

結 果 の 概 要

1. 食品群別摂取量

国民1人1日当たりの食品群別摂取量を年次推移でみると表1のとおりである。特に顕著な減少を示したものに大麦・雑穀、いも類があるが、食生活に大きな影響を与える米類は、昭和32年調査を100]として20年後の52年調査をみると66.9となり33%の減少をみた。米類の摂取量は昭和36年以降漸減しており、前年度調査と比較しても若干(8.5g)の低下を示している。一方、32年調査と比較して52年調査で大きく増加したのものとしては、乳・乳製品(6.3倍)、肉類(4.5倍)、油脂類(3.9倍)、卵類(3.6倍)がある。

表1 食品群別摂取量の年次推移

| | 摂 取 量 (1人1日当たり: g) | | | | | 指数 (昭和32年11月=100) | |
|-------------|--------------------|--------|--------|--------|--------|----------------------|--------|
| | 32年11月 | 41年11月 | 47年11月 | 51年11月 | 52年11月 | 47年11月 | 52年11月 |
| 穀 類 | 350.4 | 334.7 | 274.7 | 243.0 | 234.5 | 78.4 | 66.9 |
| 米 類 | 58.2 | 69.4 | 88.6 | 91.6 | 92.4 | 152.2 | 158.8 |
| 小麦類 | 46.4 | 7.8 | 1.8 | 1.7 | 1.7 | 3.9 | 3.7 |
| 大麦・雑穀 | | | | | | | |
| い も 類 | 116.2 | 69.1 | 51.2 | 63.3 | 61.9 | 44.1 | 53.3 |
| さ と う 類 | 9.8 | 14.9 | 13.0 | 14.8 | 14.0 | 132.7 | 142.9 |
| 菓 子 類 | 16.0 | 24.0 | 35.9 | 27.9 | 27.1 | 224.4 | 169.4 |
| 油 脂 類 | 4.5 | 10.8 | 13.3 | 17.0 | 17.7 | 295.6 | 393.3 |
| 豆 類 | 70.6 | 75.6 | 64.1 | 68.5 | 67.7 | 90.8 | 95.9 |
| 緑 黄 色 野 菜 | 52.0 | 45.7 | 83.3 | 56.3 | 59.3 | 160.2 | 114.0 |
| その他の野菜・茸類 | 168.5 | 193.1 | 199.2 | 203.5 | 210.9 | 118.2 | 125.2 |
| 果 実 類 | 64.4 | 120.2 | 169.2 | 170.5 | 180.9 | 262.7 | 280.9 |
| 海 草 類 | 4.6 | 3.9 | 4.4 | 5.5 | 5.0 | 95.7 | 108.7 |
| 調 味 嗜 好 飲 料 | 43.5 | 64.2 | 116.4 | 113.4 | 116.4 | 267.6 | 267.6 |
| 魚 介 類 | 86.7 | 84.4 | 92.7 | 90.1 | 88.5 | 106.9 | 102.1 |
| 肉 類 | 15.2 | 34.7 | 70.8 | 64.4 | 68.4 | 465.8 | 450.0 |
| 卵 類 | 11.3 | 34.0 | 38.7 | 40.3 | 40.8 | 342.5 | 361.1 |
| 乳 ・ 乳 製 品 | 17.0 | 54.4 | 95.2 | 100.6 | 106.8 | 560.0 | 628.2 |

2. 栄養素等摂取量

(1) 国民1人1日当たりの栄養素摂取量についてみると表2のとおりである。

昭和32年調査を100として52年調査をみると、エネルギーについては変化なく、たん白質は11%増(うち動物性たん白質では56%増)、脂肪は2.4倍となっているが、炭水化物は21%の減を示している。

(2) 栄養素等摂取量を調査対象の平均栄養所要量* に対する比率でみると、エネルギー、たん白質、鉄、ビタミンA、B₁、Cは100%を超え、カルシウムとビタミンB₂は若干下まわっている(図1)。

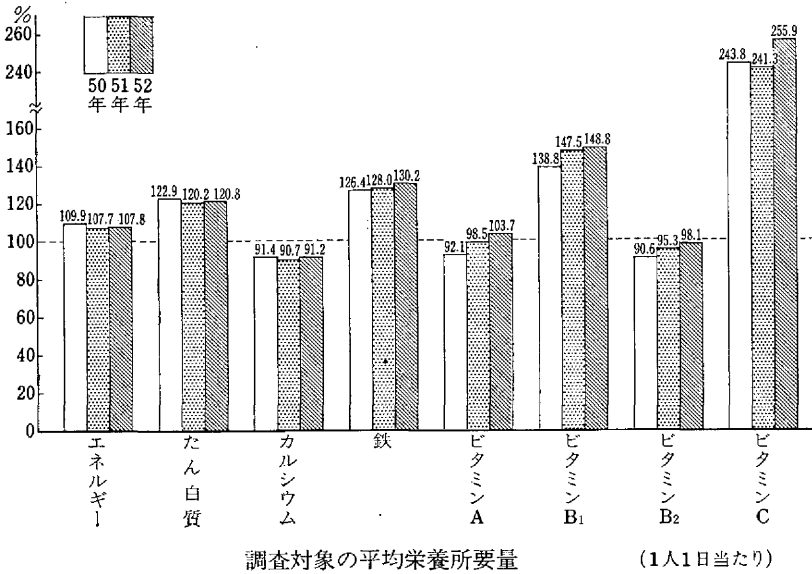
* 調査対象の平均栄養所要量は、性、年齢、労作、妊婦・授乳婦別を考慮した平均1人1日当たりの栄養所要量をいう。

表2 栄養素等摂取量の年次推移

| | | 摂 取 量 (1人1日当たり) | | | | | 指数 (昭和32年11月=100) | |
|----------|-------------------|-----------------|--------|--------|--------|--------|----------------------|--------|
| | | 32年11月 | 41年11月 | 47年11月 | 51年11月 | 52年11月 | 47年11月 | 52年11月 |
| エネルギー | kcal | 2,130 | 2,193 | 2,279 | 2,159 | 2,149 | 107.0 | 100.9 |
| たん白質 | g | 71.2 | 74.8 | 82.9 | 78.7 | 78.8 | 116.4 | 110.7 |
| うち動物性 | g | 24.7 | 29.3 | 40.4 | 38.1 | 38.6 | 163.6 | 156.3 |
| 脂 肪 | g | 22.4 | 39.7 | 50.1 | 52.4 | 53.8 | 223.7 | 240.2 |
| うち動物性 | g | — | 17.8 | 27.0 | 27.0 | 28.0 | — | — |
| 炭水化物 | g | 411 | 380 | 359 | 332 | 326 | 87.3 | 79.3 |
| カルシウム | mg | 389 | 499 | 549 | 548 | 550 | 141.1 | 141.4 |
| 鉄 | mg | 14 | — | 13.9 | 13.7 | 13.8 | 99.3 | 98.6 |
| ビタミン | I U | 1,976 | 1,600 | 2,067 | 1,724 | 1,810 | 104.6 | 91.6 |
| | B ₁ mg | 1.12 | 1.03 | 1.19 | 1.18 | 1.19 | 106.3 | 106.3 |
| | B ₂ mg | 0.73 | 0.90 | 0.98 | 1.02 | 1.04 | 134.2 | 142.5 |
| | C mg | 97 | 118 | 115 | 117 | 124 | 118.6 | 127.8 |
| 穀類エネルギー比 | % | 70.4 | 61.8 | 51.7 | 49.6 | 48.6 | | |
| 動物性たん白質比 | % | 34.7 | 39.2 | 48.7 | 48.4 | 49.0 | | |

注) 穀類エネルギー比=穀類エネルギー/総エネルギー×100, 動物性たん白質比=動物性たん白質/総たん白質×100

図1 栄養素等摂取量と調査対象の平均栄養所要量の比較 (調査対象の平均栄養所要量=100)



3. 世帯業態別にみた食生活

- (1) 食品群別摂取量を世帯業態別にみると、非農家世帯は農家世帯に比べて米類、いも類、豆類は少なく、小麦類、肉類、卵類、乳・乳製品は多い(表3)。
- (2) 栄養素等摂取量をみると、非農家世帯は農家世帯に比べて、動物性たん白質は15%、脂肪も15%