

## 4. 支出階層別にみた食生活

- (1) 食品群別摂取量をみると、1人1か月当たり家計上の現金実支出が多額になるほど米類は少なくなり、油脂類、調味嗜好飲料、肉類、卵類、乳・乳製品は多く摂取する傾向がみられる(表5)。
- (2) 平均栄養所要量に対する栄養素等摂取量の比率は、家計上の現金支出が多額になるほど高くなる傾向にある(表6)。

表5 食品群別摂取量(支出階層別) (金額は1人1か月当たり現金実支出額, 食品摂取量は1人1日当たり: g)

	10,000円 未 満	10,000~ 14,999円	15,000~ 19,999円	20,000~ 24,999円	25,000~ 29,999円	30,000~ 34,999円	35,000~ 39,999円	40,000円 以 上	
穀 類	米 類	276.8	256.8	250.7	249.2	245.8	234.8	225.5	227.3
	小 麦	59.6	79.2	79.1	81.6	80.6	90.0	95.5	100.4
	大麦・雑穀	1.8	1.1	1.0	1.9	1.7	1.6	1.8	1.8
い も 類	67.0	65.7	65.0	64.8	66.9	63.3	62.7	58.7	
砂 糖 類	14.4	15.5	12.7	13.3	13.7	13.5	13.2	14.7	
菓 子 類	13.5	22.3	26.3	26.9	26.5	26.9	27.8	27.7	
油 脂 類	14.8	15.4	13.6	14.4	15.5	16.4	17.9	19.9	
豆 類	69.9	70.4	67.6	68.2	69.6	66.9	67.5	67.5	
果 実 類	152.2	182.2	172.2	160.5	164.0	172.9	181.3	194.1	
緑 黄 色 野 菜	48.7	51.9	55.2	57.5	55.4	56.5	59.8	62.5	
その他の野菜・茸類	237.5	208.8	207.7	208.0	211.8	203.9	203.1	216.2	
海 草 類	4.9	4.9	5.3	4.5	5.2	5.2	4.8	5.1	
調 味 嗜 好 飲 料	75.1	90.2	94.7	100.3	101.4	110.8	114.1	131.4	
動物性食品	魚 介 類	78.2	77.9	85.5	82.7	85.4	87.9	89.2	91.8
	肉 類	50.2	51.6	49.9	54.1	59.5	64.7	68.9	78.1
	卵 類	32.2	34.3	35.4	36.5	37.4	39.7	41.1	44.0
	乳・乳製品	51.3	83.0	85.5	94.9	98.3	107.1	115.0	113.8

表6 栄養素等摂取量(支出階層別) (金額は1人1か月当たり現金実支出額, 栄養摂取量は1人1日当たり)

	10,000円 未 満	10,000~ 14,999円	15,000~ 19,999円	20,000~ 24,999円	25,000~ 29,999円	30,000~ 34,999円	35,000~ 39,999円	40,000円 以 上		
エ ネ ル ギ ー kcal	2,014	2,085	2,054	2,073	2,099	2,115	2,130	2,215		
たん 白 質 g	70.3	72.3	74.0	74.2	76.1	77.4	78.8	82.0		
うち動物性 g	29.6	31.4	33.6	33.8	35.7	37.7	38.9	41.6		
脂 肪 g	41.8	46.3	45.3	46.8	49.1	51.8	54.0	58.7		
うち動物性 g	18.5	21.9	22.3	22.9	24.7	27.0	27.9	31.3		
炭 水 化 物 g	329	333	327	327	328	324	321	327		
カルシウム mg	465	504	518	525	537	543	555	569		
鉄 mg	12.5	12.9	13.2	13.3	13.5	13.5	13.7	14.2		
ビ タ ミ ン	A IU	1,386	1,588	1,642	1,692	1,690	1,747	1,838	1,918	
	B <sub>1</sub> mg	1.07	1.11	1.08	1.13	1.16	1.16	1.18	1.24	
	B <sub>2</sub> mg	0.88	0.94	0.95	0.97	1.00	1.02	1.06	1.09	
	C mg	117	122	121	119	120	120	124	128	
穀類エネルギー比%	55.7	52.8	52.3	51.7	50.6	49.2	48.1	46.8		
動物性たん白質比%	42.1	43.4	45.4	45.6	46.9	48.7	49.4	50.7		
平均する比率 栄養所要量に (%)	エ ネ ル ギ ー	98.7	102.8	101.7	103.6	105.4	105.8	107.3	111.3	
	たん 白 質	105.8	109.9	112.7	113.8	117.3	118.8	122.0	125.4	
	カルシウム	78.4	84.3	86.5	87.9	89.5	90.0	93.2	93.4	
	鉄	121.4	122.9	125.7	126.7	127.4	127.4	130.5	131.5	
	ビ タ ミ ン	A	82.1	92.3	95.3	98.6	97.7	101.5	107.7	107.9
		B <sub>1</sub>	130.5	137.0	133.3	141.3	145.0	145.0	149.4	155.0
		B <sub>2</sub>	80.0	86.2	88.0	90.7	94.3	95.3	100.0	102.8
		C	246.7	252.6	252.2	248.1	248.1	249.2	258.6	261.5