

## 2. 食品の摂取状況

国民の全国平均1人1日当たり食品群別摂取量の動向についてみると表2のとおりである。各食品群について年次推移をみると図2のとおり穀類では、小麦類はなお増加傾向を維持しており、一方米の減少傾向はやや鈍化した。

次にいも類、豆類及び野菜類それに果実類の摂取量はほぼ横ばいであるが、油脂類はわずかながらであるが増加の傾向が見られる。また、動物性食品については、魚介類と卵類は横ばいであり、肉類と乳・乳製品は、わずかながら増加傾向にある(表2、図2)。

図2 食品群別摂取量の推移

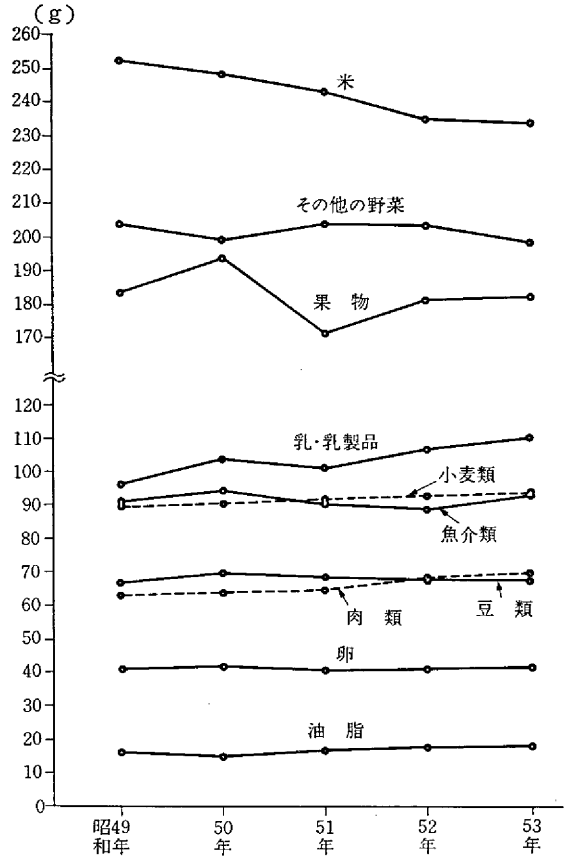


表2 食品群別摂取量の年次推移

(1人1日当たり：g)

食品群別	年次		年次		
	昭和49年11月	昭和50年11月	昭和51年11月	昭和52年11月	昭和53年11月
穀類					
米類	252.3	248.3	243.0	234.5	233.7
小麦類	89.8	90.2	91.6	92.4	93.3
油脂類	16.2	15.8	17.0	17.7	18.3
豆類	67.0	70.0	68.5	67.7	67.6
緑黄色野菜	52.3	48.2	56.3	59.3	59.5
その他の野菜・茸類	204.1	198.5	203.5	203.0	198.2
果実類	183.6	193.5	170.5	180.9	181.3
海草類	4.7	4.9	5.5	5.0	5.6
調味嗜好飲料	114.2	119.7	113.4	116.4	122.4
魚介類	91.0	94.0	90.1	88.5	92.8
肉類	62.8	64.2	64.4	68.4	69.2
卵類	41.1	41.5	40.3	40.8	41.6
乳・乳製品	96.5	103.6	100.6	106.8	109.9

## 3. 栄養素の食品群別摂取構成

— 約50%に達した動物性たん白質比 —

主要栄養素である、エネルギー、たん白質、脂肪について、食品群別にどのような比率で摂取してい