

(28)

のに対し、その他の食品の摂取量は最低であって、この階層では食品が穀類、いも類などの食品にかたよっていることがわかる。

○世帯業態別・栄養摂取状況

世帯業態別の栄養摂取状況についてみると、農家世帯は非農家世帯に比較して熱量、植物性蛋白質、炭水化物が多く、他の栄養素はすべて少ない。

とくに動物性蛋白質、脂肪、ビタミンAは非農家世帯の八割程度である。

食品群別の摂取状況では、農家世帯では穀類、いも類、その他の野菜などの食品群が多く、動物性食品、果実類、油脂類などの良質の食品群が少ないが目立っている。

また、非農家世帯の中では、日雇労働者世帯は、かなり低い水準にある。

このように全国の平均的栄養摂取量はかなり良好な状態になっているとはいえ、世帯業態別にみると、バランスのとれていない栄養摂取状況が目立っている。

○地域ブロック別・栄養状態

地域ブロック別の栄養摂取量についてみると、7大都市が熱量を除いてはすべての栄養素について全国平均以上であり、特に動物性蛋白質、脂肪、ビタミンAが多い。一方、四国、九州地区では、全ての栄養素が全国平均より摂取量が少なく、特に、脂肪、カルシウム、ビタミン類は少ない。

○外食の状況

近年、都市を中心に外食の割合が高まる傾向がみとめられるので、本年度より外食の調査を加え、その割合を調べたが、全国平均の外食率は11.6%（1人が3日間に1回外食している割合）また、世帯業態別にみると農家世帯は8.2%、非農家世帯は13.5%となっている。

なお家計上の現金支出階層別に比較した場合は支出の高い階層ほど外食率も高い傾向を示している。

即ち、5,000円未満では8.8%であるが、20,000円以上の階層では18.8%と2倍の外食率を示している。

II 各 説

A 食 品 摂 取 量

1. 全国平均1人1日当たり食品摂取量

昭和39年度の国民1人1日当たり食品群別摂取量についてみると、前年に引き続き動物性食品、緑黄色野菜、果実類、油脂類等が順調に増加を示して食糧消費の内容は質的に一段と改善されてきている。

〔注〕従来の年4回の調査成績を検討した結果、年4回の食品摂取量の平均と5月の平均食品摂取量は、近似であり、つづいて11月もかなり近似である。しかし個々の食品になると大幅な開きがあるものもある。このため、年次推移の検討は、本年は11月の比較によって行なうことにした。

(1) 穀 類 米類—米類の1人1日当たり摂取量は354.3gであり、ここ10年間の摂取推移をみても特に目立った増減はみられず家庭食に関するかぎり、1回の米の摂取量は変化がないといえる。このことは日本人の米に対する好みの根強さを示しているものといえよう。

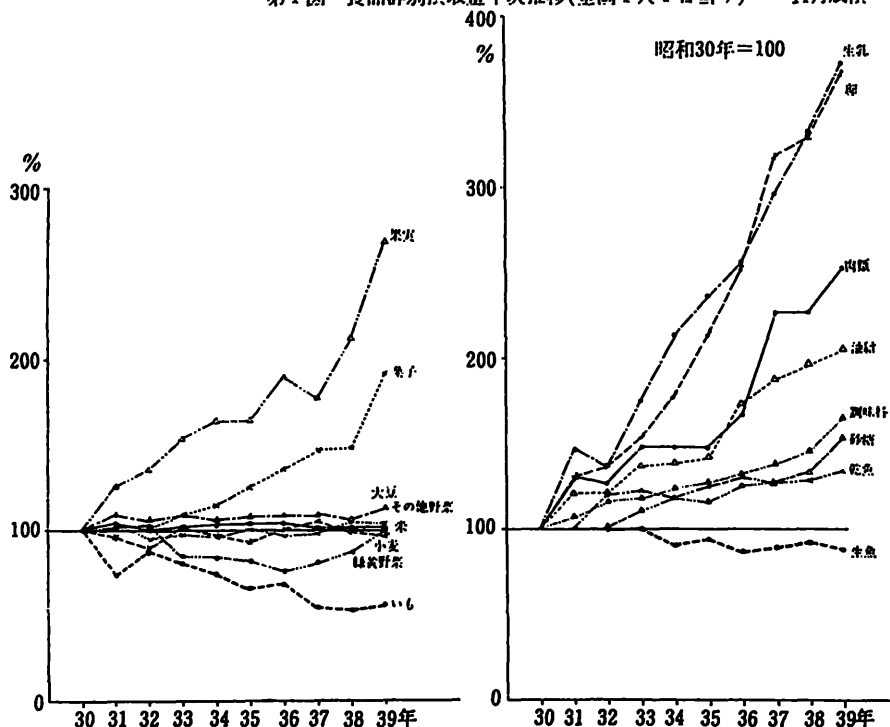
小麦類—小麦類の摂取量は62.9gで年次別に摂取推移をみると37年を境に減少の傾向を示している。

その他の穀類—その他の穀類の摂取量は8.0gであり、大麦を主とするこの群の穀類は年々減少の一途

をたどっている。

- (2) いも類—いも類も年々摂取の減少を示す食品であったが、39年度の摂取量は74.0gで若干の増加を示した。
- (3) 砂糖類—砂糖類の摂取量は、14.8gである。砂糖類は年々増加している食品の1つであるが、38年から39年へかけてはかなり高い増加率を示している。
- (4) 菓子類—菓子類の摂取量は30.6gであり、近年の摂取推移をみると毎年約8%の増加率を示していたが、39年度はかなり大幅な増加を示している。
- (5) 油脂類—油脂類の摂取量は、7.9gで前年の摂取量を上回っており、年次別の摂取推移をみても顕著な増加傾向を示している。
- (6) 豆類—豆類の摂取量は74.4gで前年の摂取量を上回った。なお、年次別に摂取推移をみると31年以来ほとんど変化のない食品である。
- (7) 野菜類—緑黄色野菜—緑黄色野菜の摂取量は50.7gで前年の摂取量を上回ったが、年次別に摂取推移をみると11月に関するかぎり、この数年間増加傾向がみとめられる。
その他の野菜類—その他の野菜類の摂取量は176.7gで前年摂取量を上回っており、年次別に摂取推移をみると、緑黄色野菜と同様11月の摂取状態はこの数年間増加傾向を示している。
- (8) 果実類—果実類の摂取量は、127.7gで前年の摂取量をかなり上回ったが、最近数年間の摂取推移をみると、この1～2年における増加率の大きいことが特に目立っている。
- (9) 動物性食品 魚介類—魚介類の摂取量は83.6gで前年の摂取量を若干下回り、年次別に摂取推移をみると最近数年間はほぼ横ばいの傾向を示している。

第1図 食品群別摂取量年次推移(全国1人1日当り) 11月成積



(30)

獣鳥鯨肉類—獣鳥鯨肉類の摂取量は、30.6gで前年の摂取量を上回っており、年次別に11月の摂取推移をみてもゆるやかな増加傾向を示している。

卵類—卵類の摂取量は30.2gで前年の摂取量を、上回り、年次別に摂取推移をみても着実な増加傾向を示している。

乳・乳製品—乳乳製品の摂取量は、46.2gで、年次別に11月の摂取推移をみると動物性食品のうち最も大きな増加率を示している。

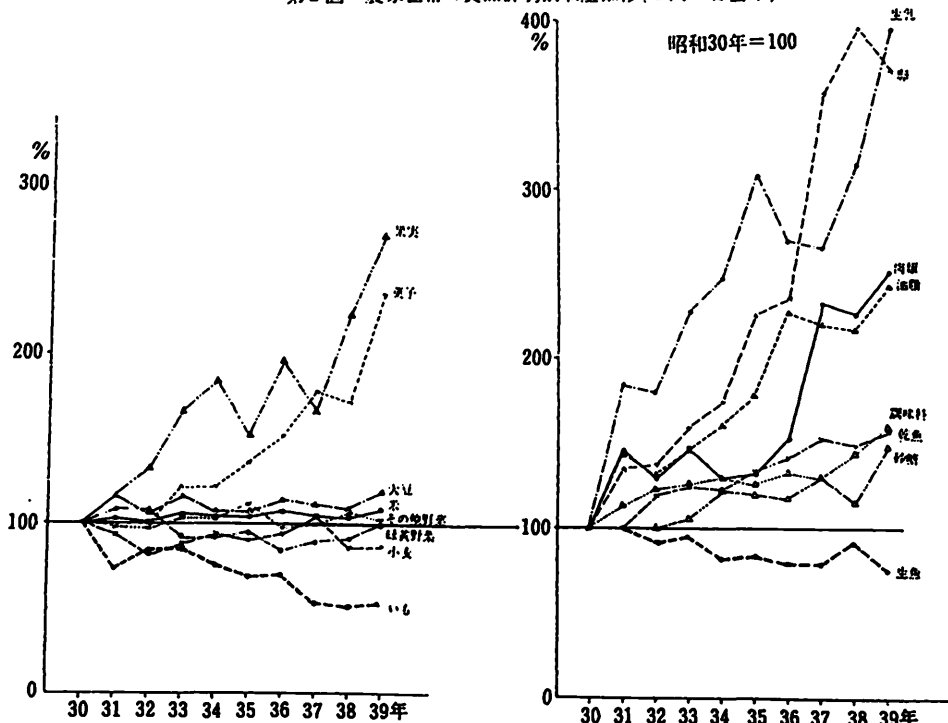
2. 世帯業態別食品摂取量

(1) 農家世帯と非農家世帯

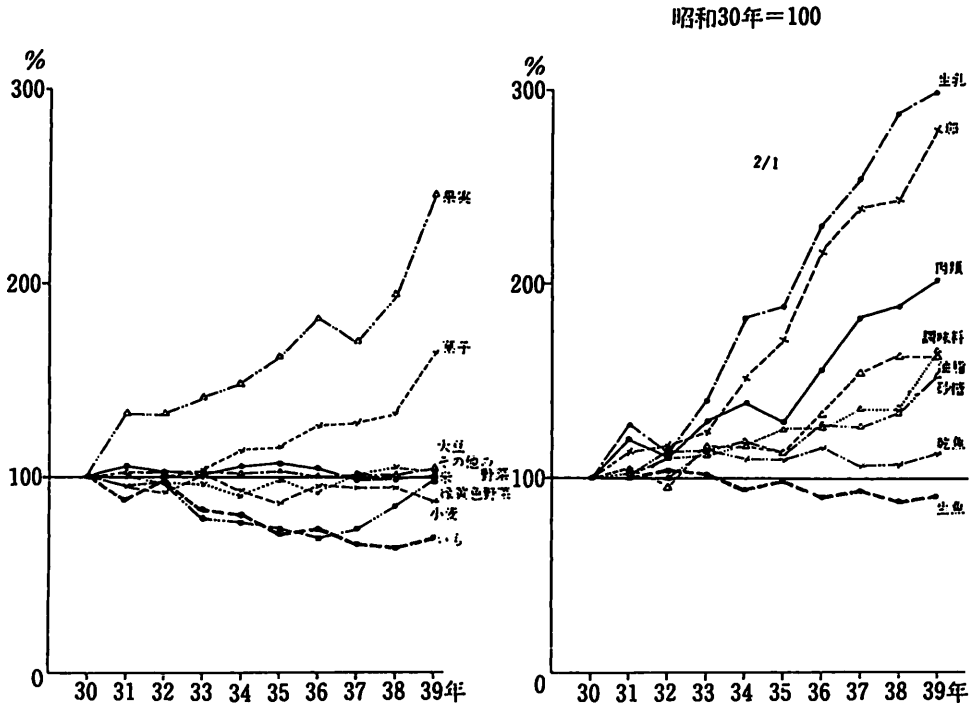
この2つの世帯業態別には、昭和30年以降の成績が経時的に観察出来る。年次推移から見た特徴は次の通りである。

- a) 米、小麦以外の穀類の摂取量は農家も減少しているが、非農家の方が顕著である。
- b) いも類は農家の消費量の方が多いが、減少の割合は非農家より急激である。
- c) 砂糖類は変化に差はないが常に農家の方がわずかではあるが多く消費している。
- d) 油脂類、菓子類、果実類、獣鳥鯨肉類、卵類、乳・乳製品等の摂取量は、非農家の方が大幅に上回るが、最近数年間は農家世帯も順調な増加傾向を示している。
- e) 豆類の摂取量は現在では両業態間に殆んど差がなく年次的にも変化が少ない。
- f) 魚介類は乾魚が増え、生魚が減る傾向にあるが、何れも農家の方が変化の率は高い。
- g) 全国平均と比べて農家が多く摂取している食品は、米、その他の穀類、いも類、砂糖類、その他の豆類、その他の野菜で、一方、非農家の方が多い食品は小麦類、菓子類、油脂類、果実類、生魚、獣

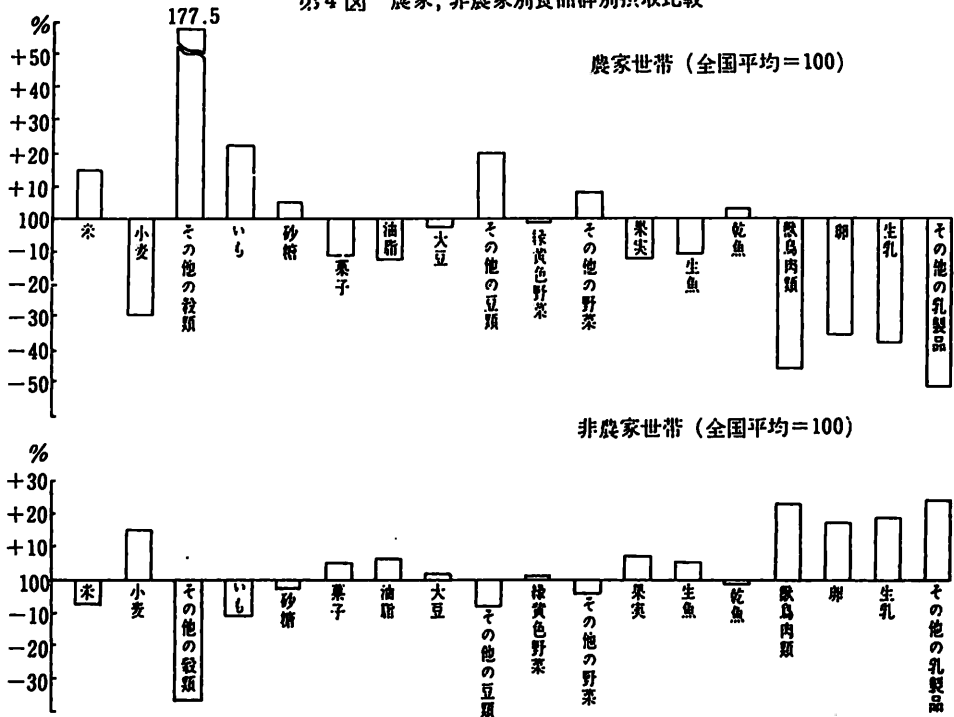
第2図 農家世帯の食品群別摂取量推移(1人1日当り)



第3図 非農家世帯の食品群別摂取量推移(1人1日当り)



第4図 農家, 非農家別食品群別摂取比較



鳥鯨肉類、卵類、乳・乳製品であり、その他の食品は農家、非農家の間に差がない。

(2) 世帯業態細分別

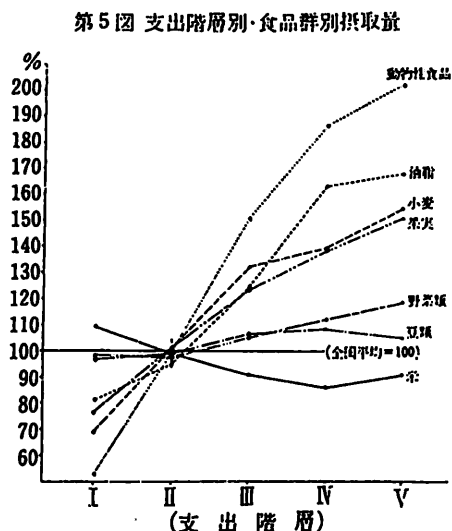
同じ農家世帯でも、これを専業農家、常用勤労者のいる兼業農家、その他の兼業農家で分けて見ると、農家世帯の特徴のうちで、米、その他の穀類、その他の野菜が多く、獣鳥鯨肉類の少ない点が専業農家に特に強く現われており、常用勤労者のいる農家世帯では、乾魚、砂糖類の多い点が強く、同じ農家の中でもいも類は少なく、菓子類、獣鳥鯨肉類、果実類、卵類は多い方である。その他の兼業世帯は、多くのものは前二者のほぼ中間であるが、小麦、油脂類の消費の少ない点では農家の特徴を強く現わしており、農家に多い米、砂糖類、その他の野菜は少なく、非農家的な性格を示している。

非農家世帯を自営業世帯、常用勤労者世帯、日雇労働者世帯等に分けて見ると、自営業世帯の特徴は、生魚の多いことと、乾魚、いも類の少ないことが目立っている。一方常用勤労者世帯は小麦、菓子類、油脂類、果実類、獣鳥鯨肉類、卵類、乳・乳製品の多いことと、その他の穀類、米の少ない点は非農家の特徴を強く現わしている。日雇労働者世帯はむしろ農家型の特徴を多く示しており、全国平均より多いものは、米、その他の穀類、いも類、乾魚のみで、他は何れも少なく、農家では多かった砂糖類、その他も平均以下である、しかし、獣鳥肉類、卵類はどの農家世帯よりも多い。以上の業態別観察の結果から、栄養的に見て日本人の食生活上不足しがちの動物性蛋白質、ビタミン類等を多く含む食品を比較的多く摂取しているのは、非農家の常用勤労者世帯であり、一方、日雇労働者世帯および専業農家はその反対の方向を示している。

3. 支出階層別・食品摂取量

全国の世帯をその家計上の現金支出額(1人1カ月当たり)により5,000円未満、5,000円～9,999円、10,000～14,999円、15,000～19,999円、20,000円以上の階層に分けた。(以下これを第Ⅰ,Ⅱ,Ⅲ,Ⅳ,Ⅴ階層という。)

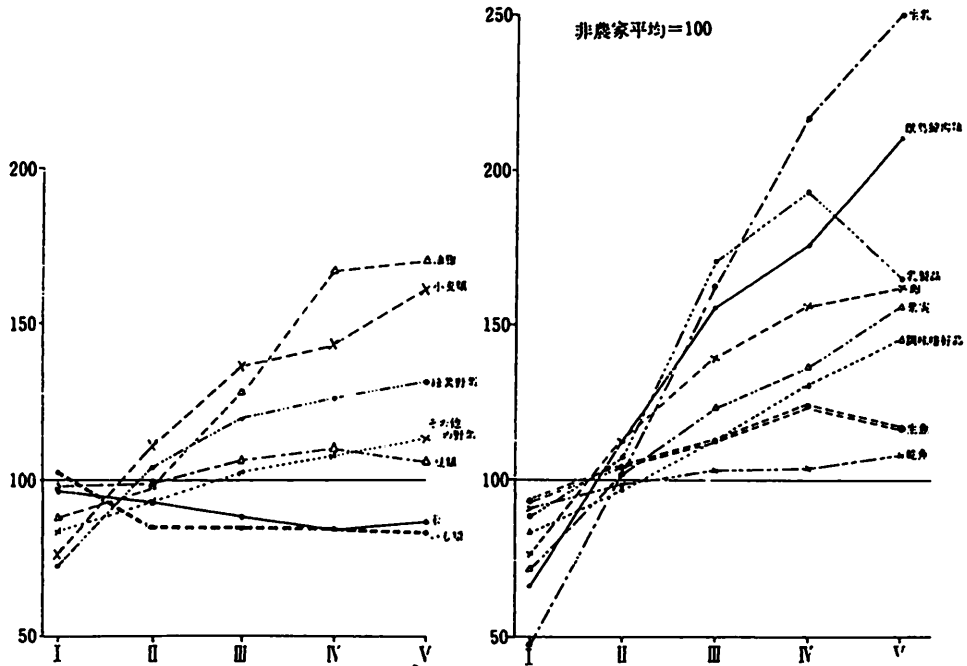
各階層別の食品摂取量について全国平均を100として比較してみると、第5図のとおりで第Ⅱ階層がすべての食品について全国平均とほぼ一致した摂取水準を示している。



また、現金支出水準の上昇に比例して、大部分の食品の摂取量は増加するが、その他の穀類は例外的に支出に逆比例して減少する。米といも類は、はじめは減少するが、次第に減少度が小さくなっていく。上昇度の最も大きいものは乳・乳製品、獣鳥鯨肉類、油脂類、小麦類等である。卵類は第Ⅲ階層迄は上昇が急であるが以後そのカーブがゆるくなっている。果実類、調味嗜好品は上述の食品より上昇度はやや小さいが、頭打ちの傾向は見えない。生魚は逆に第Ⅴ階層で下降を見せている。更に非農家世帯について支出階層別に細分して観察してみると次のとおりである。

非農家世帯は支出階層の上るに従って、ほとんど

第6図 非農家支出階層別食品群別摂取量



全ての食品が一定の傾向を示すことがわかる(第6図)。すなわち、支出の増えるにつれて、摂取量の最も増大するのは乳・乳製品であり、次が獣鳥鯨肉類であり、油脂類と卵類がこれに続き小麦類と果実類がそれより少し少ない。菓子類、生魚、砂糖類、緑黄色野菜は更に増加がわずかである。一方ごくわずかに増えるものは、乾魚類(魚肉ソーセージ等もふくむ)、豆類で、反対に減少するのは米類、いも類、その他の穀類である。特にその他の穀類の減少は著しい。ほとんど全ての食品が支出階層の上昇に比例して直線的に変化するが、第IV階層から第V階層への変化はカーブがゆるくなっている。例えば卵類・油脂類、緑黄色野菜、菓子類、砂糖類等がこの部類に入る。

また第V階層になっても、なお上昇の衰えないものとしては、乳・乳製品、獣鳥鯨肉類、果実類があり、これらは支出レベルが上昇すれば、まだもっと増加するとも考えられる。

4. 地域ブロック別食品摂取量

食糧の生産・流通には地域差があり、その影響によって食生活も地域による相違があると考えられる。

そこで、39年度調査成績について全国を7大都市と5地域ブロックに分けて集計を行なったが、各地域別の食品摂取の傾向について次のような結果が得られた。

- (1) 7大都市は獣鳥鯨肉類、乳・乳製品類・卵類、小麦類の摂取が特に多く、その他の穀類、いも類、米の摂取の少ないことが特徴である。また油脂類、果実類も摂取の多い方であり、魚介類の摂取は少ない方である。以上を要約すると、他地域に比べて食糧の消費内容は栄養的に最も高い水準にあるといえよう。
- (2) 北海道、東北地域—生魚、その他の野菜が最も多く、獣鳥鯨肉類、緑黄色野菜類、砂糖類、調味嗜好品は最も少ない。その他の穀類、果実類の摂取も多い方である。
- (3) 関東、甲信地域—菓子類、油脂類、豆類をどの地域よりも多く摂取しているが、生魚の摂取は最も少

第 4 表 地域ブロック別・食品群別摂取量 (全国平均=100)

		七 大 都 市	北 海 道	東 北	関 東・甲 信	東 海・北 陸・越	近 畿・中 国	四 国・九 州
植	穀 米	87.8	105.1	90.4	109.7	107.5	100.5	
	小 麦	136.6	96.2	124.1	66.5	91.4	84.3	
	類 他	25.0	132.5	111.3	101.3	42.5	186.3	
物	い も	78.0	110.5	97.8	112.3	92.6	109.6	
	砂 糖	87.8	79.1	111.5	93.9	115.5	104.7	
	菓 子	104.2	99.3	129.1	105.2	92.5	69.9	
	油 脂	116.5	107.6	121.5	73.4	96.2	83.5	
	種 実							
性	豆 大豆	95.1	118.5	92.0	95.9	92.4	108.7	
	類 他	91.2	91.2	128.1	100.0	110.5	78.9	
	緑 黄 野 菜	105.9	78.7	99.0	102.6	111.2	100.0	
	そ の 他	97.6	120.8	105.4	101.9	93.5	84.5	
	果 実 海 藻	109.5	109.6	95.1	96.5	104.8	87.3	
動	魚 生	92.7	123.7	88.4	98.7	97.8	102.2	
	介 乾	94.9	100.5	107.5	96.5	108.6	90.3	
	獸 鳥 肉	159.8	73.2	96.7	70.6	107.2	89.9	
物	卵	128.8	83.8	101.7	83.4	107.3	92.4	
	乳 生	158.7	90.9	110.3	85.6	97.4	59.9	
性	類 その他	178.3	87.0	95.7	91.3	73.9	73.9	

ない。砂糖類、小麦類の摂取は比較的多く、米は比較的少ない方である。その他の食品は全国平均並みである。

(4) 東海、北陸、越地域—米、いも類の摂取が最も多く、小麦、油脂類、獣鳥鯨肉類の摂取は全国で最も少ない。菓子類がやや多く、卵類が少ない方であるが、その他のものはほぼ全国平均に近い。

(5) 近畿、中国地域—砂糖類、緑黄色野菜類、乾魚の摂取は全国で最も多く、その他の穀類の摂取は最も少ない。獣鳥鯨肉類、卵類、米の摂取はやや多い方であり、いも類、その他の野菜、乳・乳製品は比較的少ない方である。

(6) 四国、九州地域—その他の穀類の摂取のみが全国で一番多く、卵類、乳・乳製品、菓子類、油脂類、その他の野菜類、豆類、果実類、穀類は何れも全国で最も少ない。小麦、獣鳥鯨肉類、調味嗜好品も比較的少ない方である。いも類、砂糖類・生魚は全国平均よりやや多い。

B 栄 養 摂 取 量

全国および各階層別の食品の摂取量は、前述のとおりであるが、この食品摂取によって得られる栄養量は、三訂日本食品標準成分表・国民栄養調査用追加食品成分表を用いて各世帯ごとに計算し、全国および各階層別1人1日当たり摂取栄養量を算出した。

しかし、食品成分表が従来用いていたものとかかなり変わっている点もあるので、年次推移の比較に当たってはその点を考慮する必要がある。