	34.7	41.9	8	9
30 年	34.5	41.7	7	9
31 年	35.9	43.5	8	10
32 年	35.7	44.3	8	10
33 年	37.6	45.3	8	10
34 年	36.7	44.2	8	9
35 年	36.6	43.3	8	10

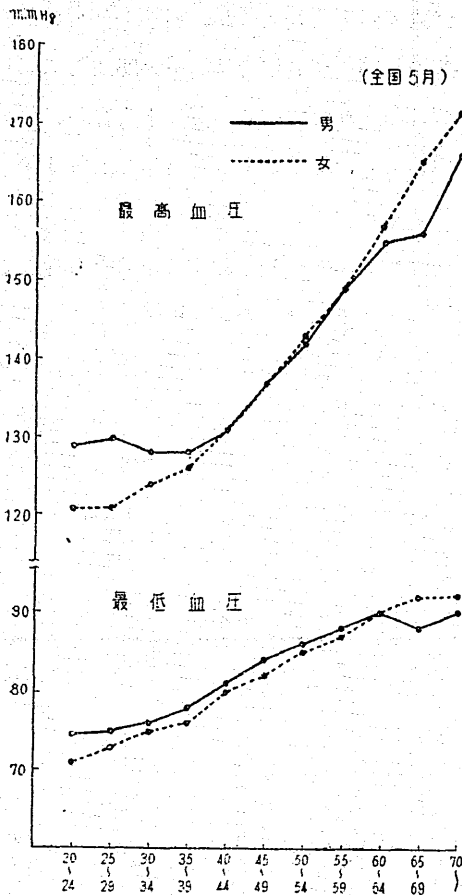
第36表 う歯の業態別発現率 35年5月

	有 症 率 %		1人当り本数 本	
	男	女	男	女
生産者世帯	72.4	76.5	5	6
	有 症 率			
消費者世帯	73.9	78.6	5	6
	有 症 率			
その他の世帯	86.8	88.7	4	5
	有 症 率			

第37表 欠損歯の業態別発現率 35年5月

	有 症 率 %		1人当り本数 本	
	男	女	男	女
生産者世帯	38.1	43.5	9	11
	有 症 率			
消費者世帯	35.4	42.7	8	9
	有 症 率			
その他の世帯	40.1	47.4	9	11
	有 症 率			

第5図 性別血圧平均値の比較



7. 血 圧

性別、年齢階級別平均値

昭和35年度成績の血圧の平均値について性別、年齢階級別にみると第5図のとおり最高血圧は男子では30~34才位迄は余り変りないが以後は年齢とともに急激に増加し、70才以上では166mmHgに達する。

女子は25~29才をすぎると年齢の増加にともなって上昇し、45~49才をこえると男子を上回り、70才以上では170 mmHg を示している。最低血圧については男女とも年齢とともに増加するがその上昇率は最高血圧に比べて小さい。また一般に男子は女子よりも高く60才以上では最高血圧と同じく女子より低くなるが、70才以上では90 mmHg に達する。女子は年齢の増加に伴い順次上昇し70才以上では 92 mmHg となっている。

血圧平均値の年次推移

血圧の平均値について昭和33年からの年次推移をみると第6図のとおり最高血圧、最低血圧ともに殆んど同じ傾向であり、大きな相違はみとめられない。

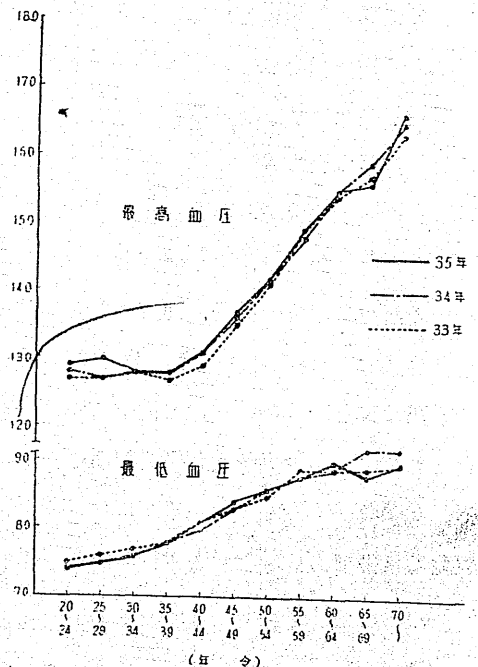
業態別、性別血圧平均値の比較

次に業態別、性別に血圧平均値を比較してみると最高血圧については35~39才までは生産者世帯の男子が最も高く、次いで消費者世帯男子、生産者世帯女子の順となっており、最も低いのは消費者世帯の女子である。

この様な傾向は、35~39才を過ぎて55~59才までは全く同様であるが60~64才になると消費者世帯の女子が最も高くなり70才で 170mmHg に達する、それに次いで生産者世帯の女子が男子を上回って70才以上で 170mmHg になる。男子では60~64才から65~69才にかけて一時停滞するが70才になると 165mmHg、また生産者世帯の男子も同じ様に70才で 165mmHg に達する。

最低血圧については消費者世帯の男子が60~64才の年齢層まで最も高く他を上回るが最高血圧と同じく65~69才になると若干停滞し、70才以上で再び上昇して 92 mmHg に達する。消費者世帯の女子は年齢とともに増加し、70才で 98mmHg を示す、消費者世帯の女子については生産者世帯男子、生産者世帯女子の順となっている。

第6図 血圧平均値の年次推移 (全国 男)



第38表 性別、年齢別高血圧比率

最高血圧 150 mmHg 以上
最低血圧 90 mmHg 以上

単位=%

年 令	最 高 血 圧		最 低 血 圧	
	男	女	男	女
20 ~ 24 才	10.2	3.1	8.6	4.9
25 ~ 29	8.7	3.3	10.2	7.8
30 ~ 34	8.3	5.5	13.8	10.6
35 ~ 39	8.5	8.7	15.5	12.4
40 ~ 44	15.1	14.0	21.5	18.7
45 ~ 49	22.4	21.6	32.1	25.6
50 ~ 54	30.3	31.7	31.9	32.7
55 ~ 59	41.9	40.9	39.4	36.8
60 ~ 64	51.8	52.5	48.3	45.9
65 ~ 69	56.9	66.0	41.4	51.1
70 ~	67.3	74.1	45.6	53.5

性別高血圧比率

昭和35年度成績から性別高血圧の比率をみると第38表のとおりで55~59才の年齢層までは男子が僅かに女子を上回るが60~64才をこえると女子の方が多くなり70才以上では74.1%にまで達する、これを最低血圧についてみると60~64才の年齢層までは男子が女子に比べて上回っておるが65~69才になると最高血圧同様、女子が男子を上回り70才以上では53.5%に達する。

業態別、性別高血圧比率

高血圧比率を業態別、性別にみると30~34才の年齢層までは一般に女子の方が低いですが35~39才から45~49才になると消費者世帯の男子、消費者世帯の女子、生産者世帯の女子、生産者世帯の男子の順となる。しかし50~55才をすぎると消費者世帯の女子は上昇をつづけて70才以上では75%に達する。

最低血圧についてみると45~49才にかけては消費者世帯の男子が最も高く、また50~54才をすぎると消費者世帯の女子が高くなり65~69才では高血圧比率が57%に達する。

8. 食 材 料 費

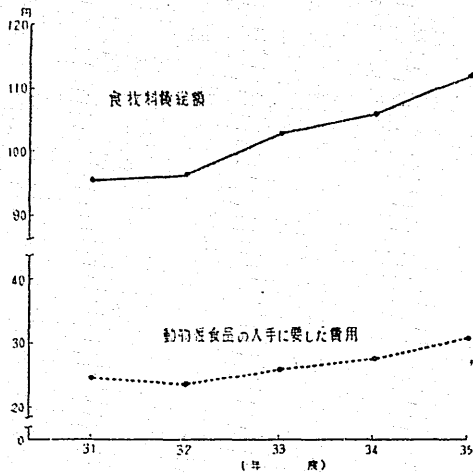
1) 全国1人1日当り食材料費

全国1人1日当りの食費は112.22円（うち動物性食品の入手に要した費用30.96円）で前年の105.64円を6.2%上回っている。これは前年の上昇率2.4%を更に大きく上回る増加である。特に動物性食品費は前年に比べ12.5%もの伸びがみられる。

次に食材料費の総額中に占める食品群別の構成比をみると穀類は33.4%で前年の36.1%より低くなっているが、豆類5.0%、魚介類13.4%、肉、卵、乳類14.2%、野菜類6.4%、果実類5.4%などいずれも前年より増加の傾向がみられる。

2) 業態別1人1日当り食材料費

第7図 全国1人1日当り食材料費年次推移



業態別に食材料費をみると消費者世帯の食材料費が最も高く122.83円で前年より6%増加しており、次いでその他の世帯98.13円、生産者世帯95.63円となっている。

この食費を昭和32年度に比較すると消費者世帯は総額で18.2%そのうち動物性食品は29.6%と大きく伸びている。

これに対し、生産者世帯は総額で9.0%、動物性食品は19.8%の増加であり、ここ数年の国民所得の増加によって都市生活者を中心とする消費者世帯では食材料費も大きな伸びを示しているが、自家生産物に対する依存度の高い生産者世帯では動物性食品を除いては特に大きな伸びは認められない。

第39表 1人1日当り食材料費および比率

	金額 円				構成比 %				対前年比 %			
	金額	生産者世帯	消費者世帯	その他世帯	全国	生産者世帯	消費者世帯	その他世帯	全国	生産者世帯	消費者世帯	その他世帯
総額	112.22	95.63	122.83	98.13	100.00	100.00	100.00	100.00	+6.2	+2.0	+6.0	+8.5
穀類	37.48	37.89	37.52	34.62	33.4	39.6	30.5	35.3	-1.7	-7.3	+3.2	-3.9
いも類	2.71	2.95	2.55	3.00	2.4	3.1	2.1	3.1	+8.8	+19.4	+2.4	+14.9
豆類	5.63	5.44	5.76	5.44	5.0	5.7	4.7	5.5	+2.6	+3.2	+0.3	+17.2
魚介類	15.06	11.54	17.06	14.78	13.4	12.1	13.9	15.1	+10.5	+9.5	+6.1	+23.9
肉・卵・乳	15.91	8.66	20.54	9.68	14.2	9.1	16.7	9.9	+14.5	+19.1	+6.5	+9.9
野菜類	7.13	7.29	7.07	6.84	6.4	7.6	5.8	7.0	+12.5	+17.6	+9.3	+13.1
果実類	6.08	3.97	7.43	4.42	5.4	4.2	6.0	4.5	+13.0	+3.9	+10.9	+26.3
その他	22.22	17.89	24.90	19.35	19.8	18.7	20.3	19.7	+11.0	+10.4	+10.9	+11.4

第40表 1人1日当り食材料費および比率 (消費者世帯細分・35年5月)

	金額 円				構成比 %				対前年比 %			
	事業経営世帯	常用勤労世帯	日雇・労働者世帯	その他消費者世帯	事業経営世帯	常用勤労世帯	日雇・労働者世帯	その他消費者世帯	事業経営世帯	常用勤労世帯	日雇・労働者世帯	その他消費者世帯
総額	119.32	123.44	96.16	108.37	100.00	100.00	100.00	100.00	+0.3	+6.9	+3.7	-2.0
穀類・いも類	38.91	38.28	40.75	38.26	32.6	31.0	42.4	35.3	-3.8	+3.2	+2.2	+1.5
魚介類	16.22	15.95	12.82	14.68	13.6	12.9	13.3	13.5	-2.8	+1.0	+2.7	-6.5
肉・卵・乳	19.38	21.94	10.15	15.67	16.2	17.8	10.6	14.5	+6.5	+12.0	-1.6	-8.3
野菜類	8.45	8.50	7.18	8.45	7.1	6.9	7.5	7.8	+10.3	+9.8	+4.7	+7.6
果実類	5.20	6.05	1.90	5.39	4.4	4.9	2.0	5.0	-15.3	+0.3	-17.0	-5.1
その他	31.16	32.72	23.36	25.92	26.1	26.5	24.3	23.9	+4.5	+11.9	+11.8	-2.6

(イ) 生産者世帯

生産者世帯の食材料費は95.63円で前年に比べて2%の増加がみられる、なお食品群別にみると穀類は37.89円で前年より7.3%低くなっており、その他豆類、魚介類、野菜類等の食品はいずれも増加を示している。

これを更に総額中に占める食材料費の構成比について対前年比をみると穀類は39.6%で4%低くなり、その他食品はいずれも増加がみられる。

(ロ) 消費者世帯

消費者世帯の食材料費は122.83円(うち動物性食品の入手に要した費用は37.66円)で前年に比べ6%増加し全業態中最も大きな伸びを示している。

なお食品群別に総額に対する割合をみると穀類は30.5%(37.52円)で前年より若干下回っているが他の食品については、いずれも前年を上回っている。

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みると最も大きく伸びを示したのは常用勤労者世帯であり総額123.44円で前年に比べ6.9%の増加となっている、事業経営者世帯は119.32円で前年の118.94円に比べ目立った伸びは認められない。

日雇・家内労働者世帯の食費は96.16円で前年より総額で3.7%増加しているが肉、卵、乳類、果実類は若干減少している。

その他の消費者世帯の食費は108.37円で前年より2%低くなっている、これを食品群別にみると野菜類を除く、その他食品はいずれも減少している。

(ハ) その他の世帯

その他の世帯の食費は98.13円で前年に比べ8.5%の増加となっており、前年に比べて穀類が減少している以外は豆類、魚介類、肉、卵、乳類、果実類等いずれも増加している。