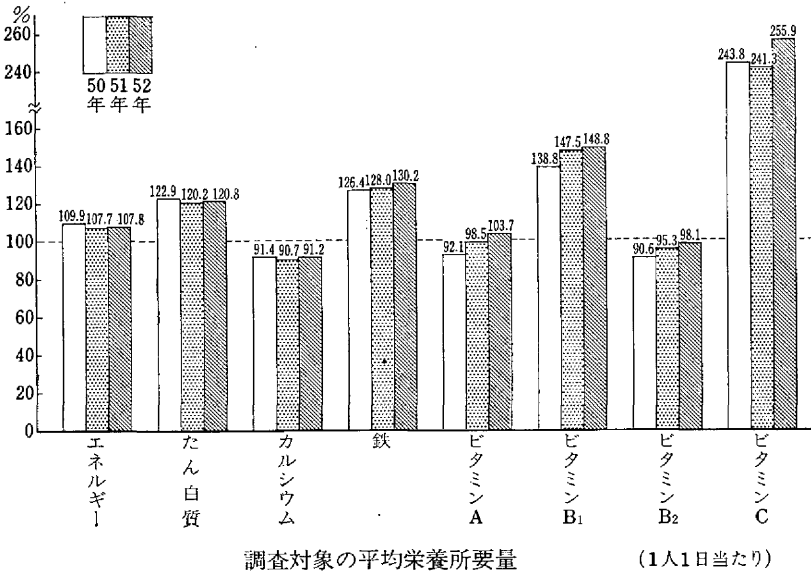


表2 栄養素等摂取量の年次推移

	単位	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%

多く、特に動物性脂肪では28%も多いが、エネルギーは5%、炭水化物は11%少ない(表4)。

(3) 栄養素等摂取量を世帯業態別の平均栄養所要量と比較した場合、非農家世帯はカルシウムを除いて、農家世帯はカルシウム、ビタミンB₂を除いて平均栄養所要量以上となっている(表4)。

表3 食品群別摂取量(世帯業態別)

(1人1日当たり:g)

	全 国	農 家 世 帯			非 農 家 世 帯					
		平 均	専業世帯	その他の世帯	平 均	自営業者世帯	常用勤労者世帯	日雇労働者世帯	その他の消費者世帯	
穀 類	米 類	234.5	286.4	297.0	282.2	224.1	229.4	221.8	270.8	222.6
	小 麦 類	92.4	69.0	65.0	70.6	97.1	96.6	98.1	74.3	90.7
	大麦・雑穀	1.7	1.2	1.5	1.2	1.8	2.0	1.7	1.2	1.9
い も 類	61.9	74.0	87.9	68.4	59.5	59.5	59.4	60.2	60.3	
砂 糖 類	14.0	15.3	17.1	14.5	13.7	13.6	13.7	11.3	14.4	
菓 子 類	27.1	28.4	34.2	26.0	26.8	28.4	26.3	21.6	26.9	
油 脂 類	17.7	14.6	15.3	14.3	18.3	16.7	18.9	12.2	17.1	
豆 類	67.7	78.8	83.3	77.1	65.5	68.6	64.5	58.9	65.7	
果 実 類	180.9	179.3	211.1	166.6	181.3	178.5	182.4	144.0	185.2	
緑 黄 色 野 菜	59.3	62.2	64.3	61.3	58.7	58.9	58.8	64.5	55.3	
その他の野菜・茸類	210.9	235.5	246.7	231.0	205.9	208.9	205.1	224.3	201.8	
海 草 類	5.0	5.4	5.4	5.4	5.0	4.9	4.9	6.0	5.6	
調 味 嗜 好 飲 料	116.4	105.3	112.8	102.3	118.6	128.1	115.4	104.4	122.1	
動物性食品	魚介類	88.5	88.9	91.1	88.0	88.4	95.4	86.3	89.3	85.9
	肉類	68.4	52.1	50.3	52.9	71.7	70.7	72.9	56.4	63.0
	卵類	40.8	36.8	39.6	35.6	41.6	39.0	42.8	32.4	39.0
	乳・乳製品	106.8	81.8	78.7	83.1	111.8	103.3	117.4	67.9	85.7

表4 栄養素等摂取量(世帯業態別)

(1人1日当たり)

	全 国	農 家 世 帯			非 農 家 世 帯						
		平 均	専業世帯	その他の世帯	平 均	自営業者世帯	常用勤労者世帯	日雇労働者世帯	その他の消費者世帯		
エ ネ ル ギ ー kcal	2,149	2,233	2,356	2,184	2,132	2,141	2,136	2,083	2,064		
たん 白 質 g	78.8	78.9	82.1	77.6	78.7	80.4	78.5	75.6	75.4		
うち動物性	38.6	34.3	34.7	34.2	39.4	40.2	39.5	35.6	36.5		
脂 肪 g	53.8	47.9	50.1	47.0	55.0	53.0	56.1	43.2	50.6		
うち動物性	28.0	22.8	23.0	22.7	29.1	28.0	29.8	22.4	25.4		
炭 水 化 物 g	326	359	381	350	319	324	318	332	315		
カルシウム mg	550	556	588	543	549	550	552	509	522		
鉄 mg	13.8	14.4	15.4	14.0	13.6	13.9	13.6	13.4	13.4		
ビ タ ミ ン	A IU	1,810	1,784	1,871	1,749	1,815	1,797	1,830	1,688	1,737	
	B ₁ mg	1.19	1.14	1.22	1.11	1.20	1.19	1.21	1.02	1.12	
	B ₂ mg	1.04	1.01	1.06	1.00	1.05	1.05	1.06	0.94	0.97	
	C mg	124	131	141	127	122	122	122	118	122	
穀類エネルギー比 %	48.6	52.5	51.3	53.0	47.8	48.4	47.5	54.6	48.5		
動物性たん白質比 %	49.0	43.5	42.3	44.1	50.1	50.0	50.3	47.1	48.4		
平均する栄養所要量に(%)	エ ネ ル ギ ー	107.8	106.2	110.2	104.6	108.1	106.5	108.5	99.1	110.7	
	たん 白 質	120.8	116.0	118.3	115.0	121.8	122.6	122.1	111.7	116.6	
	カルシウム	91.2	91.3	96.2	89.3	91.2	90.6	91.9	84.7	85.8	
	鉄	130.2	134.6	145.3	130.8	128.3	129.9	128.3	127.6	126.4	
	ビ タ ミ ン	A	103.7	100.1	106.1	97.7	104.5	102.9	106.0	96.5	95.6
		B ₁	148.8	134.1	141.9	132.1	151.9	148.8	153.2	121.4	151.4
B ₂		98.1	90.2	93.0	90.1	100.0	98.1	101.0	83.9	98.0	
C	255.9	269.1	291.3	260.3	253.3	251.8	254.3	244.3	246.9		