

昭和27年度国民栄養調査成績の概要

I 国民栄養調査の実施方法

(1) 目的

本調査は国民栄養の実態を把握し、国民栄養改善対策の樹立及び食生活改善指導の基本資料として、公衆衛生上国民体位及び健康の向上に資するほか、食糧生産対策及び輸入方策等に貢献している。

(2) 実施方法

調査は昭和21年及び22年は有意抽出により、都市農村の比較を目的としてきたが、昭和23年以降は任意抽出法を用い、国民全体を対象として都市、農村の比較ができるような方法で実施してきている。

1. 調査客体のとり方

昭和21年及び22年は都市（消費者）農村（生産者）の比較を目的として調査客体を選定した。昭和23年から26年までは日本全国を大都市中小都市（人口三万以上）及びその他の町村の3階層に分ち、夫々調査地区を任意抽出したが、昭和27年度以降は都市、郡部に大別し市部は6大都市、中都市、小都市、郡部は農村、漁村、その他に分ち、調査地区の抽出の方式は層化多段法により、調査世帯は任意抽出法により決定した。なお従来実施していた特殊地区（鉱山、鉄道）の調査は昭和27年度から廃止した。

2. 調査項目

各世帯につき次の項目を調査した。

(1) 栄養摂取量調査

- (イ) 摂取食品量
- (ロ) 食品群別栄養摂取量
- (ハ) 入手別栄養摂取量

(2) 身体栄養状態調査

- (イ) 身長、体重、胸囲、座高の測定（昭和27年度より座高を加えた。）
- (ロ) 栄養不足に関係する症候（貧血、毛孔性角化症、口角炎、腱反射消失、浮腫、慢性胃腸障害、徐脈、月経遅延及び無月経、母乳分泌不良）但し昭和27年度より角膜乾燥、同軟化症、舌炎及び口内炎、慢性下痢

を廃止し、新たに慢性胃腸障害及び歯牙異常を加えた。なお5月、8月のみに初潮年令調査を実施した。

3. 調査時期

調査は年4回とし、5月、8月、11月及び翌年2月に実施した。

4. 調査方法

調査月中、連続三日間の栄養摂取量を調査し、その前後において身体栄養状態を調査した。

前者は調査員が戸別訪問して調査し、後者においては被調査者を一定の場所に集めて医師がこれに当つた。

(3) 集計及び整表方法

国民栄養調査の成績は、第1部、第2部及び第3部に分け本書に集計収録した。

第1部は、昭和27年度において実施した調査成績をまとめた。

第2部は、昭和23年以降昭和27年までの比較を試みた。

第3部は、国民栄養に関係のある資料を附録として掲載した。

II 調査成績(第1部及び第2部)

以下述べる国民栄養調査の成績は主として全国成績及び都市、農村の比較に重点をおき、前年度と比較して述べることにした。以下述べる中で年間平均とは年4回の算術平均で算出したものである。但し、身長、体重、胸囲及び座高は毎年5月（但し座高は昭和27年5月のみ）調査を収録した。

(1) 栄養摂取状態

1. 栄養摂取量（第1, 2, 3, 8表及び第1図）

栄養摂取量については、戦後逐年、熱量、蛋白質、動物性蛋白質、脂肪は増加を示しており、無機質は殆んど変化なく、ビタミンについてはA、Cは減少し、その他のビタミンは殆んど変化していない。

熱量 昭和27年度は全国平均2109カロリーを示し、26年度（戦後最高値を示した）の2125カロリーに比し若干の減少を示しており、これは都市、農村ともにみられる。但し農村の摂取量

は都市の夫に比し約110カロリー多いが何れも基準2,180カロリーに到達していない。

蛋白質 昭和27年度は全国平均蛋白質合計70g 動物性蛋白質(23g)で夫々昭和26年度の68g(19g)に比し増加を示している。この傾向は都市、農村ともにみられるが、都市の摂取量は熱量の場合と逆に農村よりも多い。何れの数値も基準73g(動物性蛋白質30%以上)に達していない。

脂肪 昭和27年度は全国平均20gを示し、都市23g、農村18gで夫々戦後最高値を示しているが何れも目標30gには達していない。

無機質 カルシウムは昭和27年度は全国平均0.37g、都市0.35g、農村0.39gを示し、若干の増加がみられるが、何れも基準1.0gに程遠い。

磷は過剰、鉄はほぼ基準量に達している。

ビタミン ビタミンAは昭和27年度全国平均2,700、都市3,014、農村2,496国際単位で昭和26年度に比し若干の増加を示しているが、基準3,700国際単位には何れも下廻っている。

ビタミンB₁については昭和27年度全国平均1.14mg、都市1.18mg、農村1.12mgを示しており、昭和26年度よりは減少している。これの調理上の損失を50%とみると実際の摂取量は基準1.2mgを遙かに下廻ることとなる。ビタミンB₂についても同様な傾向にあり、昭和27年度全国平均0.67mg、都市0.66mg、農村0.68mgでこれの調理上の損失を30%とみると基準1.2mgを遙かに下廻っている。

ビタミンCについては同じく全国平均77mg 都市75mg、農村79mgで調理上の損失を70%とみると基準60mgに達していないこととなる。

なお昭和27年度において各期別にみると熱量、蛋白質、動物性蛋白質は11月が大体において多く、2月、5月、8月の順序となつている。

脂肪は2月が最高で5月が最低という傾向になつている。

無機質は大体において変化ない。

ビタミンAは2月が最高で11月、5月、8月の順序になつている。ビタミンB₁は11月が最高で5月、2月、8月の順序となつており、ビタミンB₂は大体5月が最高で11月、2月、8月の順序となつている。又ビタミンCは11月、2月、5月、

8月の順序である。

2. 食品群別摂取量(第4, 5, 6, 19表及び第2, 3図)

食品群別摂取量については戦後逐年動物性食品、豆類及び油脂類等の摂取増加及び穀類の減少の傾向が存し、食質の向上がみられるが野菜が減少しつつあることは遺憾である。

穀類 昭和27年度は何れも減少し、昭和26年度、27年度夫々全国平均米354.7g、352.5g、大麦59.7g、56.2g、小麦76.3g、68.0g、雑穀5.6g、4.5g合計496.3g、481.2gとなつており、都市農村を通じ同じ傾向である。但し米、大麦は農村の方が多く、小麦は都市の方が多し。

いも類 同じく減少し、昭和27年度全国平均総計84.2g、昭和26年度113.6gで都市農村ともに減少しているが、都市においては馬鈴薯のみが大体前年と同じである。

砂糖類と油脂類 夫々昭和27年度14.5g、3.9gで昭和26年度の11.3g、3.2gに比し増加している。

豆類 全国平均は前年の63.0gから68.4gとなつて都市、農村を通じ増加しているが、これは主として大豆製品の増加によるものである。

動物性食品 魚介類、獣鳥肉類、卵類、乳及び乳製品の何れも増加し、昭和26年度合計95.4g 昭和27年度113.5gとなつており、都市農村を通じ同様に増加している。但し、何れの食品も都市の方が農村よりも多く、魚介類は昭和27年度都市87.9g、農村78.8gで、その他動物性食品は合計夫々44.4g、22.6gである。

野菜及び果実類 近年総計としては変化は認められないが、都市、農村を通じ緑黄野菜は減少している。即ち昭和26年度全国平均66.4g、昭和27年度63.8gで夫々都市では63.8g、60.9g 農村では67.9g、65.8gである。海藻類は昭和27年度全国平均4.1gで都市、農村を通じ増加の傾向にある。加工野菜は全国平均48.2gで増減の傾向は明瞭でない。

昭和27年度の食品摂取状態について各期別にみると穀物摂取量は2月、5月、8月、11月の順序で、いも類は11月が一番多く2月、8月、5月の順序である。砂糖類は2月が多く油脂類は8月が多い。

動物性食品は11月、2月が多く、豆類は2月が一番多い。

野菜及び果実類は8月がずばぬけて多く、11月、2月、5月の順序となつている。これらの傾向は都市、農村とも同じである。

食品群別による熱量及び栄養素の比率

(第7, 8, 9表参照) 昭和27年度における熱量は穀物類から75.2%、いも類4.0%、豆類5.7%、動物性食品7.2%、野菜及び果実は2.9%となつており、植物性食品よりは92.8%の熱量が供給されている。しかしながら従来いも類の減少、近年穀類の減少がみられ、動物性食品及び豆類が増加しており、これは食糧構成の改善となつてきているわけであるが、野菜類の減少は遺憾である。

都市、農村を比較すると農村は穀類、いも類の熱量比率が多く、都市は動物性食品、野菜及び果実が多い。但し、豆類は同率となつている。

蛋白質の内訳については、動物性蛋白質は蛋白質の32.2%であり、植物性蛋白質は67.8%でこの中米32.8%、豆類11.9%となつている。都市、農村別では都市の動物性蛋白質は35.2%で、農村の30.2%より大であるが、米、豆類等の夫は農村の方が多し。

脂肪は動物性食品、穀類、豆類、油脂類の順序に主として摂取されている。

カルシウムは動物性食品、殊に乳、穀類、豆類、野菜及び果実の順序となつている。鉄は主として魚介類からであり、緑黄野菜及び果実、穀類も比較的多し。

ビタミンAは野菜及び果実が主であり、B₁は穀類が主であり、B₂は穀類、動物性食品及び野菜等より多くとられている。Cは即ち、野菜及び果実から主にとられており、いも類からも若干摂取されている。

(2) 身体的栄養状態

1. 身体的症候 (第10, 11, 12, 20表及び第4図)

身体的症候の調査項目は昭和27年度よりは貧血、毛孔性角化症、口角炎、腱反射消失、浮腫、慢性胃腸障害、徐脈、月経遅延及び無月経、母乳分泌不良、及び歯牙異常とも、従来角膜炎、同軟化症、舌炎及び口内炎、慢性下痢を廃止し、新に慢性胃腸障害及び歯牙異常を加えたが、昭和27年度は都市、農村を通じ昭和26年度に比し、増加の傾向を示している。発現率の高い腱反射消失は都市において減少しているが、

農村においてはむしろ増加し、而も都市よりも多く、昭和27年度の都市、農村は夫々6.7%、7.6%である。口角炎は都市よりも農村の方が多し都市、農村ともに減少を示しており、夫々2.1%、6.1%である。貧血、徐脈、月経異常、母乳分泌不良等その他は全般に増加している。一般に身体症候は男性よりも女性の方が発現率が多い。

昭和27年度の身体症候を各期別にみると都市、農村を通じ2月、11月、8月、5月の順序に多くなつている。昭和27年度に新たに実施した慢性胃腸障害については都市よりも農村が多く、5月がもつとも発現率が高い。

又、歯牙異常(第13表)については0~6歳は欠損歯、う歯ともに都市が多く、6~20歳は著しい差はなく、21歳以上では農村の方が多い。

2. 体位 (第14, 15, 16, 21, 22, 23, 24表及び第5, 6, 7, 8図)

体位については身長、体重、胸囲及び座高が測定集計されているが、全般的に身長体重は基準(戦前の体位)に回復しつつある。

身長は男子についてみると0~6歳はほぼ基準に到達したようで、7~12歳はもう一と息であり、13~20歳及び成人は相当劣つている。女子は0~6歳はほぼ基準に達したようであり、7~12歳、13~20歳及び成人はほぼ基準に到達しつつあり、その回復状態は男子よりも速かといえよう。

体重については、男子は0~6歳が数年来基準に達しており、7~12歳も基準に達したようであるが、13~20歳及び成人は未だ基準にほど遠い。女子は0~6歳が男子と同じく数年来基準に達し、7~12歳はほぼ基準に達したようで、13~15歳は未だしの感がある。16~25歳については戦後既に基準を越えており、大体において著しい変化はないが、26歳以上の成人では未だ基準以下である。

都市農村について比較してみると男子の身長では0~6歳及び7~12歳は都市では既に基準に到達したが、農村では未だ到達しておらず一般に男子の身長は農村より都市の方が高く、その身長のみ方も都市の方が早い。男子の体重では0~6歳は都市、農村何れも基準に達してい

るが、都市の方が農村をしのいでおり、7～15歳では都市では既に基準に達したようで、農村は漸く到達せんとしており、都市の方がまさつていといえよう。15歳以上成人においては大体において農村が都市をしのいでおり、体重の増加量は都市の方が強い。

女子においては身長は0～6歳では都市では既に基準に到達したが、農村では到達しつつある状況であり、7～12歳は都市では既に到達したようで13～20歳は達しつつあるが農村は何れも到達していない。21～25歳は何れも基準に達した模様である。一般に女子の身長は都市の方が農村より高く、その身長のみならず都市の方が早い。次に女子の体重についてみると0～6歳では都市は農村よりも早く基準に達しており、7～12歳は都市は既に基準に達しているが、農村は未だ達していない。13～15歳については何れも基準に達していないが、体重の回復状態は都市の方が強い。一般に女子の体重は0～14歳位までは都市が農村にまさり、15～40歳の成人では農村の方がよく、41歳以上では都市の方がまさる。

胸囲についてみると都市、農村を通じ増加しており、昭和27年度においては0～6歳は都市の方が男女ともにまさり、他の年齢は農村の方がまさっている。

座高は昭和27年度より測定項目となつたものであるが、都市農村を比較すると都市は男女ともに全年令を通じ僅かに農村を上廻っている。

又昭和27年5月実施した初潮年令(第17表)については、全国的にみると15歳、14歳、16歳、17歳、13歳の順序に少く、都市では15歳、14歳、16歳、13歳、17歳の順序で、農村では15歳、14

歳、16歳、17歳、13歳の順序となつており、初潮は都市の方が若干早く訪れるようである。

III 結 び

戦後国民の栄養状態は逐年回復の方向に向つているが、次のような欠陥を依然として指摘することができる。

1. 体位は一般的に向上し、都市の乳幼児等は戦前のそれに回復したようであるが、その他はまだなお戦前に復帰していない。此の回復状態は都市が農村より速かであり、少年期等の体位は一般に都市が農村より良好である。
2. 身体症候の発現状態は一般的に逐年減少してきたが、近年停滞の傾向があり、昭和27年はむしろ増加の兆しを示している。症候発現は農村が依然として都市より多い。
3. 栄養摂取量は一般的には質的に改善されつつあり、動物性蛋白質及び脂肪の増加がみられるが、昭和27年度は熱量は減少の傾向を示している。依然として栄養摂取量は基準に到達せず、特にビタミンB₂、カルシウムの不足は著しい。都市は熱量が農村より少いが、蛋白質、動物性蛋白質、脂肪等はむしろ農村よりまさっている。微量栄養素については都市、農村ともに大体同じ摂取量を示している。
4. 食品摂取量は全般的に都市、農村を通じ食糧構成は改善され、穀物摂取の減少、動物性食品、油脂類、豆類等の摂取増加がみられるが、これに反し緑黄野菜が減少している。従来のように動物性食品、油脂類、豆類、砂糖類等は都市が農村よりも多く、穀物、いも類、野菜及び果実類は都市よりも農村が多い。

第一部 昭和 27 年度 成績

第 1 表

 昭和 27 年度 国民 栄養 調査
 摂取 栄養 量 (一人一日当り)

栄養量	ストレーター別	全 国					全 都 市					郡 部				
		5 月	8 月	11 月	2 月	平均	5 月	8 月	11 月	2 月	平均	5 月	8 月	11 月	2 月	平均
成人換算率	蛋白質	0.897	0.892	0.895	0.881	0.891	0.879	0.880	0.880	0.873	0.878	0.910	0.900	0.905	0.886	0.900
	熱量	0.859	0.850	0.876	0.840	0.857	0.837	0.839	0.839	0.835	0.838	0.873	0.857	0.903	0.844	0.869
蛋白質 (g)	計	70	68	72	71	70	71	67	72	72	71	69	68	71	70	69
	動物性	22	21	24	23	23	25	23	26	26	25	20	20	23	22	21
	植物性	48	47	48	48	47	46	44	46	46	46	46	48	48	48	48
脂 肪 (g)	19	20	20	21	20	22	22	22	24	23	17	19	18	20	19	
含 水 炭 素 (g)	409	405	420	415	412	387	376	398	398	390	423	424	434	425	427	
熱 (Cal)	計	2087	2072	2142	2134	2109	2026	1972	2075	2094	2042	2127	2138	2186	2159	2153
	購入物	1338	1323	1314	1362	1334	1845	1783	1861	1906	1859	1003	1021	959	1008	998
	自家生産、その他	749	749	828	772	775	181	189	215	188	193	1124	1117	1227	1151	1155
無 機 質	カルシウム (mg)	361	364	378	388	373	342	322	353	373	348	370	391	389	398	387
	磷 (mg)	1722	1756	1950	2031	1786	1796	1723	1901	1977	1784	1713	1777	1987	2067	1787
	鉄 (mg)	55	75	64	64	65	55	71	61	63	63	57	79	66	64	67
ビ タ ミ ン	A (I. U)	2638	1247	3087	3829	2700	2699	1367	3586	4405	3014	2597	1168	2761	3456	2496
	B ₁ (mg)	1.15	1.10	1.21	1.10	1.14	1.22	1.05	1.27	1.16	1.18	1.11	1.12	1.18	1.06	1.12
	B ₂ (mg)	0.71	0.62	0.69	0.65	0.67	0.69	0.57	0.69	0.67	0.66	0.73	0.63	0.71	0.63	0.68
	C (mg)	75	45	105	83	77	76	43	94	85	75	75	48	112	82	79

第 2 表

 昭和 27 年度 国民 栄養 調査
 摂取 栄養 量 (一人一日当り)

栄養量		大 都 市					中 都 市					小 都 市					
		5 月	8 月	11 月	2 月	平均	5 月	8 月	11 月	2 月	平均	5 月	8 月	11 月	2 月	平均	
成人換算率	蛋白質 (g)	蛋 白 質	0.879	0.871	0.874	0.883	0.877	0.869	0.878	0.877	0.874	0.875	0.889	0.891	0.891	0.859	0.883
		動 植 物 性	0.832	0.837	0.835	0.824	0.832	0.825	0.832	0.836	0.827	0.830	0.856	0.849	0.848	0.844	0.849
脂 含 水	炭 水 化 物 (g)	計 入 物	69	67	70	73	70	71	67	73	73	71	73	68	72	72	71
		自 家 生 産 其 他	23	23	26	26	25	25	24	25	27	25	25	24	26	25	25
熱 量 (Cal)	脂 肪 酸 (g)	計 入 物	46	44	44	47	45	46	43	48	46	46	48	44	46	47	46
		自 家 生 産 其 他	24	26	24	26	25	20	21	22	23	22	21	20	20	22	21
無 機 質	炭 水 化 物 (g)	計 入 物	377	364	372	382	374	383	377	413	401	394	402	389	411	412	404
		自 家 生 産 其 他	2000	1955	1984	2050	1997	1997	1958	2139	2102	2049	2086	2003	2113	2136	2085
ビ タ ミ ン	A (I. U)	計 入 物	1971	1924	1958	2019	1968	1781	1736	1851	1847	1804	1772	1677	1759	1840	1762
		自 家 生 産 其 他	29	31	26	31	29	216	222	288	256	245	314	326	354	956	487
無 機 質	カルシウム (mg)	計 入 物	307	314	315	362	325	361	328	374	381	361	360	320	369	379	357
		自 家 生 産 其 他	1737	1737	1810	1955	1780	1712	1694	1949	1974	1832	1768	1736	1953	2004	1890
無 機 質	鉄 (mg)	計 入 物	50	74	55	56	59	51	75	66	74	67	67	62	59	63	63
		自 家 生 産 其 他	3085	1367	3839	4818	3277	2480	1370	3762	4409	3005	2497	1367	3118	3940	2731
ビ タ ミ ン	B ₁ (mg)	計 入 物	1.22	1.20	1.26	1.27	1.24	1.13	0.96	1.27	1.14	1.13	1.27	1.08	1.22	1.10	1.17
		自 家 生 産 其 他	0.69	0.56	0.69	0.68	0.65	0.72	0.58	0.72	0.66	0.67	0.69	0.62	0.68	0.66	0.66
ビ タ ミ ン	B ₂ (mg)	計 入 物	81	45	89	89	76	81	40	99	82	76	72	42	93	80	72
		自 家 生 産 其 他															

第 3 表

 昭和 27 年度 国民 栄養 調査
 摂取 栄養 量 (一人一日当り)

栄養量		農 村					そ の 他					
		5 月	8 月	11 月	2 月	平均	5 月	8 月	11 月	2 月	平均	
成人換算率	蛋白質 (g)	蛋 白 質	0.910	0.902	0.900	0.886	0.900	0.909	0.897	0.916	0.886	0.902
		動 植 物 性	0.875	0.858	0.911	0.843	0.872	0.870	0.855	0.890	0.845	0.865
脂 含 水	炭 水 化 物 (g)	計 入 物	68	67	70	70	69	70	70	73	72	71
		自 家 生 産 其 他	19	19	21	21	20	23	22	25	24	23
熱 量 (Cal)	脂 肪 酸 (g)	計 入 物	49	48	49	49	49	47	48	48	48	48
		自 家 生 産 其 他	18	19	18	20	19	17	18	18	19	18
無 機 質	炭 水 化 物 (g)	計 入 物	427	424	435	425	428	418	424	434	426	426
		自 家 生 産 其 他	2139	2139	2184	2160	2156	2104	2135	2188	2159	2147
無 機 質	カルシウム (mg)	計 入 物	936	933	893	928	923	1131	1188	1084	1160	1141
		自 家 生 産 其 他	1203	1206	1291	1232	1233	973	947	1104	999	1006
無 機 質	鉄 (mg)	計 入 物	369	388	388	383	382	381	392	398	418	397
		自 家 生 産 其 他	1688	1752	1953	1928	1767	1765	1831	2050	2336	1996
ビ タ ミ ン	A (I. U)	計 入 物	57	81	68	65	68	57	73	62	64	64
		自 家 生 産 其 他	2818	1116	2612	3572	2530	2168	1266	3039	3233	2427
ビ タ ミ ン	B ₁ (mg)	計 入 物	1.08	1.07	1.19	1.03	1.09	1.15	1.17	1.18	1.11	1.15
		自 家 生 産 其 他	0.71	0.61	0.68	0.61	0.65	0.81	0.64	0.76	0.67	0.72
ビ タ ミ ン	B ₂ (mg)	計 入 物	74	46	115	82	79	75	51	106	82	79
		自 家 生 産 其 他										

第4表

昭和27年度国民栄調査
食品群別摂取量 (一人一日当り)

単位=グラム

食 品 群	全 国					市 全 都					郡 部					
	5月	8月	11月	2月	平均	5月	8月	11月	2月	平均	5月	8月	11月	2月	平均	
穀 類	米	352.4	328.0	350.8	378.7	352.5	329.5	311.1	330.2	351.6	330.6	367.6	339.1	364.2	396.2	366.8
	小麦	60.7	59.1	56.4	48.7	56.2	50.5	48.5	50.7	43.0	48.2	67.4	66.1	60.1	52.3	61.5
	大麦	66.7	85.2	61.1	58.8	68.0	92.8	96.3	88.4	87.3	91.2	49.5	78.0	43.4	40.2	52.8
	雑穀	3.2	6.4	3.1	5.3	4.5	3.0	4.2	2.1	5.0	3.6	3.3	7.8	3.6	5.6	5.1
堅 果	0.4	0.4	1.1	0.4	0.6	0.4	0.3	0.8	0.3	0.5	0.4	0.4	1.3	0.4	0.6	
い も 類	甘藷	30.5	5.6	91.6	45.0	43.2	11.7	5.7	59.2	27.6	26.1	43.0	5.5	112.5	56.4	54.4
	馬鈴薯	23.2	53.8	16.1	18.0	27.8	25.0	39.1	18.6	18.1	21.9	63.5	14.4	17.8	29.4	
	その他	5.4	1.6	30.1	15.5	13.2	2.6	2.2	19.8	12.6	9.3	7.3	1.2	36.9	17.4	15.7
砂 油	糖 類	13.0	14.5	18.8	16.8	14.5	14.1	14.5	14.1	18.6	15.3	12.3	14.6	13.6	15.6	14.0
	脂 質	3.6	5.0	3.6	3.5	3.9	4.5	5.8	4.3	4.1	4.7	3.0	4.4	3.1	3.1	3.4
豆 類	大豆	2.3	1.6	2.3	4.3	2.6	1.3	1.2	1.7	4.1	2.1	3.0	1.8	2.8	4.4	3.0
	豆製品	29.8	29.6	30.1	30.2	29.9	24.1	23.5	25.1	26.0	24.7	33.6	33.7	33.4	32.9	33.4
	大豆製	24.4	24.5	29.3	34.6	28.2	33.0	36.9	39.3	40.7	37.5	18.8	16.4	22.7	30.7	22.2
	その他	8.6	7.7	7.2	7.2	7.7	9.0	4.9	6.2	8.3	7.1	8.4	9.6	7.8	6.4	8.1
魚 介 類	生乾	65.6	60.8	83.9	74.1	71.1	76.9	69.9	88.0	80.6	78.9	58.1	54.9	81.3	69.9	66.1
	肉類	11.9	11.1	10.2	11.7	11.2	9.6	8.0	8.0	10.3	9.0	13.4	13.1	11.6	12.7	12.7
獸 卵	6.9	9.7	11.4	14.3	10.6	11.5	15.3	17.2	20.3	16.1	3.7	6.1	7.6	10.4	7.0	
乳及び乳製品	乳類	12.9	10.2	7.2	9.8	10.0	15.7	13.4	10.2	12.8	13.3	10.3	8.1	5.2	7.8	7.9
	乳製品	10.7	11.7	9.4	8.9	10.2	13.0	15.7	13.7	14.4	14.2	9.2	9.2	6.5	5.2	7.5
	黄色野	0.3	0.5	0.4	0.5	0.4	0.6	0.7	0.7	1.1	0.8	0.2	0.3	0.1	0.2	0.2
	緑色野	79.1	59.4	58.7	58.1	63.8	78.5	42.7	59.6	62.6	60.9	79.4	70.3	58.2	55.2	65.8
野 菜 及 び 果 実 類	柑 橘	11.1	26.1	11.9	25.1	18.6	15.7	39.8	17.3	35.1	27.0	8.0	17.1	8.4	18.6	13.0
	その他の	7.4	54.7	45.5	13.7	30.3	12.2	52.7	44.8	15.7	31.4	4.3	56.1	45.9	12.4	29.7
	その他	75.9	162.4	109.1	92.4	110.0	75.0	134.5	92.6	80.6	95.7	76.4	180.7	119.9	100.0	119.3
海 加 工 野 菜	藻類	4.7	3.8	3.7	4.2	4.1	4.8	4.1	4.3	4.9	4.5	4.7	3.5	3.3	3.8	3.8
	乾菜	2.4	1.1	0.9	2.0	1.6	0.9	1.8	1.2	1.4	1.3	3.5	0.7	0.7	2.3	1.8
調味嗜好品	糖	35.8	46.0	46.3	58.3	46.6	33.2	44.2	43.8	53.4	43.7	37.6	47.4	47.9	61.6	48.6
	油	31.5	33.4	35.3	30.9	32.8	28.0	29.4	27.6	25.7	27.7	33.9	36.1	40.3	34.2	36.1
動物性食品計	その他	10.7	12.8	7.9	8.9	10.1	12.5	14.4	8.0	8.3	10.8	9.5	11.6	7.8	9.3	9.6
	計	108.3	104.2	122.5	119.3	113.5	123.3	123.0	137.8	139.5	132.3	94.9	91.7	112.3	106.2	101.4
植物性食品計	計	882.8	1022.7	1015.9	960.5	970.7	862.3	957.8	959.7	935.0	929.1	896.8	1065.6	1052.2	976.8	998.1
	合 計	991.1	1126.7	1138.4	1079.8	1084.2	990.6	1080.8	1097.5	1074.5	1061.4	991.7	1157.3	1164.5	1083.0	1099.5

第 5 表

昭和 27 年度 国民 栄 調 査
食 品 群 別 摂 取 量
(一人一日当り)

単位 = グラム

食 品 群	大 都 市					中 都 市					小 都 市					
	5 月	8 月	11 月	2 月	平均	5 月	8 月	11 月	2 月	平均	5 月	8 月	11 月	2 月	平均	
穀 類	米	314.2	295.8	306.6	326.6	310.8	331.9	315.0	342.3	357.9	336.8	344.1	324.0	344.3	373.4	346.5
	小麦類	40.3	41.8	40.2	34.8	39.3	52.3	47.5	51.4	43.9	48.8	60.3	56.9	62.0	51.2	57.6
	大小雑穀類	125.6	117.4	119.5	119.5	120.5	75.3	83.1	81.7	76.4	79.1	74.6	87.0	59.7	62.2	70.9
堅 果	堅果類	5.6	6.1	3.5	4.3	4.9	2.1	4.3	1.7	8.7	4.2	1.1	2.0	0.9	1.8	1.5
	果糖類	0.4	0.5	1.1	0.3	0.6	0.2	0.2	1.0	0.3	0.4	0.4	0.2	0.5	0.3	0.4
	油脂類	7.6	6.9	29.3	17.5	15.3	10.1	5.5	70.6	36.1	30.7	18.1	4.8	81.3	30.4	33.7
い も 類	甘馬芋類	28.0	36.7	22.8	24.6	28.0	25.9	39.6	16.7	15.5	24.4	20.8	41.2	15.9	13.5	22.9
	その他のいも類	2.6	1.6	15.6	12.4	8.1	2.0	2.1	23.6	12.0	9.9	3.3	2.8	20.4	13.3	10.0
	薯蓣類	16.8	14.7	14.8	17.5	16.0	13.1	14.3	14.9	17.8	15.0	12.4	14.5	12.5	20.7	15.0
砂 油	糖類	5.5	7.5	5.1	5.0	5.8	4.1	5.1	4.5	4.2	4.5	3.7	4.6	3.3	3.2	3.7
	油脂類	1.2	1.0	1.4	4.3	2.0	1.3	1.6	1.8	4.3	2.3	1.5	1.0	1.9	3.6	2.0
	大豆類	22.7	28.4	23.3	24.8	24.8	23.6	18.8	25.6	25.8	23.5	26.1	22.8	26.9	27.8	25.9
豆 類	大豆類	33.7	40.7	40.4	43.2	39.5	31.5	34.6	38.6	40.7	36.4	33.7	35.0	38.8	37.8	36.3
	豆製品類	4.5	3.6	6.3	8.1	5.6	10.2	5.2	6.4	7.5	7.3	12.8	5.7	5.9	9.4	8.5
	其他の豆類	69.7	63.5	79.1	74.8	71.8	82.0	69.8	91.9	84.4	82.0	79.5	76.9	94.1	83.1	83.4
魚 介 類	生乾物類	6.4	6.0	6.9	7.3	6.7	10.0	9.8	8.7	12.3	10.2	12.7	8.4	8.7	11.3	10.3
	魚肉類	16.7	20.8	22.0	25.5	21.3	9.8	13.8	14.8	17.5	14.0	7.7	10.9	14.1	17.4	12.5
	鳥肉類	19.5	16.0	13.1	15.2	16.0	15.4	12.3	8.6	11.5	12.0	14.9	11.6	8.6	11.4	11.6
卵 類	卵類	16.3	19.5	17.9	17.7	17.9	11.0	14.5	12.2	12.2	12.5	11.4	12.7	10.6	12.9	11.9
	乳製品類	0.6	1.2	1.0	1.8	1.2	0.3	0.5	0.4	0.6	0.5	0.7	0.3	0.7	0.8	0.6
	其他の乳製品類	81.9	44.3	64.3	72.7	65.8	73.9	40.2	61.6	60.1	59.0	79.8	43.6	52.1	53.5	58.4
緑 豆 類	黄色豆類	17.8	57.4	16.7	37.6	32.4	16.4	27.5	18.9	35.8	24.7	12.8	33.3	16.3	31.5	23.5
	その他の豆類	15.4	45.5	40.0	14.7	28.9	10.8	73.1	52.4	17.8	38.5	9.9	39.2	42.1	14.7	26.5
	海苔類	63.5	107.2	78.4	81.2	82.6	92.1	151.9	105.6	80.6	107.6	70.0	146.6	95.2	79.7	97.9
海 菜 類	海藻類	4.5	4.1	4.4	4.7	4.4	5.1	4.4	3.8	4.8	4.5	4.8	3.9	4.7	5.3	4.7
	乾燥菜類	0.6	0.6	0.6	1.2	0.8	0.9	4.3	0.3	1.5	2.0	1.4	0.4	2.8	1.4	1.5
	其他の乾燥菜類	33.7	48.2	49.4	50.4	45.4	34.9	41.0	39.8	50.4	41.5	30.6	43.0	41.6	60.1	43.8
調 味 料 類	調味料類	25.4	21.6	23.4	22.9	23.3	29.0	25.3	28.5	27.0	27.5	29.9	42.3	31.5	27.7	32.9
	嗜好品類	8.5	14.4	7.3	7.0	9.3	17.5	16.6	8.3	8.5	12.7	11.5	11.9	8.7	9.6	10.4
	其他の調味料類	129.2	127.0	140.0	142.3	134.9	128.5	120.7	136.6	138.5	131.2	126.9	120.8	136.8	136.9	130.3
動 物 性 食 品 計	129.2	127.0	140.0	142.3	134.9	128.5	120.7	136.6	138.5	131.2	126.9	120.8	136.8	136.9	130.3	
植 物 性 食 品 計	860.0	946.0	914.4	935.3	913.1	864.2	961.2	1000.3	937.6	941.3	863.6	966.7	969.3	932.5	934.5	
合 計	989.2	1,730.0	1,054.4	1,077.6	1,049.0	992.7	1,681.9	1,136.9	1,076.1	1,072.5	990.5	1,087.5	1,106.1	1,069.4	1,064.8	

食 品 群	農 村					そ の 他					
	5 月	8 月	11 月	2 月	平 均	5 月	8 月	11 月	2 月	平 均	
穀 類	米	375.9	342.2	375.0	405.9	374.8	351.6	333.0	343.8	378.3	351.7
	大麦	61.2	60.2	53.5	45.6	55.1	79.7	77.4	72.6	64.7	73.6
	雑穀	54.0	83.0	44.9	39.5	55.4	40.8	68.2	40.8	41.5	47.9
堅 果 類	大豆	2.5	8.2	2.7	5.4	4.7	4.8	7.3	5.3	6.1	5.9
	その他	0.4	0.4	1.4	0.4	0.7	0.5	0.4	0.8	0.4	0.5
い も 類	甘藷	39.5	4.9	102.3	51.6	49.6	49.5	6.6	132.2	65.3	63.4
	その他	19.6	60.8	12.7	13.3	26.6	26.4	68.3	17.7	26.4	34.7
砂糖	糖類	8.0	1.0	38.1	18.0	16.3	5.7	1.5	34.5	16.5	14.6
	脂肪	11.8	13.6	12.5	14.6	13.1	13.3	16.6	15.9	17.3	15.8
豆 類	大豆	3.3	4.9	3.3	3.3	3.7	2.2	3.4	2.9	2.6	2.8
	大豆	3.3	2.0	3.2	5.1	3.4	2.1	1.5	2.0	3.2	2.2
	大豆	35.2	31.7	35.4	35.0	34.3	30.3	37.4	29.5	28.9	31.5
	大豆	18.0	16.7	22.7	31.5	22.2	20.3	15.6	22.5	29.2	21.9
魚 介 類	生乾物	-7.8	9.3	7.6	5.9	7.5	11.3	10.2	8.1	7.3	9.2
	乾物	49.0	46.6	76.5	64.0	59.0	75.7	70.8	90.4	80.8	79.4
獸 卵 類	鳥肉	13.6	12.8	11.0	11.8	12.3	13.1	13.7	12.6	14.4	13.5
	肉類	3.8	6.4	8.0	10.7	7.2	3.5	5.3	7.1	9.9	6.5
乳 及 び 乳 製 品 類	乳類	10.6	8.2	5.3	8.3	8.1	9.7	8.0	5.0	6.6	7.3
	乳製品	9.5	10.0	6.3	4.9	7.7	8.6	7.4	6.9	6.0	7.2
緑 色 黄 色 野 菜 類	野菜	0.1	0.4	0.1	0.2	0.2	0.4	0.1	0.3	0.1	0.2
	野菜	85.1	64.8	58.8	57.2	66.5	68.7	81.0	57.0	51.3	64.5
柑 橘 類	果実	6.5	17.7	6.1	16.8	11.8	10.8	16.0	12.7	22.1	15.4
	果実	3.5	62.5	46.8	12.6	31.4	5.6	43.6	44.3	12.0	26.4
海 藻 類	藻類	75.8	177.4	122.3	103.3	119.7	77.4	187.2	115.1	93.9	118.4
	藻類	4.4	3.3	3.1	3.4	3.6	5.2	4.1	3.5	4.6	4.4
乾 菜 類	野菜	3.1	0.7	0.8	2.6	1.8	4.4	0.5	0.5	1.8	1.8
	野菜	37.9	50.4	49.2	63.3	50.2	37.0	41.6	45.5	58.2	45.6
調 味 料 類	醬油	32.8	34.3	41.2	33.1	35.4	35.8	39.4	38.6	36.3	37.5
	その他	8.6	10.3	7.2	9.0	8.8	11.0	14.3	8.9	9.7	11.0
助 動 物 性 食 品 計		86.6	84.4	107.2	99.9	94.5	111.0	105.3	122.3	117.8	114.1
植 物 性 食 品 計		897.4	1060.3	1050.8	976.4	996.6	894.4	1075.1	1054.7	977.6	1000.7
合 計		984.0	1144.4	1158.0	1076.3	1091.1	1005.4	1180.4	1177.0	1095.4	1114.8

第7表

昭和27年度国民栄養調査成績
食品群別熱量及び栄養素比率 (一人一日当り)

(昭和27年度平均)

食品群	全 国																							
	数		熱 量		蛋白質		脂 肪		含水炭素		カルシウム		磷		鉄		ビタミン A		ビタミン B ₁		ビタミン B ₂		ビタミン C	
	g	カロリー %	g	%	g	%	g	%	g	%	mg	%	mg	%	mg	%	I.U.	%	mg	%	mg	%	mg	%
1. 穀類	米	352.5	199.7	56.9	22.9	32.8	3.1	15.4	269.9	65.5	100	26.8	634	35.5	5	7.6	0	0	0.45	38.8	0.15	21.1	0	0
	小麦	56.2	191.8	9.1	5.3	7.6	0.8	3.9	41.0	10.0	15	4.0			2	3.0	0	0	0.16	13.8	0.05	7.1	0	0
	雑穀	68.0	180.2	8.6	4.9	7.0	1.0	4.9	37.9	9.2	12	3.2		351	2	3.0	0	0	0.08	6.9	0.03	4.2	0	0
	計	4.5	13.1	0.6	0.4	0.6	0.1	0.4	2.7	0.7	1	0.2			0	0.0	1	0	0.01	0.8	0.00	0	0	0
2. 堅果類	果	0.6	2.5	0.1	0.1	0.1	0.2	1.0	0.2	0.0	4	1.0			0	0.0	0	0	0.00	0	0.00	0	0	0
	甘藷	43.2	52.0	2.5	0.6	0.8	0.1	0.4	12.2	3.0	5	1.3	67	3.7	2	3.0	69	2.6	0.07	6.0	0.02	2.8	13	16.7
	その他	27.8	21.7	1.0	0.5	0.7	0.1	0.4	4.8	1.2	4	1.0			0	0	0	0	0.03	2.6	0.01	1.4	4	5.1
	計	13.2	10.9	0.5	0.3	0.4	0.0	0.0	2.4	0.6	1	0.2			1	1.5	0	0	0.01	0.9	0.01	1.4	1	1.3
3. いも類	薯類	14.5	55.2	2.6	0.1	0.1	0.1	0.5	13.4	3.3	3	0.8			1	1.5	0	0	0.00	0	0.00	0	0	0
	豆類	3.9	34.4	1.6	0.0	0.0	3.8	18.9	0.0	0.0	0	0.0	—	1.0	0	0	8	0.3	0.00	0	0.00	0	0	0
	大豆	2.6	10.6	0.5	0.9	1.3	0.5	2.4	0.8	0.2	5	1.3	17		0	0	0	0	0.01	0.9	0.00	0	0	0
	計	29.9	48.0	2.3	3.6	5.1	0.9	4.4	6.3	1.5	27	7.2		155	0	0	0	0	0.02	1.7	0.05	7.1	0	0
4. 砂糖	大豆	28.2	37.8	1.8	2.4	3.4	2.4	11.9	1.8	0.4	7	1.9			2	3.0	0	0	0.01	0.9	0.02	2.8	0	0
	豆類	7.7	22.9	1.1	1.5	2.1	0.4	2.0	3.5	0.8	9	2.4	42	2.4	3	4.6	3	0.1	0.04	3.4	0.01	1.4	0	0
	計	5.7			11.9		20.7		2.9			12.8		12.1		7.6		0.1		6.9		11.3		
	計	71.1	83.1	4.0	12.7	18.2	3.1	15.4	1.0	0.2	41	11.0		230	9	13.6	32	1.2	0.06	5.2	0.09	12.7	1	1.3
7. 魚介類	肉類	11.2	30.3	1.4	5.9	8.4	0.7	3.4	0.2	0.0	92	24.6			16	24.3	1	0	0.00	0	0.02	2.8	0	0
	魚類	10.6	15.5	0.7	2.3	3.3	0.7	3.4	0.1	0.0	1	0.2	19	1.1	1	1.5	8	0.3	0.04	3.4	0.02	2.8	0	0
	卵類	10.0	15.5	0.7	1.3	1.8	1.2	5.9	0.0	0.0	1	0.2	28	1.6	1	1.5	78	2.9	0.02	1.7	0.04	5.6	0	0
	計	10.2	6.1	0.3	0.3	0.4	-0.3	1.5	0.5	0.1	11	2.9	13	0.7	0	0	10	0.4	0.00	0	0.02	2.8	0	0
8. 乳類	乳製品	0.4	1.4	0.1	0.1	0.1	0.1	0.5	0.2	0.0	3	0.8			0	0	1	0	0.00	0	0.00	0	0	0
	計	7.2			32.2		30.1		0.3		39.7		16.3		40.9		4.8		10.3		26.7		1.3	
	黄色野菜	63.8	22.1	1.1	1.4	2.0	0.2	1.0	3.7	0.9	12	3.2	38	2.1	4	6.1	2,178	80.6	0.06	5.2	0.09	12.7	32	41.0
	計	18.6	6.4	0.3	0.2	0.3	0.1	0.5	1.3	0.3	4	1.1	8	0.4	1	1.5	217	8.1	0.02	1.7	0.01	1.4	6	7.7
11. 緑黄色野菜	果実	30.3	10.7	0.5	0.2	0.3	0.1	0.5	2.4	0.6	3	0.8	8	0.4	1	1.5	31	1.1	0.01	0.9	0.01	1.4	3	3.9
	野菜	110.0	21.5	1.0	1.5	2.1	0.2	1.0	3.6	0.9	10	2.7	77	4.3	3	4.6	54	2.0	0.05	4.3	0.05	7.1	18	23.1
	計			2.9		4.7		3.0		2.7		7.8		7.2		13.7		91.8		12.1		22.6		75.6
	計	4.1						0.0								0.4								
15. 海産物	藻類	1.6	2.9	0.1	0.1	0.1	0.0	0.4	0.6	0.1	1	0.2	7	2.6	0	0	2	0.0	0.00	0	0.00	0	0	0
	魚介類	46.6	12.5	0.6	0.7	1.0	0.1		2.1	0.5	4	1.0	46		12	18.2	10	0.4	0.01	0.9	0.01	1.4	0	0
	油類	32.8																						
	計	10.1																						
16. 嗜好品	性食品	113.5	151.8		22.6		6.0		1.8		149		290		27		129		0.12		0.17		1	
	性食品	970.5	1,956.8		47.3		14.1		410.2		225		1,496		38		2,572		1.02		0.49		76	
	計	1,084.0	2,108.6	100	69.9	100	20.1	100	412.0	100	373	100	1,786	100	65	100	2,700	100	1.14	100	0.66	100	77	100

(註) 1) 磷は5月、8月は荷重平均成分表によつて食品群別に計算し11月、2月は各食品毎に計算し食品群に集計した。
2) 四捨五入のため合計欄の合計数と実際合計数は同じではない。

昭和27年度国民栄養調査成績
食品群別熱量及び栄養素比率 (一人一日当り)

(昭和27年度平均)

食 品 群	全 都 市																							
	数 量		熱 量		蛋白質		脂 肪		含水炭素		カルシウム		磷		鉄		ビタミン A		ビタミン B ₁		ビタミン B ₂		ビタミン C	
	g	カロリー	%	g	%	g	%	g	%	mg	%	mg	%	mg	%	I.U.	%	mg	%	mg	%	mg	%	
1. 穀 類	米	330.6	1,224.3	55.1	21.6	30.5	3.1	13.6	252.6	64.8	95	27.1	595	33.3	5	7.7	0	0.0	0.48	40.3	0.14	20.9	0	0.0
	小麦	48.2	164.2	8.0	4.5	6.3	0.7	3.1	35.1	9.0	13	3.7	3	4.6	2	3.1	0	0.0	0.14	11.8	0.04	6.0	0	0.0
	雑穀	91.2	218.0	10.7	6.0	8.5	1.3	5.7	45.6	11.7	14	4.0	3	4.6	0	0.0	0.0	0.11	9.3	0.04	6.0	0	0.0	
	計	3.6	7.1	0.3	0.2	0.3	0.0	0.0	1.5	0.4	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.9	0.00	0.0	0	0.0
2. 果 類	堅果	0.5	2.2	0.1	0.1	0.1	0.2	0.9	0.1	0.0	4	1.1	—	—	0	0.0	0	0.0	0.00	0.0	0.00	0.0	0	0.0
	砂糖	26.1	31.3	1.5	0.4	0.6	0.1	0.5	7.3	1.9	3	0.9	40	2.2	1	1.6	28	0.9	0.04	3.4	0.01	1.5	7	9.3
	薯類	25.2	20.2	1.0	0.5	0.7	0.1	0.4	4.4	1.1	3	0.9	—	—	1	1.5	0	0.0	0.03	2.5	0.01	1.5	4	5.3
	計	9.3	7.4	0.4	0.2	0.3	0.0	0.0	1.6	0.4	1	0.3	40	2.2	1	1.5	0	0.0	0.01	0.9	0.00	0.0	1	1.3
3. いも類	芋	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	甘藷	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	その他のいも	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	計	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
4. 砂糖	糖類	15.3	58.2	2.8	0.1	0.1	0.1	0.4	14.2	3.7	1	0.3	—	—	1	1.5	0	0.0	0.00	0.0	0.00	0.0	0	0.0
	油脂	4.7	40.8	2.0	0.0	0.0	4.6	20.2	0.0	0.0	0	0.0	—	—	—	—	16	0.5	0.00	0.0	0.00	0.0	0	0.0
	大豆	2.1	8.3	0.4	0.7	1.0	0.4	1.8	0.7	0.2	4	1.1	14	0.8	—	—	0	0.0	0.01	0.8	0.00	0.0	0	0.0
	計	24.7	39.5	1.9	3.0	4.2	0.8	3.5	5.2	1.3	22	6.3	165	9.3	—	—	0	0.0	0.02	1.7	0.04	6.0	0	0.0
5. 豆 類	大豆	37.5	47.7	2.3	3.1	4.4	3.0	13.2	2.3	0.6	9	2.6	—	—	2	3.1	—	0.0	0.01	0.8	0.02	3.0	0	0.0
	其他豆	7.1	22.3	1.1	1.4	2.0	0.4	1.8	3.3	0.8	8	2.3	39	2.2	3	4.6	1	0.0	0.03	2.5	0.01	1.4	0	0.0
	計	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	計	7.1	22.3	1.1	1.4	2.0	0.4	1.8	3.3	0.8	8	2.3	39	2.2	3	4.6	1	0.0	0.03	2.5	0.01	1.4	0	0.0
7. 魚介類	生乾	78.9	96.3	4.7	14.3	20.2	3.7	16.2	1.4	0.4	47	13.4	246	13.8	11	16.9	33	1.1	0.07	5.9	0.09	13.4	1	1.3
	肉類	9.0	24.8	1.2	4.9	6.9	0.5	2.2	0.1	0.0	72	20.6	—	—	12	18.5	1	0.0	0.00	0.0	0.02	3.0	0	0.0
	魚	16.1	23.9	1.2	3.4	4.8	1.1	4.8	0.1	0.0	2	0.6	29	1.6	2	3.1	15	0.5	0.07	5.9	0.02	3.0	0	0.0
	鳥	13.3	20.3	1.0	1.8	2.5	1.5	6.6	0.0	0.0	2	0.6	38	2.1	1	1.5	103	3.4	0.01	0.8	0.04	6.0	0	0.0
8. 乳 類	乳製品	14.2	8.5	0.4	0.4	0.6	0.5	2.2	0.7	0.2	14	4.0	—	—	0	0.0	14	0.5	0.01	0.8	0.02	3.0	0	0.0
	計	0.8	2.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.4	0.2	0.1	4	1.1	18	1.0	0	0.0	3	0.1	0.00	0.0	0.00	0.0	0	0.0
	計	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	計	8.6	—	—	35.1	—	32.4	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
11. 緑黄色野菜類	野菜	60.9	21.7	1.1	1.6	2.3	0.2	0.9	3.4	0.9	11	3.1	36	2.0	4	6.2	2,419	80.2	0.06	5.0	0.09	13.4	35	46.7
	果実	27.0	9.2	0.5	0.3	0.4	0.1	0.4	1.9	0.5	6	1.7	12	0.7	1	1.5	311	10.3	0.02	1.7	0.01	1.5	8	10.7
	計	31.4	11.5	0.6	0.2	0.3	0.1	0.4	2.5	0.6	3	0.9	8	0.4	1	1.5	26	0.9	0.01	0.8	0.01	1.5	3	4.0
	計	95.7	19.0	0.9	1.3	1.8	0.1	0.4	3.3	0.8	7	2.0	67	3.8	2	3.1	44	1.5	0.04	3.4	0.05	7.4	16	21.4
12. 乾燥野菜類	野菜	4.5	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	漬物	1.3	1.6	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.3	0.1	1	0.3	6	0.3	0	0.0	1	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0	0.0
	計	43.7	11.8	0.6	0.7	1.0	0.1	0.4	2.0	0.5	3	0.8	42	2.4	12	18.5	2	0.1	0.01	0.8	0.01	1.5	0	0.0
	計	27.7	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
13. 調味料	調味料	10.8	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	計	132.2	175.7	8.6	24.9	35.1	7.4	32.4	2.5	0.7	140	40.3	330	18.5	25	40.0	167	5.6	0.17	13.4	0.19	28.4	1	1.3
	計	928.7	1,866.2	91.4	45.8	64.9	15.1	67.6	387.1	99.3	207	59.7	453	81.5	38	60.0	2,847	94.4	1.01	86.6	0.46	71.6	74	98.7
	計	1,060.9	2,041.8	100	70.6	100	22.5	100	389.6	100	348	100	1,784	100	63	100	3,014	100	1.18	100	0.66	100	75	100

(註) 1) 磷は5月、8月は荷重平均成分表によつて食品群別に計算し、11月、2月は各食品毎に計算し食品群別に集計した。
2) 四捨五入のため合計欄の合計数と実際合計数は同じではない。

第9表

昭和27年度国民栄養調査成績
食品群別熱量及び栄養素比率
(一人一日当り)

(昭和27年度平均)

食品群	部																							
	数 批		熱 量		蛋白質		脂 肪		含水炭素		カルシウ ム		磷		鉄		ビタミン A		ビタミン B ₁		ビタミン B ₂		ビタミン C	
	g	カロリー	%	g	%	g	%	g	%	mg	%	mg	%	mg	%	I.U.	%	mg	%	mg	%	mg	%	
1. 穀類	米	366.8	1,249.0	58.0	23.7	34.0	3.2	17.2	281.2	65.9	103	26.5	660	36.9	5	7.3	0	0.0	0.43	37.4	0.15	22.0	0	0.0
	麦	61.5	210.0	9.7	5.8	8.4	0.8	4.3	44.8	10.5	16	4.1			2	2.9	0	0.0	0.17	14.8	0.06	8.8	0	0.0
	大豆	52.8	155.6	7.2	4.1	5.9	0.9	4.3	32.9	7.7	11	2.8	326	18.2	2	2.9	0	0.0	0.07	6.1	0.03	4.4	0	0.0
	雑穀計	5.1	17.0	0.8	0.5	0.7	0.2	1.1	3.5	0.8	1	0.3			0	0.0	1	0.0	0.01	0.8	0.00	0.0	0	0.0
2. 堅果類	0.6	2.7	0.1	0.1	0.1	0.2	1.1	0.2	0.0	4	1.0			0	0.0	0	0.0	0.00	0.0	0.00	0.0	0	0.0	
3. いも類	果糖類	54.4	65.5	3.0	0.7	1.0	0.1	0.5	15.4	3.6	7	1.8	84	4.7	3	4.4	96	3.9	0.08	6.9	0.02	2.9	16	20.5
	薯類	29.4	22.6	1.0	0.6	0.9	0.0	0.0	5.0	1.2	4	1.0			0	0.0	0	0.0	0.03	2.6	0.01	1.5	4	5.1
	その他いも類計	15.7	13.2	0.6	0.4	0.6	0.0	0.0	2.9	0.7	1	0.2	52	2.9	1	1.4	0	0.0	0.01	0.8	0.01	1.5	1	1.3
4. 砂糖	14.0	53.3	2.5	0.1	0.1	0.1	0.5	12.9	3.0	3	0.8			1	1.4	0	0.0	0.00	0.0	0.00	0.0	0	0.0	
5. 油類	糖類	3.4	30.1	1.4	0.0	0.0	3.4	18.3	0.0	0.0	0	0.0			0	0.0	4	0.2	0.00	0.0	0.00	0.0	0	0.0
	脂類	3.0	12.1	0.6	1.1	1.6	0.5	2.7	0.8	0.2	5	1.3	20	1.1	0	0.0	0	0.0	0.02	1.7	0.01	1.5	0	0.0
	大豆類	33.4	53.6	2.5	4.0	5.8	1.1	5.9	7.0	1.6	30	7.7	148	8.3	1	1.4	0	0.0	0.02	1.7	0.05	7.3	0	0.0
	その他豆類計	8.1	31.4	1.5	1.9	2.7	2.0	10.8	1.5	0.4	6	1.5	44	2.5	1	1.4	0	0.0	0.01	0.8	0.02	2.9	0	0.0
7. 魚介類	66.1	74.5	3.5	11.8	16.9	2.7	14.5	0.8	0.2	36	9.3	220	12.3	8	11.6	31	1.2	0.06	5.2	0.08	11.8	1	1.3	
8. 肉類	12.7	34.0	1.6	6.5	9.3	0.8	4.3	0.3	0.1	105	27.0	19	27.0	1	0.0	0	0.0	0.01	0.8	0.02	2.9	0	0.0	
9. 卵類	7.0	10.0	0.5	1.5	2.2	0.4	2.1	0.0	0.0	1	0.3	13	0.7	1	1.5	4	0.2	0.03	2.6	0.01	1.5	0	0.0	
10. 乳製品	乳類	7.9	12.5	0.6	1.0	1.4	1.0	5.4	0.0	0.0	1	0.2	22	1.2	1	1.5	61	2.4	0.02	1.7	0.04	5.9	0	0.0
	乳製品計	7.5	4.6	0.2	0.3	0.4	0.3	1.6	0.3	0.1	8	2.1	9	0.5	0	0.5	7	0.3	0.00	0.0	0.01	1.5	0	0.0
11. 野菜類	黄色野菜	65.8	22.5	1.0	1.4	2.0	0.2	1.1	3.8	0.9	13	3.3	39	2.2	3	4.4	2,022	80.9	0.06	5.2	0.08	11.8	30	38.5
	緑黄色野菜	13.0	4.6	0.2	0.1	0.1	0.0	0.0	1.0	0.2	3	0.8	6	0.3	1	1.4	156	6.3	0.01	0.8	0.00	0.0	4	5.1
	その他の果菜類	29.7	10.3	0.5	0.1	0.1	0.1	0.5	2.3	0.5	3	0.8	8	0.5	1	1.4	35	1.4	0.01	0.8	0.01	1.5	3	3.8
	その他の野菜類計	119.3	23.0	1.1	1.6	2.3	0.2	1.1	3.8	0.9	12	3.1	83	4.6	3	4.4	60	2.4	0.05	4.3	0.05	7.3	19	24.4
15. 海藻類	3.8																							
16. 乾燥野菜類	1.8	3.7	0.2	0.1	0.1	0.0	0.0	0.8	0.2	2	0.5	8	0.5	0	0.0	3	0.1	0.01	0.8	0.00	0.0	0	0.0	
17. 調味料	48.6	12.9	0.6	0.8	1.2	0.1	0.5	2.2	0.5	4	1.0	47	2.6	12	17.4	15	0.6	0.01	0.8	0.01	1.5	0	0.0	
18. 嗜好品	36.1																							
18. 動物性食品	動物性食品計	9.6																						
	植物性食品計	101.3	136.3	6.4	21.1	30.2	5.2	27.9	1.4	0.4	152	39.2	264	14.7	28	42.1	104	4.1	0.10	10.3	0.16	23.6	1	1.3
合計	1,099.1	2,152.6	100	69.4	100	18.4	100	426.7	100	387	100	1,787	100	67	100	2,496	100	1.12	100	0.68	100	79	100	

(註) 1) 磷は5月、8月は荷重平均成分表によつて食品群別に計算し、11月、2月は各食品毎に計算し食品群別に集計した。
2) 四捨五入のため合計数と実際合計数は同じではない。

第10表の1

昭和27年度国民栄養調査
身体症候発現率表(%)

(17)

症候別	全 国															全 都 市														
	5 月			8 月			11 月			2 月			平 均			5 月			8 月			11 月			2 月			平 均		
	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均												
貧毛孔性角化血症 口腫反角射消 浮腫	3.4	4.7	4.1	3.4	4.5	4.0	2.5	3.5	3.0	1.9	3.2	2.6	2.8	4.0	3.4	2.7	4.6	3.7	2.5	3.8	3.2	1.8	3.3	2.6	1.9	3.4	2.7	2.2	3.8	3.1
慢性胃腸障害 徐月経遅延及び無月経 母乳分泌不良	5.1	3.8	4.4	4.3	3.2	3.7	6.0	4.4	5.2	5.5	4.1	4.8	5.2	3.9	4.5	2.1	1.6	1.8	2.0	1.4	1.7	2.8	1.8	2.2	3.0	2.5	2.8	2.5	1.8	2.1
健 康 者	77.7	72.6	75.0	79.5	73.1	76.1	80.3	75.2	77.6	82.5	77.9	78.0	80.7	74.5	77.1	83.8	75.9	79.5	84.2	77.2	80.8	86.9	80.7	83.5	87.1	79.8	83.1	85.5	78.4	81.6
有 症 者	22.3	27.4	25.0	20.5	26.9	23.9	19.7	24.8	22.4	17.5	22.8	20.3	20.2	25.5	22.9	16.2	24.1	20.5	15.8	22.8	19.5	13.1	19.3	16.5	12.9	20.2	16.9	14.5	21.6	18.4

第10表の2

郡 部														
5 月			8 月			11 月			2 月			平 均		
男	女	平均												
3.8	4.8	4.3	3.9	4.9	4.4	3.0	3.6	3.3	2.0	3.0	2.5	3.2	4.1	3.6
2.6	3.7	3.2	1.3	2.4	1.9	2.3	3.0	2.7	3.1	4.4	3.8	2.3	3.4	2.9
6.9	5.3	6.1	5.7	4.4	5.0	8.1	6.2	7.1	7.0	5.2	6.1	6.9	5.3	6.1
6.9	8.1	7.6	8.4	11.3	9.9	5.6	8.1	6.9	5.3	6.8	6.1	6.6	8.6	7.6
1.0	4.2	2.7	0.7	3.3	2.1	0.7	3.8	2.3	0.7	3.0	1.9	0.8	3.6	2.3
5.8	4.1	4.9	4.5	4.1	4.3	4.4	3.5	3.9	3.7	2.9	3.2	4.6	3.7	4.1
6.6	3.3	4.8	5.3	3.0	4.0	5.2	2.5	3.7	3.8	1.5	2.6	5.2	2.6	3.8
—	14.0	—	—	9.2	—	—	10.9	—	—	9.0	—	—	10.8	—
—	23.3	—	—	15.5	—	—	22.8	—	—	20.6	—	—	20.6	—
73.9	70.5	72.2	76.6	70.4	73.4	76.1	71.6	73.7	77.7	75.5	76.6	72.0	74.2	73.1
26.1	29.5	27.8	23.4	29.6	26.6	23.9	28.4	26.3	20.3	24.5	22.4	23.4	25.8	24.6

第11表の1

症候別	大 都 市														
	5 月			8 月			11 月			2 月			平 均		
	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均
貧毛孔性角化血症 口腫反角射消 浮腫	1.3	3.6	2.5	2.0	3.6	2.8	1.3	2.9	2.2	1.1	2.3	1.8	1.4	3.1	2.3
慢性胃腸障害 徐月経遅延及び無月経 母乳分泌不良	0.4	1.0	0.7	0.1	0.1	0.1	0.3	1.3	0.3	0.3	0.6	0.5	0.3	0.5	0.5
健 康 者	1.9	1.1	1.5	0.9	0.4	0.6	1.1	1.0	1.0	2.8	2.7	2.8	1.7	1.3	1.0
有 症 者	4.1	5.5	4.9	5.2	8.3	6.9	2.8	4.7	3.8	3.0	4.1	3.6	3.8	5.7	4.8
—	0.1	1.9	1.1	0.1	1.3	0.8	0.1	1.8	1.1	0.2	1.4	0.8	0.1	1.6	1.0
健 康 者	4.8	4.8	4.8	3.3	3.3	3.3	2.6	3.1	2.9	2.9	3.3	3.1	3.4	3.6	3.5
有 症 者	2.4	1.2	1.7	2.6	1.8	2.1	2.6	2.1	2.3	1.8	1.4	1.6	2.4	1.6	1.9
—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
—	12.7	—	—	6.2	—	—	5.7	—	—	8.7	—	—	8.3	—	
—	19.5	—	—	14.3	—	—	33.3	—	—	35.0	—	—	25.5	—	
健 康 者	87.8	80.6	83.9	89.0	83.1	85.8	89.1	85.8	88.2	89.8	84.3	86.8	89.4	83.4	86.2
有 症 者	12.2	19.4	16.1	11.0	16.9	14.2	8.9	14.2	11.8	10.2	15.7	13.2	10.6	16.6	13.8

第11表の2

昭和27年度国民栄養調査
身体症候発現率表(%)

症候別	中 都 市															小 都 市														
	5 月			8 月			11 月			2 月			平 均			5 月			8 月			11 月			2 月			平 均		
	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均
貧毛孔性角化血症	3.1	4.7	4.0	3.2	4.3	3.8	2.8	4.1	3.5	2.7	5.6	4.3	3.0	4.7	3.9	3.8	5.6	4.8	2.4	3.4	2.9	1.4	2.9	2.2	1.8	2.5	2.2	2.4	3.6	3.0
口腫浮	2.9	4.5	3.8	0.5	1.3	0.9	0.8	1.0	0.9	0.8	2.2	1.6	1.3	2.3	1.8	0.9	1.9	1.4	0.8	1.2	1.0	0.9	2.1	1.6	0.7	1.8	1.3	0.8	1.8	1.3
反射消	1.4	1.0	1.2	2.9	1.4	2.1	2.4	1.6	1.9	2.5	1.6	2.0	2.3	1.4	1.8	3.0	2.8	2.9	2.4	2.4	5.1	3.1	4.0	3.7	3.3	3.5	3.6	2.9	3.2	3.2
慢性胃腸障害	7.2	10.1	8.8	9.6	14.0	12.0	4.9	6.8	6.0	4.3	7.4	6.0	6.5	9.6	8.2	5.6	7.5	6.6	6.5	9.3	8.0	6.0	8.3	7.2	6.2	9.2	7.8	6.1	8.6	7.4
徐月経遅延及び無月経	0.9	4.3	2.7	0.6	3.4	2.1	1.0	1.8	1.5	0.1	1.8	1.0	0.6	2.8	1.8	0.4	3.1	1.8	0.4	2.9	1.7	0.1	2.0	1.1	0.9	2.8	1.9	0.5	2.7	1.6
母乳分泌不良	6.2	5.8	6.0	6.0	4.7	5.3	4.6	4.2	4.4	2.9	3.3	3.1	4.9	4.5	4.7	3.8	4.2	4.0	2.8	3.0	2.9	3.2	3.5	3.4	2.2	2.3	2.3	3.0	3.3	3.2
健康者	5.0	2.1	3.3	2.7	2.8	2.7	4.9	3.4	4.0	2.5	1.4	1.9	3.8	2.4	3.0	4.7	2.5	3.5	5.1	2.3	3.5	2.5	1.5	2.0	3.1	8.1	5.9	3.9	3.6	3.7
有症者	—	12.8	—	—	14.5	—	—	12.9	—	—	12.8	—	—	13.3	—	—	15.9	—	—	8.5	—	—	10.9	—	—	15.9	—	—	12.8	—
	—	21.2	—	—	20.9	—	—	13.0	—	—	20.4	—	—	18.9	—	—	28.4	—	—	25.0	—	—	24.1	—	—	36.4	—	—	28.5	—
健康者	79.5	71.5	75.1	79.9	71.4	75.3	85.3	78.9	81.8	86.2	77.1	81.2	82.7	74.7	78.4	83.7	75.1	79.1	83.3	76.6	79.7	83.6	76.5	79.8	84.8	77.4	80.9	83.9	76.4	79.9
有症者	20.5	28.5	24.9	20.1	28.6	24.7	14.7	21.1	18.2	13.8	22.9	18.8	17.3	25.3	21.6	16.3	24.9	20.9	16.7	23.4	20.3	16.4	23.5	20.2	15.2	22.6	19.1	16.1	23.6	20.1

第12表

昭和27年度国民栄養調査
身体症候発現率表(%)

症候別	農 村															そ の 他														
	5 月			8 月			11 月			2 月			平 均			5 月			8 月			11 月			2 月			平 均		
	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均	男	女	平均												
貧毛孔性角化血症	3.5	4.4	4.0	3.5	4.8	4.2	3.0	3.4	3.2	1.9	2.8	2.4	3.0	3.9	3.5	4.4	5.4	4.9	4.7	5.2	4.9	3.0	4.1	3.6	2.0	3.3	2.7	3.5	4.5	4.0
口腫浮	2.2	3.1	2.7	1.2	1.7	1.5	2.4	3.2	2.8	2.9	3.9	3.4	2.2	3.0	2.6	3.3	4.8	4.1	1.7	3.6	2.7	2.2	2.6	2.4	3.6	5.1	4.4	2.7	4.0	3.4
反射消	5.8	4.4	5.0	5.6	4.2	4.9	8.0	6.3	7.1	6.6	4.6	5.5	6.5	4.9	5.6	9.2	7.1	8.1	6.0	4.7	5.3	8.3	6.0	7.0	7.8	6.4	7.0	7.8	6.1	6.9
慢性胃腸障害	7.2	8.5	7.9	8.9	11.8	10.5	5.4	8.3	6.9	4.9	7.0	6.0	6.6	8.9	7.8	6.3	7.5	6.9	7.4	10.2	8.9	6.2	7.6	6.9	5.9	6.5	6.2	6.5	8.0	7.2
徐月経遅延及び無月経	1.1	3.8	2.5	0.8	3.6	2.3	0.8	4.2	2.6	0.6	3.3	2.0	0.8	3.7	2.4	0.8	4.8	2.9	0.4	2.7	1.6	0.5	3.2	1.9	0.7	2.5	1.7	0.6	3.3	2.0
母乳分泌不良	5.1	4.1	4.6	4.0	3.5	3.7	4.1	3.2	3.6	3.3	2.2	2.7	4.1	3.3	3.7	7.2	4.2	5.6	5.7	5.5	5.5	4.9	4.0	4.4	4.4	4.0	4.2	5.6	4.4	4.9
健康者	6.0	2.9	4.3	5.5	2.7	4.0	5.3	2.1	3.5	3.6	1.2	2.3	5.1	2.2	3.5	8.0	4.0	5.8	4.9	3.4	4.1	5.0	3.4	4.1	4.3	2.0	3.1	5.6	3.2	4.3
有症者	—	15.1	—	—	8.0	—	—	9.7	—	—	7.8	—	—	10.2	—	—	11.8	—	—	11.9	—	—	13.2	—	—	11.2	—	—	12.0	—
	—	23.0	—	—	14.4	—	—	21.1	—	—	18.3	—	—	19.2	—	—	23.8	—	—	17.4	—	—	25.0	—	—	24.1	—	—	22.6	—
健康者	76.4	72.2	74.2	76.8	71.6	74.1	76.6	72.5	74.5	80.8	77.1	78.8	77.6	73.3	75.4	69.1	67.3	68.1	76.2	68.2	72.0	75.1	69.7	72.3	77.6	72.5	74.9	74.5	69.4	71.8
有症者	23.6	27.8	25.8	23.2	28.4	25.9	23.4	27.5	25.5	19.2	22.9	21.2	22.4	26.7	24.6	30.9	32.7	31.9	23.8	31.8	28.0	24.9	30.3	27.7	22.4	27.5	25.1	25.5	33.6	28.2

歯 牙 異 常 状 態 調 査

(昭和27年度平均)

年 令	全 国				全 都 市				都 道 府 部				
	欠 損 歯		う 歯		欠 損 歯		う 歯		欠 損 歯		う 歯		
	有 症 率	一 人 当 り 数	有 症 率	一 人 当 り 数	有 症 率	一 人 当 り 数	有 症 率	一 人 当 り 数	有 症 率	一 人 当 り 数	有 症 率	一 人 当 り 数	
%	本	%	本	%	本	%	本	%	本	%	本	%	本
0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
2	1.0	2	19.7	3	0.9	2	19.3	4	1.1	2	20.0	3	3
3	3.2	3	41.1	4	3.4	3	40.1	5	3.1	3	41.6	4	4
4	3.9	3	55.9	4	4.0	2	57.3	5	3.9	3	55.0	4	4
5	6.0	2	59.7	5	6.7	3	60.6	5	5.6	2	59.1	5	5
6	9.8	3	61.1	4	11.8	3	64.2	5	8.4	2	58.8	4	4
7	10.1	2	56.2	4	10.7	2	57.0	4	9.7	2	55.7	4	4
8	10.1	2	49.3	3	10.4	2	47.8	3	9.9	2	50.3	3	3
9	8.8	2	42.8	3	8.8	2	39.6	3	8.7	2	54.0	3	3
10	9.6	2	42.6	3	9.5	2	43.0	3	9.6	2	42.3	3	3
11	8.6	2	39.0	2	9.7	2	42.5	2	7.9	2	37.0	2	2
12	6.9	2	33.9	2	8.1	1	34.5	2	6.1	2	33.4	2	2
13	4.8	2	32.0	2	6.8	2	32.3	2	3.8	2	31.8	2	2
14	4.1	2	34.1	2	4.6	2	38.5	2	3.8	2	31.8	2	2
15	5.2	2	35.8	2	6.6	2	39.9	2	4.4	2	33.7	2	2
16	8.4	2	38.0	2	9.4	2	38.6	2	7.8	2	37.7	2	2
17	12.7	2	42.8	2	15.9	2	44.0	2	10.6	2	42.2	2	2
18	15.5	2	44.5	2	19.1	2	44.8	3	13.0	2	44.3	2	2
19	21.3	2	50.0	3	25.1	2	48.9	3	18.6	2	50.8	3	3
20	22.2	2	50.2	3	23.7	2	51.4	3	21.3	2	49.5	3	3
21	26.8	2	53.3	3	27.4	2	54.4	3	26.3	2	52.6	3	3
22	26.4	2	57.8	3	27.0	2	54.9	3	25.9	3	59.7	3	3
23	32.7	3	60.1	3	34.6	3	58.7	3	31.4	3	61.0	4	4
24	33.3	2	57.1	3	38.2	2	58.4	4	30.3	2	56.4	3	3
25	37.6	3	62.5	3	40.8	3	65.9	4	35.5	3	60.2	3	3
26~30	44.2	3	67.0	4	47.6	3	67.6	4	42.0	3	66.6	4	4
31~40	61.2	5	70.7	5	62.6	5	67.7	5	60.1	5	72.9	5	5
41~50	73.0	9	65.0	5	72.3	8	63.7	5	73.5	10	65.8	5	5
51~60	84.4	14	54.6	5	82.3	13	51.5	5	85.5	14	56.4	5	5
61~70	89.4	19	46.9	5	87.1	18	47.1	5	90.5	19	46.8	5	5
71~	91.8	24	34.9	5	88.5	23	30.9	5	92.9	24	36.3	5	5

第 14 表

昭和 27 年 度 国 民 栄 養 調 査

身長、体重、胸囲、座高の平均値及び標準偏差（全国）

単位 身長=cm. 体重=kg.
胸囲=cm. 座高=cm.

年 令	男									女								
	人 員	身 長		体 重		胸 囲		座 高		人 員	身 長		体 重		胸 囲		座 高	
		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
0	375	64.8	6.0	6.98	1.66	41.8	3.8	41.1	4.8	387	64.2	7.1	6.59	1.52	41.1	3.6	40.7	4.3
1	463	76.5	5.0	9.72	1.49	46.6	3.0	47.2	3.5	445	75.0	5.2	9.08	1.40	45.4	2.8	46.1	3.5
2	564	84.5	5.2	11.70	1.58	49.5	3.1	50.9	3.0	485	83.6	5.0	11.30	1.61	48.1	3.1	49.9	2.8
3	554	90.9	4.8	13.53	1.82	51.7	3.0	53.9	3.2	540	89.7	5.2	12.88	1.60	49.9	3.1	52.8	2.8
4	569	97.6	5.0	15.02	1.80	53.4	2.7	56.4	3.1	565	96.8	5.1	14.55	1.79	52.1	2.9	56.2	3.2
5	518	103.5	5.2	16.54	1.93	54.8	2.7	59.2	3.0	488	102.6	5.0	16.02	2.05	53.3	2.9	58.5	3.1
6	305	108.7	4.1	18.05	2.16	56.3	2.8	61.5	3.1	339	107.9	5.9	17.64	2.11	54.8	2.8	61.0	3.6
7	419	113.6	6.4	20.27	2.57	58.5	3.4	63.7	3.6	418	113.3	6.3	19.70	3.04	56.3	3.5	63.8	3.3
8	479	118.9	5.6	22.48	2.88	60.1	3.4	66.4	3.7	457	118.4	6.1	21.89	2.89	58.3	3.7	66.2	3.6
9	449	123.4	5.7	24.29	2.96	61.6	3.4	68.6	3.3	441	122.7	5.8	23.93	3.42	59.6	3.3	68.3	3.6
10	498	127.3	6.0	26.54	3.76	63.4	3.3	70.3	3.4	439	127.7	6.3	26.12	3.67	61.2	3.6	70.5	3.7
11	405	132.9	6.4	29.14	3.81	65.3	3.5	72.4	3.4	415	132.3	7.1	29.02	4.78	63.8	3.9	72.9	3.6
12	403	137.0	7.3	31.86	4.93	66.9	3.8	74.2	3.8	387	138.2	6.8	32.70	5.45	66.6	4.8	75.5	4.0
13	360	142.5	8.5	35.29	6.23	70.0	5.0	76.7	4.7	338	142.9	7.2	36.99	6.11	69.6	5.0	78.2	4.1
14	375	149.5	8.6	41.04	6.98	73.5	5.1	80.4	5.1	371	147.7	6.0	41.47	5.97	73.8	4.8	80.7	4.1
15	360	154.7	7.7	46.17	6.91	77.2	5.0	83.3	4.5	328	149.2	5.8	44.29	5.80	76.1	4.8	81.6	3.9
16	308	157.4	7.7	48.97	6.96	79.4	4.6	84.7	5.0	364	150.5	5.7	47.51	6.00	78.7	5.1	82.6	3.5
17	292	159.2	7.1	51.19	6.28	81.4	4.8	86.5	4.3	284	151.5	5.2	48.81	5.31	79.6	4.7	83.2	3.2
18	291	160.8	6.2	53.18	5.62	83.0	4.2	87.2	3.5	283	150.7	6.3	49.35	5.35	81.0	4.7	82.9	3.4
19	264	161.4	5.3	54.02	5.42	83.8	4.4	87.3	3.7	276	151.6	5.0	49.93	6.03	81.1	5.1	83.5	3.0
20	244	162.1	6.1	55.18	5.29	84.9	4.6	87.8	3.5	277	151.5	5.5	50.51	6.28	82.0	5.2	83.7	3.3
21	220	162.0	5.7	55.47	5.90	85.2	4.3	88.0	3.2	272	150.8	5.5	49.43	5.84	81.7	5.0	83.9	2.9
22	228	162.5	6.1	56.07	5.78	85.5	4.6	87.9	3.9	291	151.4	5.5	49.33	5.35	81.8	4.7	83.5	3.1
23	208	162.1	5.3	55.72	5.64	85.4	4.6	88.4	3.1	256	151.4	4.8	48.99	5.42	81.3	4.8	83.3	3.1
24	217	162.4	5.6	55.58	5.96	85.3	4.5	88.5	3.4	281	151.0	5.2	49.24	5.72	81.8	4.8	83.6	3.3
25	229	161.9	7.2	55.07	5.84	85.6	4.5	88.1	3.4	265	150.8	5.6	48.97	5.54	81.3	4.7	83.4	3.3
26~30	933	161.5	6.0	55.15	5.96	85.7	4.6	87.9	3.6	1,313	150.4	5.4	48.39	5.77	80.6	4.9	83.2	3.1
31~40	1,738	160.5	6.2	54.95	6.21	85.5	5.0	87.6	3.7	2,369	149.5	5.3	48.76	6.24	80.7	5.5	83.0	3.2
41~50	1,603	159.7	5.9	54.90	6.42	86.1	4.9	87.0	3.6	2,011	148.0	5.4	48.80	6.56	81.2	6.0	81.9	3.3
51~60	1,267	157.8	5.9	53.48	6.40	85.8	5.0	86.0	3.7	1,362	146.1	5.4	47.03	6.98	81.2	6.3	80.4	3.7
61~70	754	156.4	6.1	51.15	6.42	85.1	4.8	84.6	3.9	826	143.0	5.5	44.02	6.71	80.1	6.0	78.0	4.1
71~	296	153.8	6.1	48.57	6.54	83.3	5.0	82.9	3.8	391	140.3	6.6	41.99	5.69	79.0	5.5	76.0	4.6

昭和 27 年度 国民 栄養 調査

身長、体重、胸囲、座高の平均値及び標準偏差 (全都市)

単位 身長=cm. 体重=kg.
胸囲=cm. 座高=cm.

年 令	男									女								
	人 員	身 長		体 重		胸 囲		座 高		人 員	身 長		体 重		胸 囲		座 高	
		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
0	130	65.3	6.6	7.23	1.97	42.4	4.0	41.4	5.5	150	64.6	7.4	6.61	1.54	41.8	3.8	40.3	4.6
1	167	77.1	4.8	9.95	1.52	47.1	3.6	47.0	4.0	174	75.3	5.1	9.22	1.41	46.0	2.9	46.0	3.9
2	233	85.2	5.1	11.78	1.64	50.0	3.3	51.2	3.1	189	84.2	4.9	11.30	1.45	48.5	3.0	50.0	3.0
3	211	91.4	4.4	13.47	1.92	51.8	3.4	53.9	2.8	224	90.5	4.5	13.08	1.55	50.4	3.3	53.1	3.0
4	233	98.3	5.2	15.05	1.70	53.7	2.8	56.4	3.9	206	97.0	4.8	14.63	1.81	52.6	2.9	56.1	3.3
5	214	103.6	5.5	16.42	1.96	54.7	2.6	59.0	2.9	186	103.2	4.7	16.14	2.10	53.8	3.0	58.5	3.0
6	125	108.7	4.8	17.81	2.43	56.5	2.6	61.3	3.6	147	107.4	6.2	17.43	2.10	54.9	2.8	60.2	3.6
7	153	113.7	7.1	20.42	2.80	58.8	3.7	63.4	3.7	170	113.3	7.1	19.75	3.28	56.0	3.6	63.6	3.8
8	183	119.1	6.2	22.48	3.07	60.1	3.2	66.7	4.0	193	118.3	5.4	21.89	2.70	57.8	3.6	66.5	3.7
9	186	123.6	5.7	24.26	2.80	61.4	3.7	68.9	3.0	178	122.7	6.0	23.94	3.48	59.1	3.2	68.0	3.6
10	192	127.2	6.2	26.34	3.94	63.1	3.3	70.3	3.8	166	127.7	6.4	26.04	3.58	61.0	3.7	70.4	3.7
11	154	133.5	6.6	29.07	3.49	65.1	3.3	72.7	3.2	134	133.3	6.9	29.43	4.78	63.4	4.2	73.1	3.5
12	167	137.1	7.6	32.14	5.35	66.9	3.9	74.4	4.1	138	139.2	6.7	33.36	5.48	66.4	5.2	76.1	3.8
13	133	144.4	9.6	36.83	6.70	70.4	5.5	77.0	5.5	120	142.9	7.5	36.78	6.10	68.1	5.0	78.3	4.3
14	130	151.4	9.1	41.29	6.59	73.1	4.8	80.9	5.3	124	149.4	6.0	42.44	5.68	73.4	4.7	81.2	4.1
15	120	155.5	6.6	46.83	6.01	77.1	4.7	83.5	4.5	126	149.8	6.1	44.19	6.01	75.1	5.2	81.7	4.5
16	115	157.8	8.4	49.05	6.97	79.2	4.7	84.7	5.3	140	151.7	5.7	47.99	5.92	78.4	5.5	82.5	4.1
17	116	159.3	7.0	51.31	5.53	80.8	4.1	86.5	4.7	106	152.1	5.1	48.51	5.31	78.5	4.6	83.0	3.1
18	106	161.2	5.6	53.78	5.68	82.6	4.1	87.2	3.9	112	151.7	5.5	49.43	4.88	80.6	4.8	82.6	3.0
19	112	162.1	5.4	53.76	5.25	82.6	3.9	87.1	4.3	122	152.2	5.4	49.92	6.05	80.8	5.4	83.2	3.2
20	88	162.9	6.1	54.43	5.03	83.9	4.2	87.8	3.8	114	152.0	5.2	49.74	5.81	81.8	4.8	83.5	3.6
21	77	162.0	6.1	54.07	5.93	83.8	4.3	87.7	3.3	110	151.0	5.1	48.61	6.28	81.0	5.4	83.7	2.8
22	86	163.1	5.6	55.98	5.54	84.2	5.1	87.4	4.7	122	152.1	5.4	48.03	5.08	80.5	4.4	83.2	3.5
23	81	162.4	5.0	55.27	5.39	84.5	4.3	88.3	3.2	113	151.6	4.7	48.15	5.09	80.9	4.9	82.9	2.8
24	80	163.4	5.2	55.00	6.40	84.4	5.0	88.8	3.6	114	151.2	5.1	48.55	5.39	80.9	4.8	83.6	3.6
25	83	163.7	5.7	54.90	5.95	85.0	4.8	88.1	3.7	116	151.5	5.6	48.54	5.45	80.5	4.4	83.2	3.8
26~30	332	162.0	6.2	54.73	5.90	84.7	4.9	87.8	3.9	587	151.1	5.3	47.80	5.78	80.1	5.2	83.3	3.2
31~40	714	161.1	5.9	54.68	6.49	84.6	5.3	87.7	3.9	1,027	150.0	5.3	48.42	6.33	80.1	5.6	83.2	3.2
41~50	614	160.3	6.2	54.91	6.48	85.4	5.2	87.2	3.8	845	148.6	5.4	48.87	6.67	80.8	6.3	82.1	3.3
51~60	446	158.0	6.2	53.35	6.60	84.9	5.4	86.0	3.8	509	147.0	5.4	47.42	7.07	80.7	6.5	80.7	3.8
61~70	248	157.2	6.4	51.10	6.04	84.4	5.0	84.8	4.0	263	144.0	5.7	44.60	6.77	79.6	6.1	78.3	3.8
71~	78	154.3	6.6	47.95	7.26	82.4	5.4	83.1	4.5	107	141.3	7.2	42.32	5.84	79.0	5.8	76.9	4.5

第 16 表

昭和 27 年 度 国 民 栄 養 調 査

身長、体重、胸囲、座高の平均值及び標準偏差 (郡部)

単位 身長=cm. 体重=kg.
胸囲=cm. 座高=cm.

年 令	男									女								
	人 員	身 長		体 重		胸 囲		座 高		人 員	身 長		体 重		胸 囲		座 高	
		平均値	標 準 偏差	平均値	標 準 偏差	平均値	標 準 偏差	平均値	標 準 偏差		平均値	標 準 偏差	平均値	標 準 偏差	平均値	標 準 偏差	平均値	標 準 偏差
0	245	64.6	5.6	6.85	1.45	41.4	3.6	40.9	4.4	237	63.9	6.8	6.58	1.50	40.6	3.4	40.9	4.1
1	296	76.1	5.0	9.58	1.46	46.3	2.6	47.3	3.2	275	74.9	5.2	8.99	1.39	45.0	2.6	46.2	3.1
2	331	84.0	5.2	11.64	1.53	49.1	2.8	50.8	2.9	296	83.2	5.0	11.30	1.71	47.9	3.2	49.9	2.7
3	343	90.6	5.0	13.57	1.76	51.6	2.8	53.9	3.4	322	89.1	5.5	12.75	1.62	49.6	2.8	52.5	2.7
4	336	97.2	4.8	14.99	1.83	53.3	2.7	56.4	3.2	359	96.7	5.2	14.50	1.78	51.8	2.8	56.3	3.2
5	304	103.4	4.9	16.63	1.90	54.8	2.8	59.3	3.1	302	102.3	5.1	15.96	2.01	52.9	2.7	58.4	3.2
6	180	108.8	5.0	18.22	1.94	56.1	3.0	61.6	2.7	192	108.4	5.6	17.80	2.11	54.7	2.8	61.5	3.3
7	266	113.5	5.9	20.17	2.42	58.3	3.2	63.8	3.6	248	113.3	5.6	19.66	2.87	56.6	3.4	63.9	3.0
8	296	118.8	5.2	22.49	2.76	60.1	3.5	66.3	3.6	264	118.5	6.5	21.89	3.02	58.6	3.7	66.1	3.6
9	263	123.3	5.7	24.32	3.06	61.7	3.2	68.4	3.4	263	122.8	5.7	23.92	3.37	59.8	3.3	68.5	3.5
10	306	127.4	5.8	26.66	3.63	63.5	3.3	70.4	3.2	273	127.6	6.2	26.17	3.73	61.4	3.5	70.5	3.7
11	251	132.6	6.3	29.18	3.99	65.5	3.6	72.3	3.5	285	131.8	7.2	28.83	4.76	64.0	3.8	72.9	3.7
12	236	136.9	7.1	31.67	4.59	66.9	3.8	74.1	3.6	249	137.7	6.8	32.33	5.39	66.7	4.5	75.2	4.1
13	227	141.3	7.6	34.39	5.74	69.8	4.6	76.5	4.1	218	143.0	7.0	37.10	6.12	70.5	4.9	78.1	3.9
14	245	148.5	8.2	40.90	7.17	73.8	5.2	80.2	4.9	247	146.8	6.0	40.98	6.15	73.9	4.8	80.4	4.1
15	240	154.3	8.2	45.84	7.30	77.3	5.1	83.2	4.5	202	148.9	5.5	44.35	5.67	76.7	4.4	81.5	3.5
16	193	157.2	7.2	48.92	6.96	79.5	4.6	84.8	4.8	224	149.8	5.6	47.21	6.04	78.9	4.8	82.7	3.1
17	176	159.1	7.1	51.11	6.73	81.8	5.1	86.4	4.1	178	151.1	5.2	48.99	5.30	80.3	4.7	83.3	3.2
18	185	160.5	6.5	52.83	5.55	83.3	4.2	87.2	3.2	171	150.0	6.7	49.29	5.64	81.2	4.7	83.1	3.6
19	152	160.8	5.1	54.21	5.54	84.7	4.5	87.4	3.1	154	151.2	4.6	49.94	6.01	81.4	4.8	83.7	2.9
20	156	161.6	6.0	55.60	5.38	85.4	4.8	87.8	3.3	163	151.1	5.6	51.05	6.54	82.1	5.5	83.9	3.1
21	143	162.0	5.4	56.22	5.74	86.0	4.2	88.1	3.2	162	150.7	5.7	49.90	5.45	82.1	4.6	84.1	3.0
22	142	162.1	6.4	56.12	5.92	86.3	4.1	88.2	3.3	169	150.9	5.5	50.27	5.35	82.8	4.7	83.8	2.7
23	127	161.7	5.4	56.00	5.79	86.0	4.6	88.4	3.0	183	151.2	4.8	49.51	5.55	81.5	4.7	83.6	3.2
24	137	161.8	5.7	55.92	5.66	85.8	4.0	88.4	3.2	175	150.8	5.3	49.69	5.88	82.3	4.8	83.6	3.0
25	146	160.8	7.8	55.16	5.77	85.9	4.2	88.1	3.2	149	150.3	5.6	49.31	5.58	81.9	4.9	83.5	2.5
26~30	601	161.3	5.9	55.38	5.98	86.2	4.3	87.9	3.4	726	149.8	5.4	48.87	5.71	81.1	4.6	83.2	3.0
31~40	1,024	160.1	6.3	55.14	5.99	86.2	4.6	87.6	3.5	1,342	149.1	5.2	49.03	6.16	81.1	5.4	82.8	3.2
41~50	989	159.3	5.7	54.90	6.39	86.5	4.7	86.8	3.4	1,166	147.5	5.3	48.74	6.47	81.5	5.7	81.9	3.3
51~60	821	157.7	5.7	53.55	6.28	86.4	4.6	86.1	3.6	853	145.5	5.4	46.79	6.91	81.5	6.2	80.2	3.6
61~70	506	156.0	5.9	51.17	6.60	85.5	4.7	84.5	3.8	563	142.6	5.4	43.76	6.66	80.3	5.9	77.8	4.2
71~	218	153.6	5.9	48.78	6.25	83.7	4.8	82.8	3.5	284	139.9	6.3	41.86	5.62	79.0	5.4	75.7	4.6

第 17 表

昭 和 27 年 度

初 潮 年

被調査者 年 令	初潮 年令	全 国										計	被調査者 年 令	全 国			
		11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			11	12	13	14
11	417	1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1	133	—	—	—	—
12	385	3	2	—	—	—	—	—	—	—	—	5	138	1	1	—	—
13	337	2	16	31	—	—	—	—	—	—	—	49	119	6	12	—	—
14	371	1	20	83	67	—	—	—	—	—	—	171	124	1	9	30	30
15	328	1	14	51	127	67	—	—	—	—	—	260	126	1	5	25	43
16	364	—	2	38	126	132	38	—	—	—	—	336	140	—	2	12	50
17	284	—	7	29	90	89	51	9	—	—	—	275	106	3	12	36	—
18	285	1	3	27	64	74	71	32	11	—	—	283	112	3	16	27	—
19	281	1	1	20	60	76	81	28	10	2	—	279	123	1	7	30	—
20	284	—	10	29	62	67	53	39	19	1	—	280	117	4	15	27	—
21	285	—	7	24	51	73	66	37	20	7	—	285	113	—	3	10	31
22	311	1	6	27	69	92	57	37	19	2	1	311	126	4	13	26	—
23	315	1	2	24	79	95	47	38	19	5	3	313	118	1	12	20	—
24	308	—	10	28	71	75	76	28	10	6	—	304	121	5	8	34	—
25	282	1	6	31	60	86	51	30	12	4	—	281	122	1	2	13	30
26	286	2	9	29	82	69	54	27	11	2	1	286	128	1	4	12	44
27	299	1	9	30	69	81	59	36	8	3	1	297	130	1	4	15	33
28	288	—	5	30	59	86	57	35	8	3	1	284	120	—	4	18	27
29	274	—	4	41	77	67	43	26	13	3	—	274	120	2	22	35	—
30	256	—	6	29	58	78	46	22	9	4	—	252	125	—	4	15	34
31	271	1	7	35	63	74	49	30	5	5	1	270	107	1	4	16	22
32	261	1	7	23	51	82	52	26	14	4	1	261	106	3	14	20	—
33	222	1	6	30	53	49	53	17	12	—	1	222	106	1	1	19	33
34	256	1	3	27	70	68	53	18	9	4	1	254	122	—	1	12	35
35	236	1	2	28	62	57	52	17	11	4	—	234	93	—	—	14	23
36	257	—	8	22	58	69	65	25	3	6	—	256	118	—	6	12	30
37	231	1	4	17	55	57	47	26	7	3	2	229	92	3	9	30	—
38	260	1	2	21	66	80	56	20	11	3	—	260	115	1	2	12	31
39	213	—	6	22	53	67	33	20	10	2	—	213	89	—	3	15	29
40	232	—	5	18	59	46	60	25	14	4	1	232	98	—	2	8	33
41	224	1	4	22	51	75	35	25	7	4	—	224	78	—	2	6	23
42	257	—	4	21	60	70	62	24	14	2	—	257	113	—	—	12	26
43	233	—	6	24	54	68	42	18	17	2	1	232	112	—	5	13	35
44	230	1	4	18	58	66	43	24	11	4	—	229	103	—	3	6	27
45	199	—	4	20	37	64	41	19	7	4	1	197	86	—	1	8	17
46	171	—	4	9	23	48	47	26	9	5	—	171	67	—	2	5	10
47	164	1	1	9	28	41	47	17	15	5	—	164	64	1	1	3	15
48	175	—	3	11	49	39	37	23	9	2	—	173	69	—	1	6	18
49	186	—	—	12	42	45	44	26	13	1	1	184	86	—	—	6	23
50	179	—	1	11	31	63	37	22	13	1	—	179	69	—	—	5	11
51	179	—	1	9	44	46	44	23	8	2	1	178	78	—	—	6	23
52	178	—	5	12	34	49	47	16	7	6	2	178	68	—	1	7	17
53	151	—	2	8	29	35	39	21	12	3	2	151	48	—	1	5	9
54	150	—	2	16	26	35	32	18	13	5	—	147	48	—	1	4	12
55	129	—	1	9	18	43	29	14	8	5	—	127	51	—	—	3	9
56	146	—	—	11	25	36	40	24	4	5	1	146	57	—	—	4	12
57	136	—	1	8	22	35	34	21	9	4	—	134	47	—	1	2	11
58	108	—	1	6	18	26	29	15	10	2	—	107	49	—	1	5	10
59	87	—	—	5	20	24	15	14	6	1	1	86	36	—	—	1	8
60	106	1	1	5	20	24	24	16	4	5	2	102	35	—	—	1	4
61~70	826	4	18	50	126	207	192	117	54	25	12	805	262	2	5	17	33
70~	390	1	7	22	64	103	88	59	23	9	6	382	106	—	2	6	22
合 計	13,283	32	259	1,162	2,741	3,204	2,419	1,232	538	179	44	11,810	5,239	12	119	529	1,218

国民栄養調査

令 調 査

昭和 27 年 5 月 調 査

都 市						計	初潮 年令	郡 部											
15	16	17	18	19	20			被調 査者数	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	計
—	—	—	—	—	—	—	284	1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1	
—	—	—	—	—	—	2	247	2	1	—	—	—	—	—	—	—	—	3	
—	—	—	—	—	—	18	218	2	10	19	—	—	—	—	—	—	—	31	
—	—	—	—	—	—	70	247	—	11	53	37	—	—	—	—	—	—	101	
25	—	—	—	—	—	99	202	—	9	26	84	42	—	—	—	—	—	161	
53	10	—	—	—	—	127	224	—	—	26	76	79	28	—	—	—	—	209	
31	13	4	—	—	—	99	178	—	4	17	54	58	38	5	—	—	—	176	
27	24	10	4	—	—	111	173	1	—	11	37	47	47	22	7	—	—	172	
37	35	9	2	—	—	121	158	1	—	13	30	39	46	19	8	2	—	158	
29	21	15	4	1	—	116	167	—	6	14	35	38	32	24	15	—	—	164	
24	23	11	9	2	—	113	172	—	4	14	20	49	43	26	11	5	—	172	
29	26	17	10	1	—	126	185	1	2	14	43	63	31	20	9	1	1	185	
41	16	14	12	1	—	117	197	1	1	12	59	54	31	24	7	4	3	196	
26	30	10	3	4	—	120	187	—	5	20	37	49	46	18	7	2	—	184	
38	17	17	3	1	—	122	160	—	4	18	30	48	34	13	9	3	—	159	
32	21	8	4	2	—	128	158	1	5	17	38	37	33	19	7	—	1	158	
39	18	16	2	1	—	129	169	—	5	15	36	42	41	20	6	2	1	168	
31	21	13	2	2	1	119	168	—	1	12	32	55	36	22	6	1	1	165	
26	18	12	5	—	—	120	154	—	2	19	42	41	25	14	8	3	—	154	
40	16	6	7	1	—	123	131	—	2	14	24	38	30	16	2	3	—	129	
24	24	15	1	—	—	107	164	—	3	19	41	30	25	15	4	5	1	163	
35	21	10	3	—	—	106	155	1	4	9	31	47	31	16	11	4	1	155	
24	20	4	4	—	—	106	116	—	5	11	20	25	33	13	8	—	—	116	
34	27	9	4	—	—	122	134	1	2	15	35	34	26	9	5	4	1	132	
22	23	7	2	2	2	93	143	1	2	14	39	35	29	10	9	2	—	141	
27	28	10	1	3	—	117	139	—	2	10	28	42	37	15	2	3	—	139	
22	17	7	2	1	1	92	139	1	1	8	25	45	30	19	5	2	1	137	
42	21	4	2	—	—	115	145	—	—	9	35	38	35	16	9	3	—	145	
26	11	2	2	1	—	89	124	—	3	7	24	41	22	18	8	1	—	124	
13	22	11	7	2	—	98	134	—	3	10	26	33	38	14	7	2	1	134	
29	9	5	3	1	—	78	146	1	2	16	28	46	26	20	4	3	—	146	
33	24	10	8	—	—	113	144	—	4	9	34	37	38	14	6	2	—	144	
27	15	8	8	1	—	112	121	—	1	11	19	41	27	10	9	1	1	120	
27	21	11	7	1	—	103	127	1	1	12	31	39	22	13	4	3	—	126	
33	15	6	3	1	—	84	113	—	3	12	20	31	26	13	4	3	1	113	
17	19	7	3	4	—	67	104	—	2	4	13	31	28	19	6	1	—	104	
12	21	4	6	1	—	64	100	—	—	6	13	29	26	13	9	4	—	100	
18	13	8	3	1	—	68	106	—	2	5	31	21	24	15	6	1	—	105	
21	21	7	5	—	1	84	100	—	—	6	19	24	23	19	8	1	—	100	
29	13	7	3	1	—	69	110	—	1	6	20	34	24	15	10	—	—	110	
15	19	8	4	1	1	77	101	—	1	3	21	31	25	15	4	1	—	101	
16	16	4	3	3	1	68	110	—	4	5	17	33	31	12	4	3	1	110	
9	14	4	3	2	1	48	103	—	1	3	20	26	25	17	9	1	1	103	
10	11	3	4	2	—	47	102	—	1	12	14	25	21	15	9	3	—	100	
16	9	5	5	3	—	50	78	—	1	6	9	27	20	9	3	2	—	77	
12	13	12	1	3	—	57	89	—	—	7	13	24	27	12	3	2	1	89	
11	12	6	3	—	—	46	89	—	—	6	11	24	22	15	6	4	—	88	
10	10	7	4	1	—	48	59	—	—	1	8	16	19	8	6	1	—	59	
8	11	3	4	1	—	36	51	—	—	4	12	16	4	11	2	—	1	50	
9	10	7	1	2	—	34	71	1	1	4	16	15	14	9	3	3	2	68	
60	61	36	19	7	4	244	564	2	13	33	93	147	131	81	35	18	8	561	
24	21	19	7	2	—	103	284	1	5	16	42	79	67	40	16	7	6	279	
1,243	901	428	202	63	10	4,725	8,044	20	140	633	1,522	1,965	1,517	802	336	116	34	7,085	

第二部 年次別成績

昭和24~27年度国民栄養調査

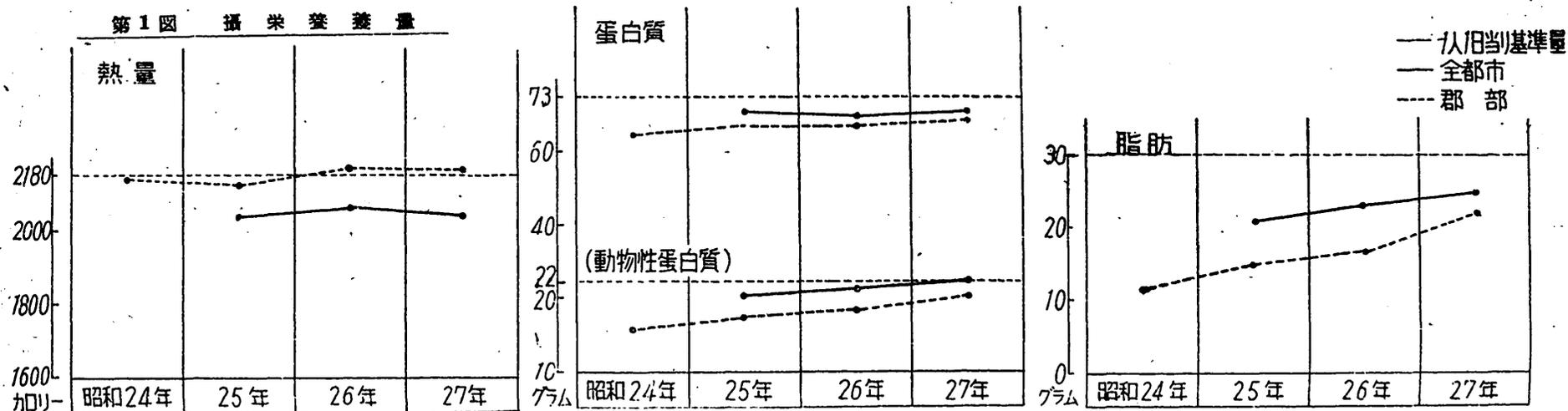
摂取栄養量(一人一日当り)

単位 = グラム

第18表

	全 国				全 都 市				農 村 郡 部			
	24年	25年	26年	27年	24年	25年	26年	27年	24年	25年	26年	27年
成人蛋白質換算率	0.855	0.853	0.903	0.891	—	0.859	0.885	0.878	0.853	0.850	0.918	0.900
蛋白質g	0.836	0.829	0.854	0.857	—	0.810	0.838	0.838	0.849	0.838	0.899	0.869
動物性蛋白質g	14	17	19	23	—	21	23	25	12	15	17	21
	51	51	49	47	—	50	47	46	53	52	50	48
	65	68	68	70	—	71	70	71	65	67	67	69
脂 肪 g	16	18	18	20	—	21	21	23	15	16	16	18
	423	418	424	412	—	394	398	390	437	430	439	427
炭 水 化 物 Cal	2097	2098	2125	2109	—	2041	2061	2042	2140	2126	2171	2153
	0.2	0.27	0.27	0.37	—	—	0.27	0.35	0.2	0.26	0.27	0.39
無機質	1.8	1.82	1.62	1.79	—	—	1.82	1.78	1.8	1.66	1.81	1.79
	47	46	49	65	—	—	50	63	46	44	47	67
ビタミン	2416	2459	2262	2700	—	—	2292	3014	2335	2417	2245	2496
	1.6	1.52	1.58	1.14	—	—	1.61	1.18	1.6	1.50	1.58	1.12
	0.7	0.72	0.76	0.66	—	—	0.79	0.66	0.7	0.69	0.74	0.68
	115	107	99	77	—	—	88	75	118	112	105	79

第1図 攝栄養量



昭和24~27年度国民栄養調査

第19表

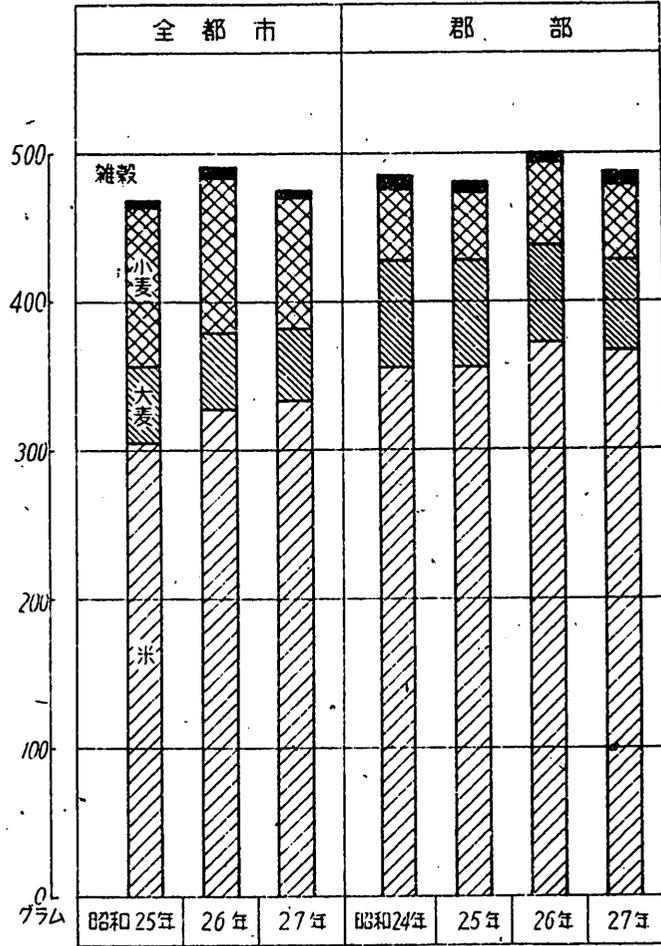
食品群別摂取量(一人一日当り)

単位 = グラム

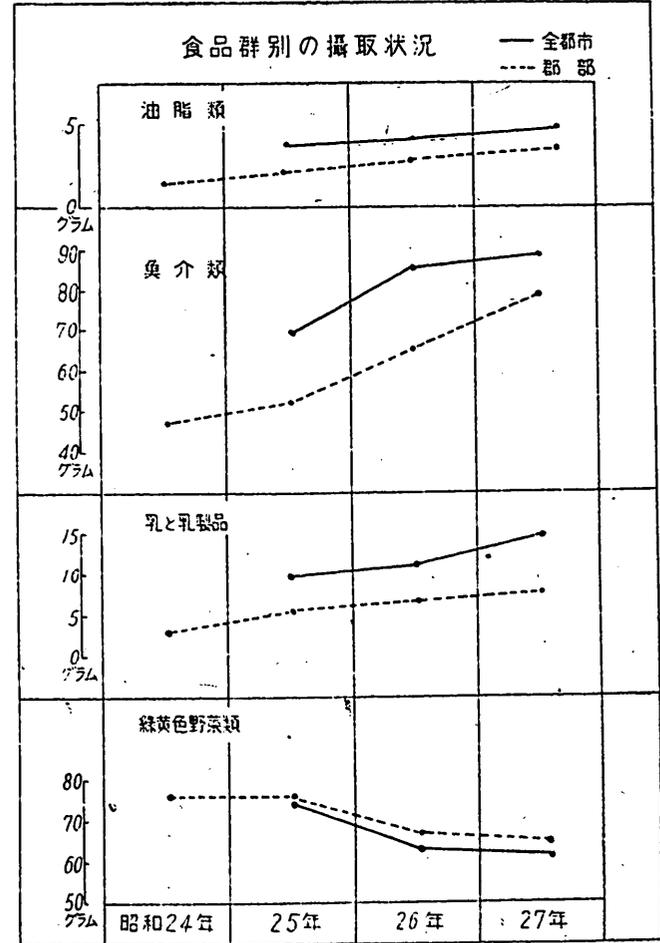
食品群	全 国				全 都 市				農 村(郡部)					
	24年	25年	26年	27年	24年	25年	26年	27年	24年	25年	26年	27年		
穀類	米	333.1	338.7	354.7	352.5	—	305.3	328.9	330.6	354.1	355.2	370.2	366.8	
	小麦	62.7	63.9	59.7	56.2	—	50.3	49.4	48.2	71.4	70.6	65.8	61.5	
	雑穀	65.8	68.7	76.3	68.0	—	110.4	108.8	91.2	46.5	48.1	56.9	52.8	
	計	11.5	5.5	5.6	4.5	—	2.5	2.7	3.6	13.4	7.1	7.3	5.1	
堅果類	果	473.1	476.8	496.3	481.2	—	468.5	489.8	473.6	485.4	481.0	500.2	486.2	
	計	0.8	0.9	0.7	0.6	—	0.6	0.6	0.5	0.8	1.0	0.8	0.6	
いも類	甘藷	108.3	76.3	67.4	43.2	—	50.7	40.6	26.1	115.9	89.0	83.4	54.4	
	芋	41.8	34.5	31.0	27.8	—	28.4	25.1	25.2	41.4	37.5	34.5	29.4	
	其他	19.8	16.5	15.2	13.2	—	9.7	12.1	9.3	23.2	19.8	17.0	15.7	
	計	169.9	127.2	113.6	84.2	—	88.8	77.8	60.6	180.5	146.3	134.9	99.5	
砂糖	糖	5.2	7.2	11.3	14.5	—	10.2	14.1	15.3	4.2	5.7	9.5	14.0	
	脂	1.8	2.6	3.2	3.9	—	3.8	4.2	4.7	1.5	2.1	2.7	3.4	
豆類	大豆	2.5	2.5	2.6	2.6	—	1.9	2.1	2.1	2.7	2.8	2.8	3.0	
	豆製品	4.18	30.1	32.1	29.9	—	24.5	26.5	24.7	41.3	32.9	35.5	33.4	
	其他	5.5	14.7	21.4	28.2	—	23.5	31.5	37.5	5.9	10.3	15.3	22.2	
	計	49.8	6.4	6.9	7.7	—	6.2	7.0	7.1	5.9	6.5	6.8	8.1	
動物性食品	魚介類	生乾物	55.8	51.2	62.9	71.1	—	69.1	75.3	76.9	47.9	42.3	55.5	66.1
		肉類	5.4	9.8	9.6	11.2	—	10.2	9.6	9.0	3.1	9.8	9.5	12.7
		卵類	3.2	8.4	7.2	10.6	—	13.9	12.4	16.1	2.4	6.6	4.1	7.0
	乳製品	乳	4.1	5.6	7.4	10.0	—	8.5	11.1	13.3	2.4	4.2	5.9	7.9
		乳製品	68.5	7.4	10.2	10.2	—	10.1	14.2	14.2	3.5	5.3	5.9	7.5
		計	—	0.9	0.4	—	—	9.9	1.1	0.8	—	—	0.7	0.2
野菜及実類	緑黄色野菜	76.0	81.8	95.4	113.5	—	111.6	119.6	132.3	56.9	67.1	81.6	101.4	
	其他野菜	12.0	75.6	66.4	63.8	—	74.6	63.8	60.9	76.5	76.1	67.9	65.8	
	果実	15.5	14.8	21.2	18.6	—	22.9	30.1	27.0	8.5	10.8	15.9	13.0	
	計	118.9	26.7	25.9	30.3	—	37.4	31.5	31.4	13.0	21.5	22.6	29.7	
海藻類	海藻	222.4	119.5	111.0	110.0	—	94.9	90.6	95.4	126.7	131.6	123.1	119.3	
	計	—	236.6	244.5	222.7	—	229.8	216.0	214.7	224.7	240.0	229.5	227.8	
加工野菜	乾物	3.4	3.0	3.8	4.1	—	3.5	4.4	4.5	2.8	2.7	3.5	3.8	
	計	2.6	2.4	2.1	1.6	—	1.5	1.6	1.3	3.1	2.8	2.4	1.8	
調味嗜好品	醬油	47.4	44.5	41.2	46.6	—	39.5	40.4	43.7	52.1	47.1	41.8	48.6	
	其他	50.0	46.9	43.3	48.2	—	41.0	42.0	45.0	55.2	49.9	44.2	50.2	
合 計		28.1	32.0	31.3	32.8	—	34.8	30.8	27.7	28.1	30.6	31.6	36.1	
				8.4	10.1	—		10.0	10.8			7.5	9.6	
合 計	1073.0	1068.7	1094.8	1084.2	—	1048.7	1076.4	1061.4	1090.0	1078.9	1105.4	1099.5		

第2図

穀類の摂取量



第3図 食品群別の摂取状況

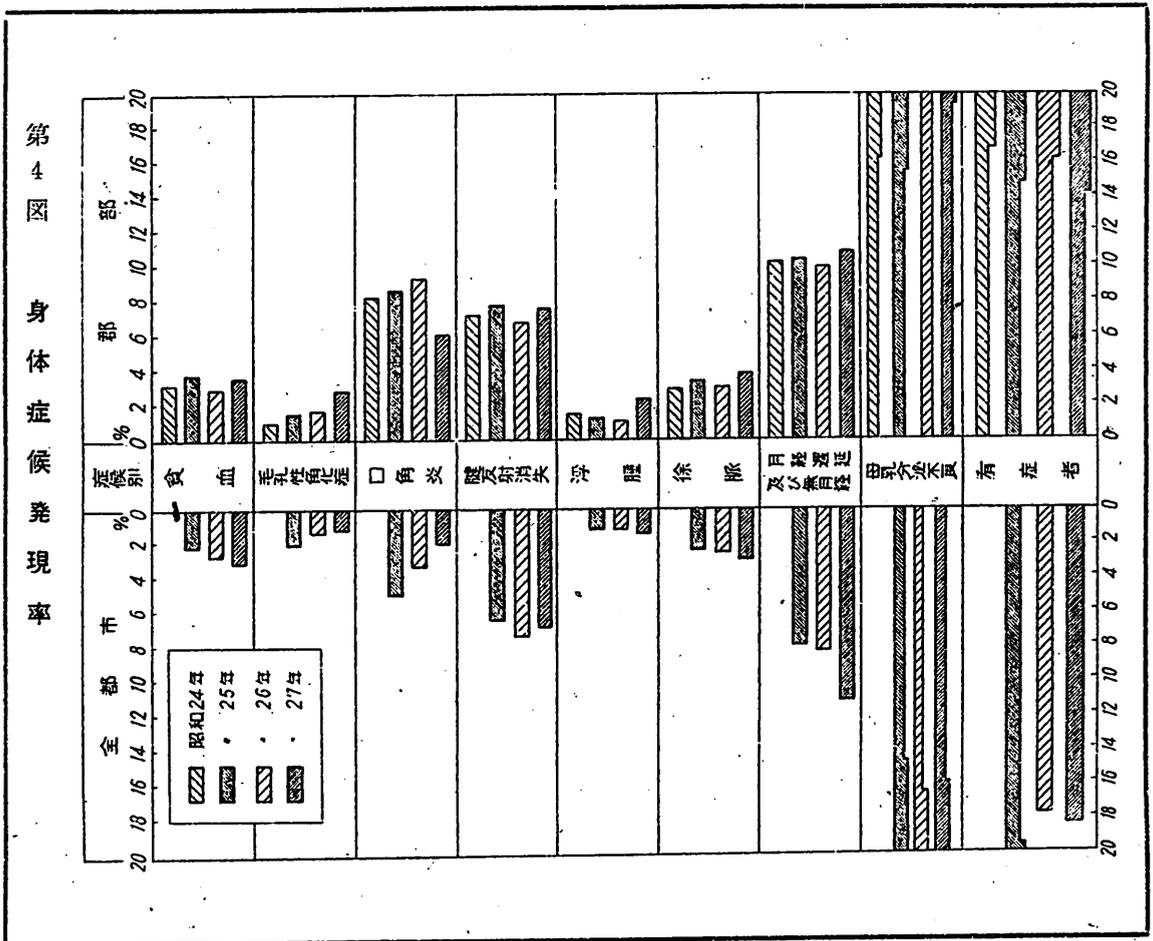


昭和24~27年度国民栄養調査

身体症候発現率表(%)

第20表

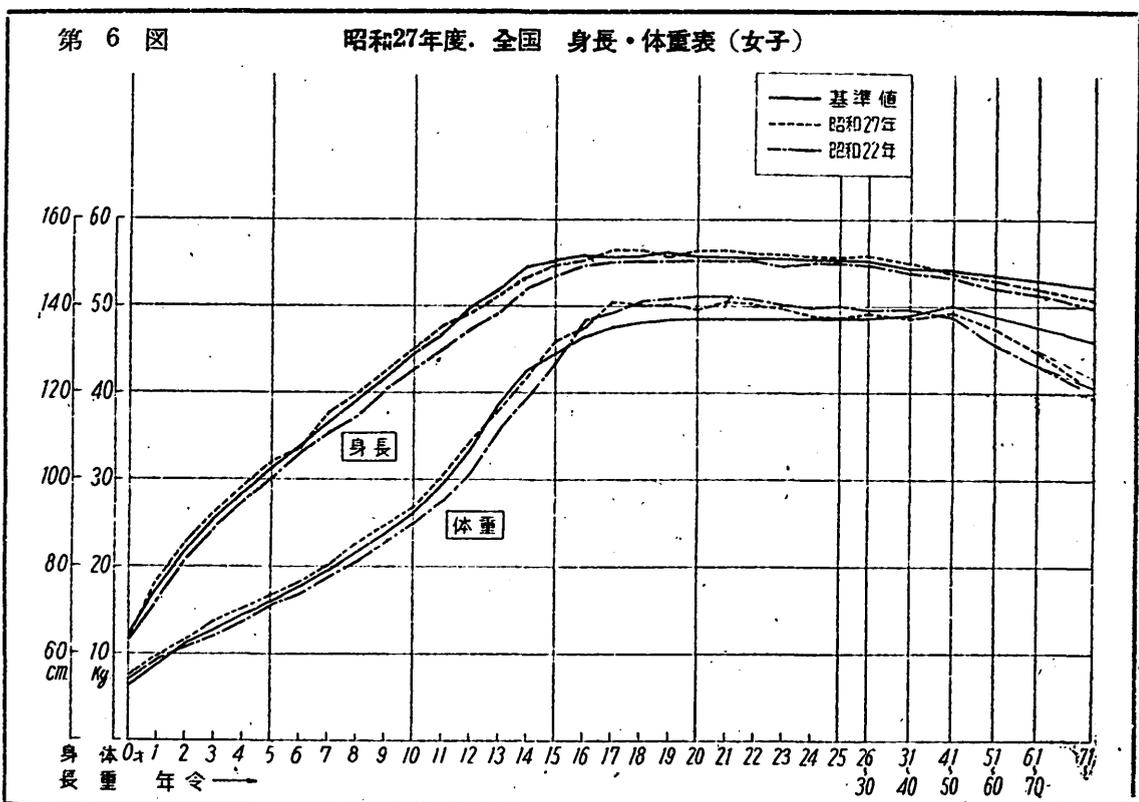
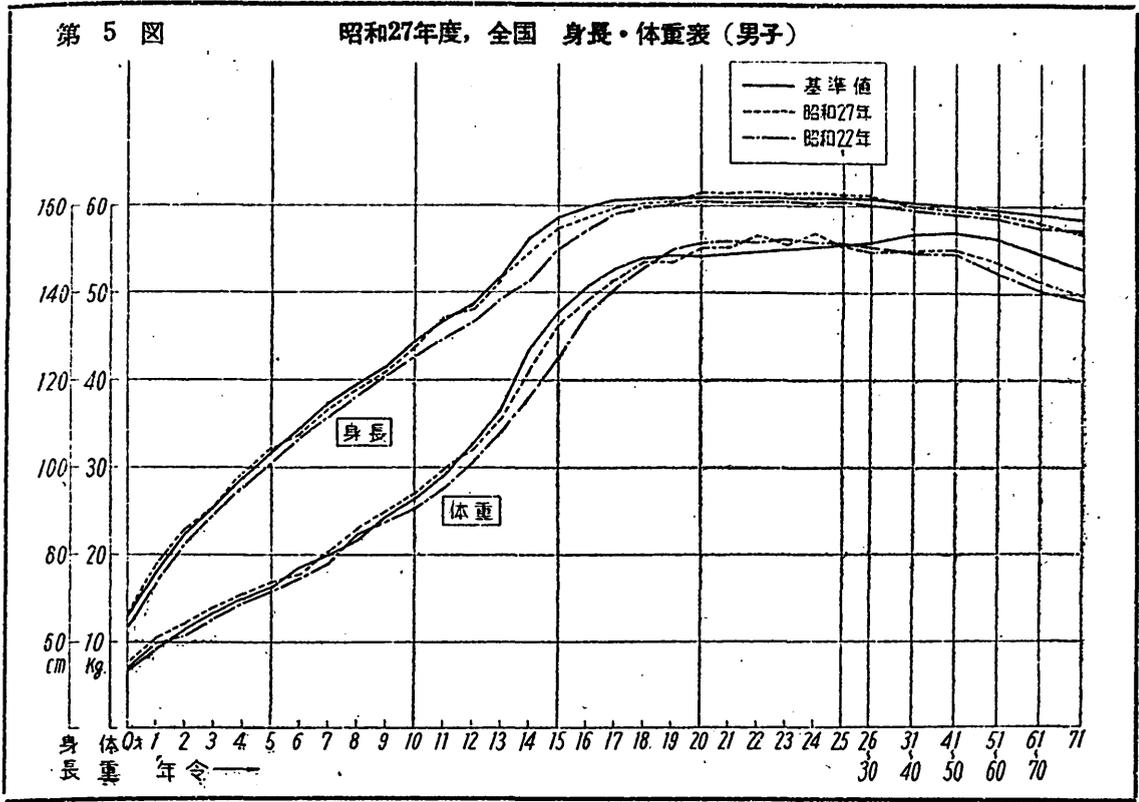
症候別	全 国				全 都 市				農 村(郡 部)			
	24年	25年	26年	27年	24年	25年	26年	27年	24年	25年	26年	27年
貧血	2.7	3.3	2.8	3.4	—	2.4	2.7	3.1	3.3	3.8	2.9	3.6
角膜乾燥	1.1	1.7	1.8	2.2	—	2.1	1.4	1.2	1.0	1.5	1.7	2.9
口腔炎	0.1	0.1	0.1	—	—	0.1	0.1	—	0.1	0.2	0.2	—
舌炎	5.9	7.4	7.1	4.5	—	4.9	3.3	2.1	8.3	8.7	9.4	6.1
反射性消化不良	1.0	1.6	1.1	—	—	1.8	1.1	—	1.4	1.5	1.1	—
浮腫	6.7	8.0	7.0	7.3	—	6.5	7.4	6.7	7.2	7.8	6.8	7.6
徐脈	1.5	1.2	1.1	2.0	—	1.2	1.2	1.5	1.4	1.2	1.0	2.3
月経遅延	0.6	0.6	0.5	—	—	0.6	0.5	—	0.7	0.5	0.6	—
及無月経	—	—	—	4.0	—	—	—	3.8	—	—	—	4.1
母乳分泌不良	2.4	3.0	2.8	3.4	—	2.5	2.6	2.9	2.9	3.3	3.0	3.8
健康者	9.5	9.6	9.3	11.0	—	8.0	8.3	11.3	10.2	10.3	9.9	10.8
有能者	25.1	22.4	23.4	21.7	—	25.2	23.9	24.0	23.8	24.5	19.9	20.6
健康者	80.3	76.3	78.4	77.1	—	79.7	82.2	81.6	76.9	74.8	76.2	74.2
有能者	19.7	23.7	21.6	22.9	—	20.3	17.8	18.4	23.1	25.2	23.8	25.8



昭和22~27年度国民栄養調査
身長、体重の平均値(全国)

単位 身長=cm
体重=kg

年令	男												女											
	身長						体重						身長						体重					
	22年	23年	34年	25年	26年	27年	22年	23年	24年	25年	26年	27年	22年	23年	24年	25年	26年	27年	22年	23年	24年	25年	26年	27年
0	64.4	65.4	64.9	65.8	66.0	64.8	6.97	7.13	6.82	7.18	7.24	6.98	63.3	63.8	64.2	64.9	64.3	64.2	6.58	7.10	6.77	6.92	6.90	6.59
1	75.4	74.5	74.4	75.1	75.4	76.5	9.34	9.41	9.22	9.56	9.53	9.72	72.9	73.4	73.6	74.0	73.9	75.0	8.99	9.02	8.73	9.04	9.09	9.08
2	83.5	82.4	83.2	83.3	83.8	84.5	11.40	11.36	11.27	11.61	11.53	11.70	82.3	81.9	82.0	82.2	82.4	83.6	10.97	10.84	10.61	10.98	11.11	11.30
3	90.2	89.8	90.3	90.8	91.4	90.9	13.11	13.28	13.18	13.48	13.45	13.53	88.7	89.3	89.2	89.6	90.0	89.7	12.58	12.57	12.44	12.87	12.96	12.88
4	96.2	96.0	96.4	96.7	97.2	97.6	14.69	14.63	14.78	14.87	15.03	15.02	95.0	95.2	95.5	95.9	96.0	96.8	14.06	13.80	14.07	14.50	14.50	14.55
5	101.7	101.8	102.7	102.6	103.0	103.5	16.09	16.04	16.26	16.68	16.69	16.54	101.0	100.5	101.4	101.6	102.0	102.6	15.72	15.70	15.76	16.05	16.06	16.02
6	107.1	107.3	108.2	108.4	108.5	108.7	17.58	17.79	17.72	18.78	18.43	18.05	106.0	105.6	107.1	107.2	107.7	107.9	16.90	17.23	17.60	17.73	17.79	17.64
7	111.8	112.3	113.2	113.7	113.9	113.6	19.37	19.55	19.41	20.71	20.42	20.27	110.8	110.7	112.5	112.7	112.8	113.3	18.95	18.91	19.38	19.63	19.63	19.70
8	116.2	116.9	117.5	118.1	118.9	118.9	21.20	21.46	21.27	22.55	22.41	22.48	115.7	115.8	117.2	117.5	117.8	118.4	20.76	20.74	21.29	21.57	21.63	21.89
9	121.5	121.6	122.0	122.7	123.3	123.4	23.28	23.63	23.52	24.36	24.35	24.29	120.5	121.0	121.3	122.1	122.4	122.7	22.85	22.79	23.27	23.52	23.67	23.93
10	125.5	125.9	126.0	126.9	127.6	127.3	24.99	26.13	25.51	26.07	26.42	26.54	125.5	126.0	125.8	126.8	127.3	127.7	25.00	25.21	25.53	25.79	26.13	26.12
11	129.7	130.3	130.2	131.1	132.1	132.9	27.39	28.04	27.79	28.46	28.77	29.14	129.9	130.9	130.8	131.6	132.5	132.3	27.49	28.10	28.38	28.61	29.21	29.02
12	133.6	135.0	134.5	136.1	136.8	137.0	30.24	30.84	30.52	31.51	31.75	31.89	134.8	136.0	136.1	136.8	137.8	138.2	30.90	31.51	32.06	32.20	33.02	32.70
13	138.6	139.7	139.8	141.7	142.3	142.5	34.00	34.32	34.17	35.36	35.75	35.29	139.6	140.7	141.1	142.0	142.8	142.9	35.06	35.53	36.27	36.43	37.13	36.99
14	143.8	144.9	145.3	147.3	148.4	149.5	37.92	38.63	38.65	39.86	40.48	41.04	144.0	144.5	145.0	145.8	146.7	147.7	39.37	39.67	40.51	40.60	41.18	41.47
15	150.3	150.2	151.3	152.7	153.7	154.7	43.12	43.38	43.80	44.63	45.21	46.17	147.9	147.3	147.7	148.5	148.9	149.2	43.90	43.57	44.25	44.24	44.64	44.29
16	155.8	154.6	155.7	156.5	157.7	157.4	48.01	47.38	47.61	48.57	49.09	48.97	149.3	149.2	149.1	150.0	150.3	150.5	47.73	46.50	47.09	47.04	47.23	47.51
17	158.9	158.2	158.4	158.9	159.8	159.2	51.81	50.79	50.65	51.58	51.90	51.19	150.2	150.1	150.2	150.6	150.7	151.5	49.03	49.04	49.10	48.73	48.77	48.81
18	160.1	160.3	160.0	160.3	160.8	160.8	53.01	53.02	52.69	53.53	53.69	53.18	150.3	150.7	150.7	150.8	150.8	150.7	50.14	50.06	50.33	49.68	49.85	49.35
19	110.9	160.9	160.8	161.0	161.1	161.4	54.88	54.11	53.85	54.66	54.66	54.12	150.6	151.1	151.0	150.9	150.7	151.6	50.49	51.08	50.76	50.52	50.19	49.93
20	161.5	161.2	161.2	161.5	161.7	162.1	55.56	55.09	54.57	55.27	55.46	55.18	150.4	150.9	151.1	150.8	150.5	151.5	50.89	51.17	51.02	50.67	50.23	50.51
21	161.0	161.5	161.6	161.9	162.1	162.0	55.75	55.81	55.09	55.62	55.91	55.47	150.2	150.6	151.0	151.0	150.2	150.8	50.74	50.82	50.80	50.63	49.97	49.43
22	161.3	161.6	161.5	161.8	162.3	162.5	55.83	55.68	55.28	55.59	56.08	56.07	150.3	150.5	150.9	150.9	150.2	151.4	50.30	50.34	50.46	50.13	49.70	49.33
23	161.4	161.6	161.6	162.0	162.3	162.1	55.93	55.94	55.38	55.78	56.24	55.72	149.4	150.4	150.5	150.8	150.3	151.4	50.04	50.06	50.33	49.68	49.39	48.99
24	161.0	161.6	161.8	161.8	162.2	162.4	55.49	55.76	55.38	55.77	56.02	55.58	150.1	150.6	150.3	150.7	150.4	151.0	49.88	49.91	50.16	49.46	49.37	49.24
25	161.1	161.3	161.6	161.5	161.8	161.9	55.44	55.45	54.13	55.78	55.59	55.07	150.0	150.5	150.1	150.4	150.4	150.8	49.93	49.70	49.93	49.29	49.27	48.97
26~30	160.3	160.7	161.2	161.1	161.4	161.5	55.50	55.00	54.70	55.61	55.48	55.15	149.4	149.8	149.5	149.7	149.7	150.4	49.20	49.14	49.99	49.37	49.28	48.39
31~40	160.1	160.0	160.3	160.3	160.5	160.5	55.00	55.08	54.56	55.29	55.27	54.95	148.7	148.8	148.6	148.9	148.9	149.5	49.11	48.49	49.53	49.20	49.03	48.76
41~50	158.7	158.8	159.1	159.1	159.3	159.7	54.23	54.48	54.06	54.50	54.87	54.90	147.0	147.4	147.3	147.7	147.3	148.0	47.65	47.39	48.32	48.25	48.19	48.80
51~60	157.9	157.4	157.5	157.8	157.8	157.8	52.69	53.11	52.82	53.14	53.63	53.48	145.5	145.6	145.5	146.0	145.6	146.1	45.22	46.35	46.66	46.69	46.71	47.03
61~70	155.6	155.8	155.7	156.1	156.1	156.4	50.69	51.14	50.83	51.20	51.85	51.15	143.3	143.2	143.3	143.8	143.3	143.0	43.22	44.02	44.45	44.53	45.03	44.52
71~	154.2	154.2	153.6	154.3	154.1	153.8	48.48	48.56	48.80	48.97	49.50	48.57	140.5	140.4	140.6	141.7	140.7	140.3	40.89	41.07	41.70	41.78	41.98	41.99



	男												女											
	身長						体重						身長						体重					
	22年	23年	24年	25年	26年	27年	22年	23年	24年	25年	26年	27年	22年	23年	24年	25年	26年	27年	22年	23年	24年	25年	26年	27年
0	64.3	65.2	66.5	66.3	67.0	65.3	6.97	7.16	7.31	7.33	7.28	7.23	63.4	64.5	65.0	65.4	65.5	64.6	6.52	6.50	7.39	7.23	7.16	6.61
1	75.5	74.6	75.2	75.4	76.5	77.1	9.38	9.17	9.35	9.61	9.71	9.95	74.0	73.8	74.3	74.4	74.8	75.3	8.95	8.70	9.11	9.25	9.28	9.22
2	83.3	83.1	82.7	83.5	85.0	85.2	11.17	11.09	11.30	11.70	11.65	11.78	82.3	82.2	82.3	82.8	83.2	84.2	10.85	10.72	10.78	11.05	11.25	11.30
3	90.1	90.6	90.1	91.2	92.8	91.4	12.79	12.90	13.14	13.60	13.59	13.47	88.8	89.6	89.4	90.1	90.7	90.5	12.37	12.57	12.56	12.95	13.07	13.08
4	96.3	96.9	96.3	97.3	98.5	98.3	14.55	14.53	14.78	15.16	15.16	15.05	94.6	95.9	95.8	96.4	96.9	97.0	13.96	14.24	14.21	14.54	14.58	14.63
5	101.4	102.6	102.4	103.3	103.7	103.6	15.88	16.17	16.45	16.44	16.72	16.42	100.7	101.3	102.0	102.1	102.6	103.2	15.49	15.68	15.74	16.08	16.14	16.14
6	106.4	107.5	108.1	108.8	109.3	108.7	17.25	17.78	18.21	18.53	18.45	17.81	105.4	106.3	107.7	107.3	108.5	107.4	16.59	17.07	17.61	17.72	17.92	17.43
7	111.9	112.5	113.0	113.9	114.7	113.7	18.99	19.54	20.02	20.41	20.51	20.42	110.8	111.1	113.2	112.6	113.7	113.3	18.54	18.57	19.34	19.59	19.84	19.75
8	115.7	116.9	117.0	118.4	119.5	119.1	20.75	21.42	21.85	22.39	22.54	22.48	115.3	116.1	118.0	117.3	118.7	118.3	20.24	20.22	21.39	21.54	21.84	21.89
9	121.0	121.4	121.4	123.1	124.0	123.6	22.92	23.57	23.93	24.30	24.55	24.26	120.0	121.1	121.8	122.2	123.5	122.7	22.29	22.16	23.34	23.45	24.00	23.94
10	124.6	125.7	125.4	127.3	128.2	127.2	24.29	26.30	25.73	26.33	26.62	26.34	125.9	126.1	126.1	127.3	128.3	127.7	24.58	24.58	25.61	25.83	26.56	26.04
11	128.0	130.2	129.7	131.3	132.6	133.5	26.92	27.97	28.08	28.47	28.85	29.07	129.6	131.0	131.0	132.6	133.5	133.3	27.20	27.52	28.33	28.79	29.82	29.43
12	132.8	134.8	133.5	136.0	137.1	137.1	29.83	30.76	30.70	31.32	31.69	32.14	133.6	136.0	136.4	137.8	138.9	139.2	29.84	31.09	31.76	32.46	33.68	33.36
13	137.5	139.6	138.7	141.7	142.7	144.4	33.86	34.24	34.10	35.03	35.64	36.83	139.0	140.7	141.1	142.8	143.5	142.9	33.88	35.14	35.81	36.73	37.33	36.78
14	143.7	144.6	144.8	147.1	148.9	151.4	36.73	38.59	38.70	39.50	40.52	41.29	143.5	144.8	145.4	146.7	147.3	149.4	37.94	39.35	40.03	40.97	41.10	42.44
15	150.4	149.7	150.9	152.4	154.4	155.5	42.29	43.48	44.33	44.12	45.32	46.83	148.6	148.0	147.8	149.2	149.3	149.8	42.75	43.24	43.48	44.28	44.28	44.19
16	156.3	154.6	155.8	156.6	158.3	157.8	47.54	48.42	47.74	48.16	49.10	49.05	149.9	149.9	149.0	150.6	150.8	151.7	46.37	46.39	46.10	46.87	46.70	47.99
17	159.4	158.4	159.0	159.3	160.6	159.3	51.26	51.04	50.78	51.28	51.64	51.31	150.8	151.0	149.9	151.1	151.3	152.1	48.47	48.67	48.13	48.41	48.54	48.51
18	160.4	160.8	160.0	161.1	161.2	161.2	52.37	53.06	52.14	53.24	53.10	53.78	150.8	151.5	150.8	151.5	151.6	151.7	49.61	50.00	49.37	49.63	49.64	49.43
19	161.2	161.8	160.7	162.2	161.5	162.1	54.18	54.03	53.36	54.32	53.78	53.76	151.4	151.7	151.3	152.0	151.4	152.2	50.15	50.32	50.10	50.41	49.57	49.92
20	162.6	162.1	161.5	162.5	162.1	162.5	55.40	55.03	53.88	54.59	54.47	54.43	151.2	151.7	151.7	151.8	151.3	152.0	51.00	50.26	50.65	50.58	49.74	49.74
21	161.5	162.1	161.6	162.7	162.4	162.0	54.87	55.31	54.45	54.49	54.94	54.07	150.8	151.5	151.7	152.1	151.0	151.0	50.25	49.97	50.57	50.17	49.12	48.61
22	161.7	162.3	161.5	162.9	162.8	163.1	55.51	55.72	54.26	54.42	55.36	55.98	150.8	151.4	151.7	151.7	151.2	152.1	50.09	49.60	50.22	49.58	48.92	48.03
23	162.4	162.8	161.2	162.9	162.7	162.4	55.68	55.91	54.33	54.69	55.59	55.27	150.7	151.2	151.3	151.5	151.3	151.6	49.54	49.44	50.09	49.06	48.79	48.15
24	161.7	162.9	161.3	162.7	162.5	163.4	54.48	55.86	54.46	54.97	55.47	55.00	150.4	151.2	151.2	151.2	151.3	151.2	49.58	49.41	49.92	49.00	48.63	48.55
25	162.0	162.6	161.5	162.5	162.3	163.7	55.35	55.42	54.58	55.44	55.32	54.90	150.2	151.0	150.9	151.0	151.3	151.5	49.61	49.37	49.20	48.91	48.58	48.54
26~30	160.6	161.7	161.7	162.0	162.0	162.0	55.07	54.55	54.51	55.18	55.26	54.73	149.7	150.6	150.4	150.4	150.6	151.1	48.72	49.16	49.23	49.08	48.91	47.80
31~40	160.6	160.6	161.0	161.1	161.0	161.1	54.34	54.35	54.68	54.81	55.14	54.68	149.1	149.7	149.4	149.6	149.6	150.0	48.80	48.48	49.01	49.09	48.75	48.42
41~50	159.0	159.2	159.5	159.9	160.0	160.3	53.43	53.53	54.16	54.30	54.91	54.91	147.5	148.3	147.7	148.6	148.1	148.6	47.37	47.38	48.05	48.25	48.42	48.87
51~60	158.9	157.9	157.8	158.6	158.5	158.0	51.79	52.31	53.33	53.15	53.58	53.35	145.8	146.3	145.8	146.9	146.4	147.0	44.71	45.58	46.63	46.79	47.16	47.42
61~70	155.7	156.4	155.6	157.1	156.9	157.2	49.41	50.77	50.31	51.25	51.48	51.10	143.9	143.8	143.6	144.7	144.0	144.0	42.11	42.74	44.65	44.71	45.20	44.60
71~	154.8	154.7	153.0	155.2	154.9	154.3	47.19	48.92	48.49	49.52	48.61	47.95	141.0	140.8	140.9	142.2	141.2	141.3	40.01	39.11	42.15	42.02	42.55	42.32

第 23 表

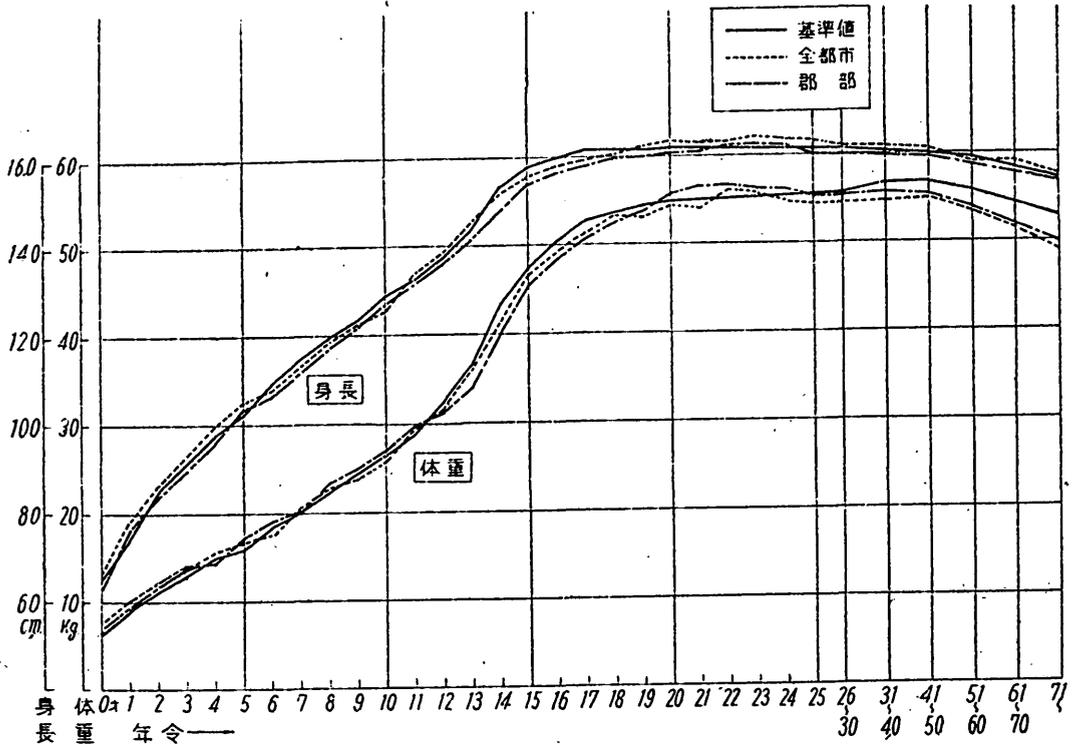
 昭和 22~27 年度 国民栄養調査
 身長、体重の平均値(郡部)

 単位 身長=cm.
 体重=kg.

	男												女											
	身長						体重						身長						体重					
	22年	23年	24年	25年	26年	27年	22年	23年	24年	25年	26年	27年	22年	23年	24年	25年	26年	27年	22年	23年	24年	25年	26年	27年
0	64.6	65.5	64.1	65.6	65.4	64.6	6.96	7.06	6.57	7.10	7.22	6.85	63.3	63.2	63.8	64.7	63.6	63.9	6.64	7.64	6.46	6.76	6.73	6.58
1	75.2	74.0	73.9	74.9	74.7	76.1	9.30	9.93	6.15	9.54	9.42	9.58	73.8	73.0	73.3	73.7	73.4	74.9	9.03	9.29	8.54	8.93	8.97	8.99
2	83.8	81.9	83.4	83.2	83.1	84.0	11.62	11.52	11.26	11.57	11.46	11.64	82.2	81.0	81.8	81.9	82.1	83.2	11.09	10.94	10.52	10.95	11.03	11.30
3	90.4	89.1	90.4	90.6	90.6	90.6	13.42	13.35	13.20	13.42	13.36	13.57	88.6	88.6	89.1	89.3	89.8	89.1	12.78	12.56	12.38	12.83	12.90	12.75
4	96.2	93.9	96.4	96.4	96.4	97.2	14.83	14.74	14.78	14.73	14.95	14.99	95.4	94.5	95.3	95.6	95.7	96.7	14.16	13.35	14.00	14.48	14.45	14.50
5	102.1	101.3	102.8	102.3	102.5	103.4	16.24	15.95	16.17	16.80	16.67	16.63	101.4	99.3	101.0	101.4	101.8	102.3	15.94	15.73	15.77	16.04	16.01	15.96
6	107.6	107.1	108.2	108.2	108.0	108.8	17.89	17.84	17.48	18.92	18.41	18.22	106.5	105.0	106.8	107.2	107.3	108.4	17.18	17.35	17.60	17.73	17.71	17.80
7	112.0	112.0	113.3	113.5	113.4	113.5	19.72	19.56	19.10	20.86	20.37	20.17	110.7	110.4	112.1	112.8	112.5	113.3	19.31	19.17	19.40	19.65	19.51	19.66
8	117.6	117.0	117.8	118.0	118.5	118.8	21.63	21.50	20.98	22.63	22.33	22.49	116.0	115.0	116.8	117.6	117.4	118.5	21.25	21.08	21.24	21.59	21.51	21.89
9	122.0	121.8	122.3	122.5	122.8	123.3	23.64	23.70	23.31	24.40	24.23	24.32	120.9	121.0	121.0	122.0	121.9	122.8	23.43	23.25	23.23	23.55	23.47	23.92
10	126.5	126.3	126.3	126.6	127.2	127.4	25.78	25.95	25.40	25.94	26.30	26.66	125.0	126.0	125.7	126.5	126.9	127.6	25.26	25.73	25.49	25.78	25.87	26.17
11	130.6	130.5	130.4	131.0	131.9	132.6	27.93	28.13	27.65	28.46	28.72	29.18	130.2	130.8	130.7	131.2	132.1	131.8	27.84	28.61	28.41	28.52	28.84	28.83
12	134.6	135.1	135.0	136.1	136.6	136.9	30.68	30.87	30.43	31.61	31.79	31.67	136.0	135.9	136.0	136.3	137.5	137.7	31.99	31.92	32.20	32.07	32.62	32.33
13	139.4	139.7	140.4	141.7	142.1	141.3	34.09	34.29	34.20	35.52	35.81	34.39	140.2	140.5	141.1	141.5	142.5	143.0	35.97	35.84	36.50	36.29	37.00	37.16
14	145.8	145.1	145.6	147.4	148.1	148.5	38.83	38.49	38.62	40.07	40.44	40.90	144.5	144.3	144.8	145.3	146.5	146.8	40.53	39.86	40.74	40.41	41.23	40.98
15	150.3	150.4	151.5	152.8	153.2	154.3	43.71	43.31	43.54	44.89	45.13	45.84	147.2	147.0	147.6	148.1	148.9	148.9	44.92	43.70	44.63	44.22	44.84	44.35
16	155.0	154.7	155.6	156.5	157.2	157.2	48.34	47.11	47.55	48.77	49.09	48.92	148.7	149.0	149.1	149.7	150.3	149.8	47.73	46.66	47.58	47.12	47.55	47.21
17	158.5	157.8	158.1	158.7	159.4	159.1	52.23	50.51	50.58	51.73	52.05	51.11	149.7	149.7	150.4	150.3	150.5	151.1	49.51	49.48	49.58	48.89	48.91	48.99
18	159.9	159.8	160.0	159.9	160.4	160.5	53.41	52.79	52.96	53.68	54.04	52.33	149.9	150.3	150.6	150.5	150.6	150.0	50.52	51.02	50.68	50.06	49.96	49.29
19	160.8	160.5	160.9	160.4	160.8	160.8	55.35	54.22	54.10	54.82	55.19	54.21	150.1	150.6	150.9	150.4	150.6	151.2	50.75	51.79	51.09	50.57	50.56	49.94
20	160.8	160.8	161.1	160.9	161.4	161.6	55.67	55.18	54.91	55.61	56.04	55.60	149.8	150.3	150.8	150.2	150.3	151.1	50.82	51.76	51.20	50.71	50.52	51.03
21	160.7	160.9	161.6	161.5	161.9	162.0	56.16	55.93	55.41	56.18	56.50	56.22	149.7	150.0	150.6	150.5	149.9	150.7	51.17	51.27	50.92	50.86	50.48	49.99
22	160.9	160.9	161.5	161.3	161.9	162.1	56.05	55.98	55.78	56.17	56.51	56.12	149.6	150.0	150.5	150.5	149.9	150.9	50.63	50.81	50.58	50.41	50.16	50.27
23	160.7	161.1	161.8	161.5	162.0	161.7	56.32	55.89	55.90	56.32	56.62	56.00	149.2	149.9	150.1	150.5	149.9	151.2	50.58	50.48	50.45	49.99	49.75	49.51
24	160.4	161.0	162.0	161.4	162.0	161.8	56.51	55.56	55.83	56.17	56.35	55.92	149.6	150.0	149.8	150.5	150.0	150.8	50.20	50.27	50.27	49.68	49.80	49.69
25	160.5	160.5	161.6	161.0	161.5	160.8	55.82	55.48	55.40	55.95	55.75	55.16	149.6	149.8	149.7	150.1	150.0	150.3	50.34	49.98	50.31	49.48	49.68	49.31
26~30	160.1	159.7	161.0	160.7	160.9	161.3	55.58	55.40	54.80	55.83	55.61	55.38	148.8	148.8	149.1	149.4	149.4	149.8	49.81	49.09	50.36	49.52	49.51	48.87
31~40	159.6	159.2	159.9	160.0	160.1	160.1	55.58	55.32	54.50	55.52	55.35	55.14	148.1	147.9	148.2	148.6	148.6	149.1	49.49	48.50	49.78	49.26	49.20	49.03
41~50	158.5	157.2	158.9	158.7	158.9	159.3	54.83	55.26	54.01	54.60	54.84	54.90	146.4	146.6	147.1	147.3	147.1	147.5	47.97	47.40	48.45	48.25	48.04	48.74
51~60	157.2	157.0	157.4	157.3	157.4	157.7	53.15	53.79	52.56	53.14	53.67	53.55	145.2	144.9	145.4	145.5	145.3	145.5	45.70	46.82	46.67	46.64	46.43	46.79
61~70	155.6	155.4	155.8	155.6	155.6	156.0	51.31	51.51	51.09	51.18	52.07	51.17	143.0	142.8	143.2	143.4	143.1	142.6	44.00	44.76	44.35	44.44	44.93	43.76
71~	153.8	153.7	153.9	153.8	153.6	153.6	49.15	48.47	48.95	48.70	50.03	48.78	140.3	140.3	140.5	140.9	140.6	139.9	41.32	42.13	41.48	41.66	41.63	41.86

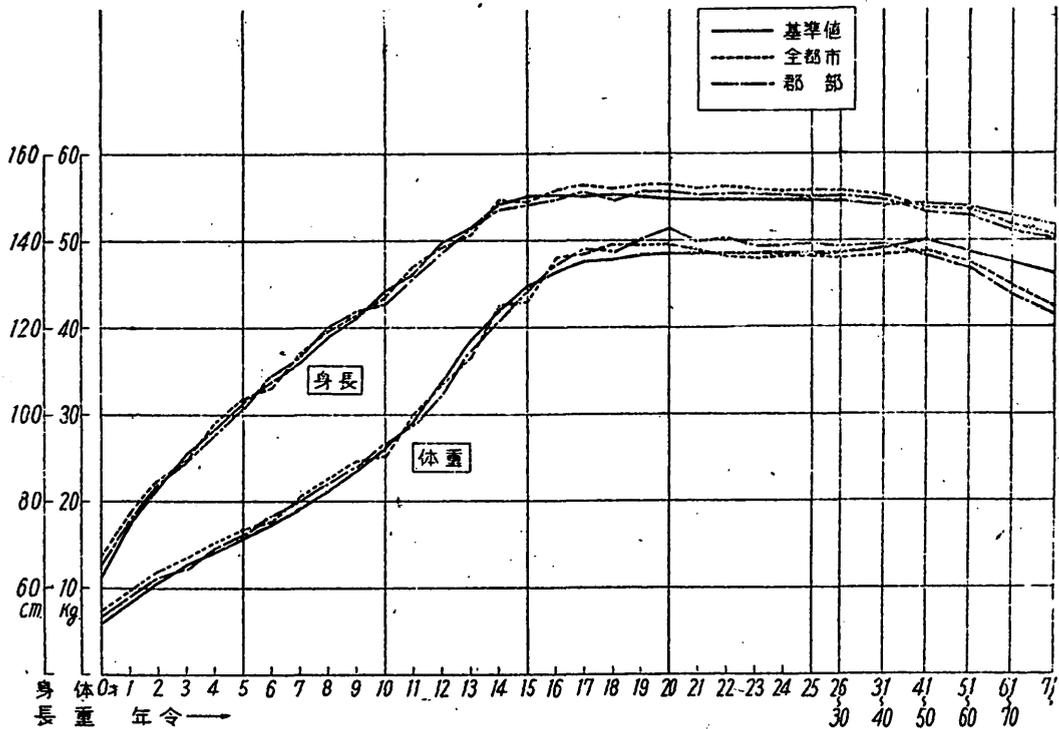
第 7 图

昭和27年度，全都市・郡部別 身長・体重表（男子）



第 8 图

昭和27年度，全都市・郡部別 身長・体重表（女子）



第 24 表

昭和 25~27 年度 国民栄誉調査

胸 囲 の 平 均 値

単 位 = cm.

年 齢	全 国						全 都 市						農 村 (郡 部)					
	男			女			男			女			男			女		
	昭和25年	昭和26年	昭和27年	昭和25年	昭和26年	昭和27年	25年	26年	27年	25年	26年	27年	25年	26年	27年	25年	26年	27年
0	42.6	42.7	41.8	41.7	41.8	41.1	42.6	43.4	42.4	41.8	42.5	41.8	42.6	42.2	41.4	41.7	41.5	40.6
1	46.1	46.1	46.6	45.0	45.1	45.4	46.2	46.8	47.1	45.1	45.7	46.0	46.0	45.6	46.3	44.9	44.8	45.0
2	49.0	49.0	49.5	47.7	47.9	48.1	49.2	49.6	50.0	47.9	48.3	48.5	48.9	48.6	49.1	47.6	47.6	47.9
3	51.5	51.5	51.7	50.1	50.3	49.9	51.6	52.1	51.8	50.4	50.6	50.4	51.4	51.2	51.6	50.0	50.0	49.6
4	53.2	53.2	53.4	41.9	51.7	52.1	53.2	53.7	53.7	52.0	52.1	52.6	53.1	52.9	53.3	51.9	51.5	51.8
5	54.8	54.9	54.8	53.4	53.3	53.3	54.9	55.2	54.7	53.1	53.7	53.8	54.8	54.7	54.8	53.5	53.1	52.9
6	56.7	56.5	56.3	54.9	55.0	54.8	56.6	56.8	56.5	54.6	55.3	54.9	56.7	56.3	56.1	55.1	54.8	54.7
7	58.2	58.3	58.5	56.9	56.6	56.3	58.3	58.4	58.8	56.1	56.8	56.0	58.2	58.2	58.3	56.7	56.4	56.6
8	59.9	60.0	60.1	58.1	58.2	58.3	59.9	60.2	60.1	57.8	58.4	57.8	59.9	59.9	60.1	58.3	58.0	58.6
9	61.6	61.7	61.6	59.8	59.7	59.6	61.6	61.8	61.4	59.5	59.9	59.1	61.6	61.6	61.7	60.0	59.5	59.8
10	63.2	63.2	63.4	61.8	61.5	61.2	63.0	63.3	63.1	61.5	61.9	61.0	63.2	63.2	63.5	61.9	61.3	61.4
11	64.9	65.0	65.3	64.0	64.0	63.8	64.4	64.8	65.1	63.9	64.4	63.4	65.1	65.1	65.5	64.0	63.6	64.0
12	67.0	67.0	66.9	66.6	66.8	66.6	66.5	66.7	66.9	66.7	67.3	66.4	67.3	67.2	66.9	66.6	66.6	66.7
13	69.6	69.8	70.0	69.8	70.2	69.6	68.8	69.2	70.4	69.7	70.1	68.1	70.0	70.0	69.8	69.8	70.2	70.5
14	72.8	72.9	73.5	73.1	73.4	73.8	71.9	72.6	73.1	73.0	73.0	73.4	73.2	73.1	73.8	73.1	73.6	73.9
15	76.2	76.5	77.2	76.2	76.3	76.1	75.2	76.2	77.1	75.7	75.8	75.1	76.6	76.6	77.3	76.4	76.7	76.7
16	79.1	79.3	79.4	78.4	78.7	78.7	78.4	78.8	79.2	77.7	78.0	78.4	79.5	79.5	79.5	78.8	79.0	78.9
17	81.4	81.4	81.4	80.1	80.1	79.6	80.5	80.8	80.8	79.2	79.9	78.5	81.8	81.8	81.8	80.6	80.2	80.3
18	82.8	82.9	83.0	81.1	81.2	81.0	82.0	82.0	82.6	80.1	80.9	80.6	83.2	83.3	83.3	81.6	81.5	81.2
19	83.7	83.9	83.8	81.6	81.7	81.1	82.8	82.6	82.6	80.5	80.9	80.8	84.2	84.4	84.7	82.2	82.2	81.4
20	84.3	84.5	84.9	82.1	81.9	82.0	83.0	83.3	83.9	80.8	80.9	81.8	85.0	85.2	85.4	82.7	82.5	82.1
21	84.8	85.0	85.2	82.0	82.0	81.7	83.4	83.8	83.8	80.4	80.8	81.0	85.5	85.8	86.0	82.8	82.7	82.1
22	85.0	85.2	85.5	81.9	81.9	81.8	83.5	83.9	84.2	80.3	80.9	80.5	85.7	85.9	86.3	82.7	82.5	82.8
23	85.3	85.3	85.4	81.7	81.7	81.3	83.9	84.1	84.5	80.2	80.9	80.9	86.0	86.0	86.0	82.5	82.2	81.5
24	85.2	85.1	85.3	81.6	81.7	81.8	83.9	84.1	84.4	80.3	80.8	80.9	85.9	85.7	85.8	82.3	82.3	82.3
25	85.4	85.0	85.6	81.4	81.5	81.3	84.1	84.3	85.0	80.2	80.5	80.5	86.0	85.5	85.9	82.0	82.0	81.9
26~30	85.4	85.3	85.7	81.3	81.5	80.6	84.1	84.5	84.7	80.3	80.5	80.1	86.1	85.8	86.2	81.8	82.0	81.1
31~40	85.6	85.7	85.5	81.2	81.3	80.7	84.5	85.1	84.6	80.0	80.4	80.1	86.2	86.0	86.2	81.8	81.8	81.1
41~50	85.2	85.8	86.1	81.2	81.3	81.2	84.3	85.1	85.4	80.0	80.8	80.8	85.6	86.2	86.5	81.8	81.6	81.5
51~60	84.6	85.3	85.8	80.6	80.8	81.2	83.9	84.6	84.9	79.5	80.4	80.7	84.9	85.8	86.4	81.2	80.9	81.5
61~70	83.8	84.7	85.1	79.7	80.1	80.1	83.4	83.9	84.4	78.8	80.0	79.6	84.1	85.1	85.5	80.2	80.1	80.3
71~	82.8	83.5	83.3	78.6	79.2	79.0	82.5	82.4	82.4	77.9	79.1	79.0	83.0	84.1	83.7	78.9	79.2	79.0

第三部 参 考 资 料

年 齢	男		女	
	身 長 (cm)	体 重 (kg)	身 長 (cm)	体 重 (kg)
新生児	50.2	3.05	49.3	2.97
0~1	64.7	6.7	63.7	6.4
1~2	75.9	9.2	74.7	8.8
2~3	84.5	11.5	83.3	11.0
3~4	91.3	13.3	90.2	12.8
4~5	97.5	15.0	96.3	14.3
5~9	103.1	16.2	102.2	15.8
6~7	108.8	18.2	107.9	17.6
7~8	114.2	20.0	112.9	19.4
8~9	119.1	22.1	118.0	21.4
9~10	123.6	24.3	122.7	23.6
10~11	128.2	26.5	128.1	26.1
11~12	132.8	29.0	132.8	29.4
12~13	137.7	32.2	139.7	33.7
13~14	143.9	36.5	143.8	38.3
14~15	152.4	43.3	148.4	42.0
15~16	157.0	47.5	150.0	44.5
16~17	159.5	50.5	150.4	46.5
17~18	161.0	52.7	150.5	47.5
18~19	161.7	53.8	151.0	48.0
19~20	161.8	54.3	151.0	48.2
20~21	162.0	54.8	150.8	48.3
21~30	161.8	55.5	150.1	48.5
31~40	160.8	56.4	149.0	49.0
41~50	160.0	56.7	148.2	50.0
51~60	159.0	55.7	147.0	48.7
61~	156.5	52.5	144.0	45.5

(註) 本表は日本人の体位を判定する上の暫定的統一基準を得るために設定されたものであり、厚生省衛生統計委員会の体力及び栄養に関する第八専門部会に於いて承認採択されたものである。資料は満五歳以下を斎藤深氏の昭和十五年~十七年間に亘る全国都鄙調査 24,709 人の平均を用い、満六歳より十三歳間は文部省の昭和十二年度全国学童統計の平均値を用い、満十四歳より六十までは一色嗣武氏の昭和二年~十年に亘る帝国生命保険会社の保険申込者男子 103,870 人、女子 28,981 人の平均値を保険年齢より満年齢に換算したるものを用い六十一歳以上は厚生省全国栄養調査の昭和二十三年十一月分調査の集計値に一定の補正を加えたるものを用いて作ったものである。但し女子二十一歳~三十歳の体重は他の資料に照し若干修正した。

身 体 症 候	熱 蛋 白 質		ビ タ ミ ン A	ビ タ ミ ン B ₁	ビ タ ミ ン B ₂	ビ タ ミ ン B 複 合 体	ビ タ ミ ン C	カ ル シ ウ ム	鉄 質
	体 重 減 少	+	+					+	+
貧 血							+	+	+
毛 孔 性 角 化 症			+			+			
角 膜 乾 燥 症			+						
角 膜 軟 化 症			+						
口 角 炎						+			
舌 炎 及 び 口 内 炎			+			+	+	+	
腱 反 射 消 失					+				
浮 腫		+			+				
慢 性 下 痢		+						+	
徐 脈		+			+				
月 經 遅 延 無 月 經		+			+				
母 乳 分 泌 不 良		+						+	

第 27 表

日本人年令別・性別・労作別熱量及び蛋白質所要量

(1) 日本人年令別・性別熱量及び蛋白質所要量

年 令	男		女	
	熱 量 (カロリー)	蛋 白 質 (g)	熱 量 (カロリー)	蛋 白 質 (g)
新 生 児	245	10	240	10
0	720	25	680	25
1	1,060	35	980	35
2	1,280	45	1,180	40
3	1,420	50	1,320	45
4	1,500	50	1,400	50
5	1,650	55	1,460	50
6	1,690	60	1,590	55
7	1,770	60	1,640	60
8	1,830	65	1,700	60
9	1,900	65	1,750	60
10	1,950	70	1,830	65
11	2,030	70	1,930	70
12	2,130	75	2,040	70
13	2,250	80	2,110	75
14	2,490	90	2,230	80
15	2,580	90	2,230	80
16	2,630	90	2,220	80
17	2,640	95	2,210	80
18	2,655	95	2,190	80
19	2,650	95	2,190	80
20	2,650	95	2,180	75
21~30	2,580	85	2,104	70
31~40	2,560	85	2,070	70
41~50	2,500	80	2,040	65
51~60	2,390	80	2,990	65
61~70	2,200	70	1,700	55
61以上	1,940	65	1,630	55

〔注〕 1) 0才とは生後満1年まで、1才とは1年1日から満2才までを指す。以下同じ。かつ栄養所要量の数値はその年間の中央値を示す。

2) 新生児は0才中に含まれるのであるが、生後2週間以内の状態を示すために特に掲げたものである。

3) 0才の蛋白質所要量は人工栄養で30gある。

(2) 日本人成年労作別熱量及び蛋白質所要量

労 作 別	男		女	
	熱 量 (カロリー)	蛋 白 質 (g)	熱 量 (カロリー)	蛋 白 質 (g)
軽 労 作	2,200	70	1,800	60
中 労 作	2,500	80	2,100	70
強 労 作	3,000	95	2,400	75
重 労 作	3,500	110	2,800	85
激 労 作	4,000	120	—	—

〔注〕 21~60才を成年とする。17才から20才までの発育期及び61才以上の老年期のものにて、特殊の労働に携わる場合は、中労作とその労作度との差額をそれぞれの年令別所要量に附加するものとする。

(3) 妊婦及び授乳婦熱量及び蛋白質所要量

種 別	妊 婦		授 乳 婦
	前 半 期 (5ヵ月まで)	後 半 期 (6ヵ月以後)	全 期 (満1年まで)
熱 量 (カ ロ リ ー)	2,400	2,700	3,000
蛋 白 質 (g)	85	95	100

〔注〕 妊娠及び授乳は成年期として年齢別考慮を要せず、又この両期間中は特殊な労働に従事せぬのを原則として労作別考慮を要しない。

備考：第3表はすべて昭和24年国民食糧及び栄養対策審議会の答申である。

第28表 日本人年齢別・性別・労作別無機質及びビタミン所要量

種 類 単 位	カル	鉄	ビタミン*	ビタミン	ナイア	ビタミン	ビタミン	ビタミン	食 塩
	ジウム	mg	A	B ₁	シン	C	D		g
性別・労作別・年齢別	g		I. U.	mg	mg	mg	mg	I. U.	
男 (56kg)									
軽 勞 作	0.8	10	4,000	1.1	1.1	11	65	400	15
中 勞 作	0.8	10	4,000	1.3	1.3	13	65	400	15
強 勞 作	0.8	10	4,000	1.5	1.5	15	65	400	20
重 勞 作	0.8	10	4,000	1.8	1.8	18	65	400	20
激 勞 作	0.8	10	4,000	2.0	2.0	20	65	400	25
女 (49kg)									
軽 勞 作	0.8	10	4,000	0.9	0.9	9	60	400	15
中 勞 作	0.8	10	4,000	1.1	1.1	11	60	400	15
強 勞 作	0.8	10	4,000	1.2	1.2	12	60	400	20
重 勞 作	0.8	10	4,000	1.4	1.4	14	60	400	20
妊 婦									
前 期	1.0	12	5,000	1.5	1.5	15	80	400	15
後 期	1.5	15	5,000	1.8	1.8	18	100	400	15
授 乳 婦	2.0	15	7,000	2.0	2.0	20	150	400	20
小 児 (13才未満)									
1 才 未 満	1.0	6	1,500	0.4	0.4	4	25	400	1
1 ~ 3 才	1.0	7	2,000	0.6	0.6	6	30	400	3
4 ~ 6 才	1.0	8	2,500	0.8	0.8	8	40	400	6
7 ~ 9 才	1.0	9	3,000	0.9	0.9	9	55	400	8
10 ~ 12 才	1.2	10	4,000	1.0	1.0	10	70	400	10
青少年 (13才以上)									
男 { 13 ~ 15 才	1.4	13	4,000	1.3	1.3	13	80	400	12
16 ~ 20 才	1.4	13	5,000	1.3	1.3	13	90	400	15
女 { 13 ~ 15 才	1.3	13	4,000	1.1	1.1	11	75	400	12
16 ~ 20 才	1.0	13	4,000	1.1	1.1	11	75	400	15

〔注〕 同一国際単位 I. U. で表示されたビタミンAの効力は、カロチンによる場合は、ビタミンAによる場合の1/2である。

備考：第4表は昭和28年11月24日、資源調査会第56回会議において審議可決された。

第 29 表

日 本 人 一 人 一 日 当 り 栄 養 基 準 量

					1 人 1 日 当 り 基 準 量	
熱				量	2,180	カロリー
蛋		白		質	73	g
カ	ル	シ	ウ	(Ca)	1.0	g
鉄				(Fe)	10	mg
ビ	タ	ミ	ン	A	3,700	I. U.
ビ	タ	ミ	ン	B ₁	1.2	mg
ビ	タ	ミ	ン	B ₂	1.2	mg
ナ	イ	ア	シ	(ニコチン酸)	12	mg
ビ	タ	ミ	ン	C	60	mg
ビ	タ	ミ	ン	D	400	I. U.
食			塩	(NaCl)	13	g

【注】 1. 動物性蛋白質は、全蛋白質の 30% 以上。

2. 脂肪は当面の目標として 1 人 1 日 30g。

3. I. U. は国際単位の略号。

(昭和 28.11.24. 総理府資源調査会決定)

第 30 表

日 本 人 食 糧 構 成 試 案 (一 人 一 日 当 り)

食 品 群 別				さ し あ た り	10 年 後	備 考
						27 年 度 摂 取 量
穀	類	米	大小	335 g	248 g	352.5 g
			雑	36	15	56.2
				45	45	68.0
				14	12	4.5
堅	果	果	—	—	0.6	
		類	—	—	—	
い も	類	甘馬	鈴	160	85	43.2
			の他	85	85	27.8
			のいも	—	—	14.5
砂	糖	糖	10	39	14.5	
		脂	7	10	3.9	
豆	類	大豆	豆	25	36	2.6
			製	—	—	29.9
			品	—	—	28.2
			類	9	9	7.7
動 物 性 食 品	類	魚介	肉	84	140	82.3
			類	9	21	10.6
			類	19	16	10.0
			類	8	95	10.2
野 菜 及 び 果 物	類	緑黄	野	105	140	63.8
			菜	40	80	18.6
			類	112	75	30.3
			類	—	—	110.0
海	藻	藻	11	7	4.1	
		類	—	—	—	
加 工 野 菜	類	乾	—	—	1.6	
		漬	—	—	46.6	
調 味 嗜 好 品	類	醬	—	—	32.8	
		油	—	—	10.1	

【註】 1. 昭和 22 年 3 月 11 日、食糧及び栄養対策審議会決定のもの。

2. 昭和 27 年摂取量は、国民栄養調査成績 27 年度のもの。

第31表

食糧の需給状況

(経済審議庁バランスシートより)

食品名	年度	単位	生産	外国貿易		純食糧	一人一日当り供給			備考
				総輸出	総輸入		数量	熱量	蛋白質	
米	昭和12	千飴	10,018.9	97.1	1,781.9	9,782.2	381	1,307	24.4	大豆を除く
	27		9,042	4	1,001	9,023.7	288.1	990	19.0	
小麦	12	"	1,367.4	425.9	134.4	482.3	19	66	1.7	
	27		1,606	—	1,567	2,235	71.4	250.2	5.8	
大麦	12	"	747.8	1.3	30.1	331.3	13	45	1.2	
	27		1,078	—	1,060	1,391	44.4	152.5	4.2	
裸麦	12	"	826.8	1.5	—	533.4	21	71	1.9	
	27		1,080	—	—	704	22.5	77.4	2.0	
雑穀	12	"	508.9	2.2	416.8	229.1	9	31	0.9	
	27		393.6	0.7	68.8	166.9	5.3	19	0.6	
豆類	12	"	270.4	41.9	142.0	326.5	13	39	2.8	
	27		253.0	2.0	33.1	247.8	7.9	24	1.8	
甘藷	12	"	3,295	0	50	1,651	64	76	0.8	
	27		6,205	0	0	2,088	66.7	7.9	0.9	
馬鈴薯	12	"	2,067	41	—	197	8	6	0.2	
	27		2,514	27	0	1,302	41.6	31	0.7	
蔬菜	12	"	6,189	86	2	5,165	201	50	2.2	
	27		7,294	38	0	6,109	195.1	49	2.1	
果実	12	"	1,752	102	16	1,466	57	26	0.3	
	27		1,978	32	0	1,712	54.7	25	0.3	
魚類 (生鮮及冷凍)	12	"	2,963	1	55	452	18	23	3.4	
	27		3,207	9	0	581	18.6	24	3.6	
魚類 (乾燥、塩漬)	12	"	507	64	29	425	17	43	1.1	
	27		786	5	0	703	22.4	58	1.5	
魚類 (罐詰)	12	"	124	77	0	47	1.8	2.3	0.04	
	27		42	17	0	25	0.8	1.0	0.16	
貝類	12	"	262	2	0	48	1.94	1.12	0.02	
	27		360	0	0	71	2.3	1.4	0.2	
その他水産物	12	"	244	15	0	80	3.1	2.5	5.5	
	27		833	0	0	203	6.5	5.0	0.1	
藻類	12	"	734	33	7	56	2.2	0	0.1	
	27		317	0	0	25	0.8	0	0.1	
獣鳥肉類	12	"	195	0	14	158	6.3	14.5	1.32	
	27		245	0	0	196	6.22	9.1	1.35	
鶏卵	12	"	195	1	0	162	6.3	9.6	0.8	
	27		251	0	0	213	6.8	10.3	0.9	
牛乳及乳製品	12	"	299	20	16	252	9.8	5.9	0.3	
	27		577	0	132	664	21.2	12.7	0.7	
油脂	12	"	168	67	22	65	2.5	23.0	0	
	27		105.5	21.5	46.0	125.0	4.0	—	—	
大豆	12	"	336	6	749	248	9.7	38.7	3.3	
	27		482	1	167	148	—	—	—	
脱脂大豆	12	"	236	5	436	0	0	0	0	
	27		222	11	1	2	—	—	—	
砂糖	12	飴	457,531	181,426	170,245	416,796	16.4	65.1	—	
	27		424,773	2,724	151,197	553,508	17.7	70.4	—	
味噌	12	千飴	810	13	—	773	30.1	46.7	3.8	
	27		872	2	—	859	27.4	42.5	3.5	
醬油	12	"	948	25	—	980	38.2	14.0	2.2	
	27		1,119	1	—	1,141	36.4	13.0	2.1	
塩	12	"	536	9	1,681	800	31.2	0	0	
	27		450	—	1,470	903	28.8	—	—	

大豆を除く

くんせいを含む

生鮮、冷凍、乾燥、塩漬、くんせい、罐詰等

"

"

牛、豚、馬、鶏、兎、鯨肉等

精糖のみ

第32表

外国人の摂取食糧構成 (一人平均一年間)

単位 kg.

国名	品名	年度	(2) 穀類 kg	(3) いも類 kg	(4) 砂糖類 kg	豆類 kg	獣鳥肉類 kg	(5) 乳及乳製品 kg	油脂類 kg	一人一日当り(6)	
										総熱量 Cal	総熱量に対する動物性食品熱量比率 %
	(1)										
日本	本	1952	179	31	5	25	4	4	1	2,109	13
イギリス	スタ	1948~49	110	6	12	17	2	46	3	1,620	7
オーストラリア	ク	"	153	5	12	11	4	73	2	2,030	10
デนม	マ	1949~50	96	53	53	2	112	196	14	3,210	41
フィンランド	ス	"	107	138	31	1	65	210	19	3,180	39
ニュージーランド	リー	"	117	129	23	3	57	148	11	2,680	28
イギリス	ス	"	153	33	11	6	17	81	10	2,370	15
イギリス	ス	"	92	37	50	2	106	240	16	3,280	45
イギリス	ス	"	103	115	35	3	52	210	21	3,090	36
イギリス	ス	"	75	93	45	4	71	238	20	3,140	44
イギリス	ス	"	77	50	40	4	76	245	20	3,170	45
イギリス	ス	"	164	10	14	12	10	29	6	2,300	10

- [註] (1) 日本の数値は昭和27年度国民栄養調査成績による。外国のものはF. A. O食糧生産統計による。
 (2) 穀類は粉及び精米、日本のものは米、大麦、小麦、雑穀。
 (3) いも類は甘藷、カッサバ等を含む(いも粉、マニオック粉、その他いも及びカッサバと云ふ言葉で呼ばれる根菜粉を含む)(日本のものは甘藷、馬鈴薯、その他のいも類)
 (4) 精糖を云ひ、シロップ蜂蜜を除く、日本のものは砂糖及び砂糖製品を含む。
 (5) 乳及び乳製品は生乳及び乳製品でバターを除く。日本のものも同じ。
 (6) 総熱量に対する動物性食品熱量比率は肉、卵、魚、乳、チーズ、バター、油脂の熱量比率、日本のものはバター、油脂を除く。

第33表

重量換算表

匁より瓦へ換算

瓦より匁へ換算

匁	瓦	匁	瓦	匁	瓦	匁	瓦	瓦	匁	瓦	匁	瓦	匁		
1	3.75	26	97.50	51	191.25	76	285.00	1	0.3	26	6.9	51	13.6	76	20.3
2	7.50	27	101.25	52	195.00	77	288.75	2	0.5	27	7.2	52	13.9	77	20.5
3	11.25	28	105.00	53	198.75	78	292.50	3	0.8	28	7.5	53	14.1	78	20.8
4	15.00	29	108.75	54	202.50	79	296.25	4	1.1	29	7.7	54	14.4	79	21.1
5	18.75	30	112.50	55	206.25	80	300.00	5	1.3	30	8.0	55	14.7	80	21.3
6	22.50	31	116.75	56	210.00	81	303.75	6	1.6	31	8.3	56	14.9	81	21.6
7	26.25	32	120.00	57	213.75	82	307.50	7	1.9	32	8.5	57	15.2	82	21.9
8	30.00	33	123.75	58	217.50	83	311.25	8	2.1	33	8.8	58	15.5	83	22.1
9	33.75	34	127.50	59	221.25	84	315.00	9	2.4	34	9.1	59	15.7	84	23.4
10	37.50	35	131.25	60	225.00	85	318.75	10	2.7	35	9.3	60	16.0	85	22.7
11	41.25	36	135.00	61	228.75	86	322.50	11	2.9	36	9.6	61	16.3	86	22.9
12	45.00	37	138.75	62	232.50	87	326.25	12	3.2	37	9.9	62	16.5	87	23.2
13	48.75	38	142.50	63	236.25	88	330.00	13	3.5	38	10.1	63	16.8	88	23.5
14	52.50	39	146.25	64	240.00	89	333.75	14	3.7	39	10.4	64	17.1	89	23.7
15	56.25	40	150.00	65	243.75	90	337.50	15	4.0	40	10.7	65	17.3	90	24.0
16	60.00	41	153.75	66	247.50	91	341.25	16	4.3	41	10.9	66	17.6	91	24.3
17	63.75	42	157.50	67	251.25	92	345.00	17	4.5	42	11.2	67	17.9	92	24.5
18	67.50	43	161.25	68	255.00	93	348.75	18	4.8	43	11.5	68	18.1	93	24.8
19	71.25	44	165.00	69	258.75	94	352.50	19	5.1	44	11.7	69	18.4	94	25.1
20	75.00	45	168.75	70	262.50	95	356.25	20	5.3	45	12.0	70	18.7	95	25.3
21	78.75	46	172.50	71	266.25	96	360.00	21	5.6	46	12.3	71	18.9	96	25.6
22	82.50	47	176.25	72	270.00	97	363.75	22	5.9	47	12.5	72	19.2	97	25.9
23	86.25	48	180.00	73	273.75	98	337.50	23	6.1	48	12.8	73	19.5	98	26.1
24	90.00	49	183.75	74	277.50	99	371.25	24	6.4	49	13.1	74	19.8	99	26.4
25	93.75	50	187.50	75	281.25	100	375.00	25	6.7	50	13.3	75	20.0	100	26.7