

結 果 の 概 要

I 概 説

近年における国民の栄養摂取の動向をみると昭和30年代以降のわが国経済の高度成長による所得の上昇を背景として、全国平均的な栄養状態は年々改善されてきており、穀類、いも類などの澱粉性食品は減少の傾向にあり、油脂類、果実類などの摂取が増加する傾向がみとめられる。

しかし、この経済成長はきわめて急速であったため、いわゆる「ひずみ」を生じ、これに追いつけないまま、立ち遅れた階層が存在することも既に指摘されたところである。国民栄養調査でも地域、職業、所得階層の別にみて栄養水準にかなりの格差がみとめられた。

質的に貧しい食物をとっている世帯は栄養摂取量も不足しがちで、低い水準にあるが、他方、経済的に余裕のある階層でも決して問題がないわけではなく、食糧消費内容の変化も栄養面を考慮しない奢侈的消費傾向がみられるなど改善すべき点が多く残されている現状にある。

また、わが国の健康水準について概観するとき、国民生活の安定向上、公衆衛生対策の進展等に伴って伝染性疾患は激減しているが食生活と関係があると考えられる高血圧症、心臓病、糖尿病などのいわゆる成人病は増大の傾向にある。

さらに成人層はもとより青少年、幼児の一部に肥満症の増加が目立っているが、一部栄養素の過剰摂取による身体的障害として新たな問題が提起されている。このほか体位、体力の面では、全体的にみると欧米諸国の水準に比べてなおかなりの立ち遅れがみられる。

国民の栄養改善問題は、疾病予防、健康増進、体力増強に関連してもっとも基本的な問題であり、近年、ますますその重要性を加えつつあるといえよう。

以下、本年度における国民栄養調査成績の概略を紹介する。

栄養摂取状況

昭和41年度調査は、生活総合調査の関係で11月に実施したのであるが、国民1人1日当り栄養摂取量を同じく11月に行なった昭和39年度成績と比較すると熱量、蛋白質、ビタミンB₁は横ばいの状態であるが、そのほかの栄養素は順調な増加を示しており、特に脂肪の増加が目立っている。

このように全国平均的な栄養水準は年々改善されてはきているが、地域、業態、所得階層の別に検討した場合格差が著しく、全体として満足できる状態までには、なおかなりの距離がある。

— 一年次増加率が多くなった農家世帯 —

農家世帯と非農家世帯の栄養摂取量を比較すると、農家世帯の栄養摂取量は、非農家世帯のそれより、動物性蛋白質、脂肪、ビタミンA等がかなり下回っている。しかし、対前々年度(昭和39年)の摂取量に対する増加率は脂肪を除きすべて農家世帯の方が多く、農家の食生活は最近はとみに改善の傾向をみせている。

農家世帯、非農家世帯の食生活の相違を簡単に比較するため、それぞれの世帯の摂取熱量の食品群別摂取構成をみると農家世帯は穀類から65.9%摂取しているが非農家世帯は59.8%となっている。

—食事内容のよい勤労者世帯、悪い専業農家世帯、日雇労働者世帯—

食事内容の状態を簡単にみる方法として、穀類カロリー比、動物性蛋白質比を使って、各種業態の世帯を比較すると、常用勤労者世帯は、それぞれの目標値である60%以下、40%以上に達しているが、専業農家世帯は著しく悪く、続いて兼業農家世帯も悪い。日雇労働者世帯は動物性蛋白質比はかなり目標値に近づいているが、穀類カロリー比は農家世帯なみに悪い。

しかし、微量栄養素の中で重要であるカルシウム、ビタミンA、B₁、B₂、C、または脂肪については日雇労働者世帯が悪い状態にある。

—地域にかたよった栄養摂取状態—

食糧の生産・流通条件あるいは所得水準は地域によって差があるので食生活もその影響をうけることになる。全国を12ブロックに分けて集計した成績に基づいて、穀類カロリー比、動物性蛋白質比を地域ブロック別に比較すると東京、横浜を含む関東Ⅰ地域、大阪、神戸、京都を含む近畿Ⅰ地域が、それぞれの目標値にはほぼ達しているが、南九州、北陸、東北地域は悪い。また、東海、近畿Ⅱ、関東Ⅱ地域も問題がある。また、ビタミン類の摂取量は、北海道、南九州地域、つづいて北九州地域において少ないのが目立っている。

—大都市より悪い、小都市、町村の栄養状態—

穀類カロリー比、動物性蛋白質比は、人口5万以上の市から7大都市までが目標値に達しているが、人口5万以下の市、町村は悪い状態にある。

これを、熱量の食品群別摂取構成で比較してみると、大都市ほど米が少なく動物性食品が多く、町村、人口5万以下の市はこの逆の形であることが目立っている。とくに町村では、脂肪、ビタミン類の摂取量が著しく少ない。

食糧消費の状況

次に昭和41年度の国民1人1日当り食品群別摂取量についてみると次のとおりである。

—伸びる畜産食品、油脂類—

全国平均1人1日当り食品群別摂取量は、昭和39年度に比較して畜産食品、油脂類、小麦類、緑黄色野菜以外の野菜が増加を示し、特に畜産食品と油脂類は順調な増加を示した。

一方、米、いも類、果実類、緑黄色野菜は若干減少している。

—畜産食品に目立つ農家世帯、非農家世帯の差—

農家世帯、非農家世帯の別に食品摂取状況を比較すると肉類、卵類、乳類は、非農家世帯の人達は農家世帯の2倍前後を摂取している。また、油脂類もかなりの差がみられる。

業態を細分してみた場合には、常用勤労者世帯の食糧消費水準が最も高く、これに比べて専業農家世帯と日雇労働者世帯はかなり下回った消費水準にあり、特に畜産食品、油脂類、果実類の差が著しい。

Ⅱ 各 説

A 食 品 摂 取 量

1. 全国平均1人1日当り食品摂取量

昭和41年度の国民1人1日当り食品群別摂取量は表一5のとおりである。