7. 記　述　方　法

本書において国民栄養調査の成績は第1部，第2部及び第3部に分けて集計収録した。

第1部は昭和32年度において実施した調査成績であり，第2部は，昭和21年以降32年に至るまでの年次別推移であり，第3部には国民栄養に関係ある資料を付録としてのせた。

Ⅲ 調　査　成　績

A. 概　　説

国民の食生活は，戦争終了前後に著しく低下し，そのため国民の体位も戦時の数年で 30～40 年逆もどりした感を与えたが逐年食糧消費水準及び体位は向上し，特に昭和27，28年の両年には著しく改善されているが，昭和29年以降は一般に伸びは鈍化している。

なお，戦前には今日行われているような大規模な国民栄養調査がなかつたので正確な比較は困難であるが記録された食糧の生産統計，その他の資料から推測すれば栄養摂取量は戦前の水準を上回つていると認められる。また，国民の体位もおおむね昭和30年頃には戦前の水準に達し，それ以後は比較的着実な足どりで向上している。

しかしながら，国民の食生活は全般的にみて穀類，特に米食依存度が高いため良質蛋白，脂肪，ビタミンA，B_1，B_2，カルシウム等に欠け易く，このためこれらの栄養素の不足からくる身体症候はかなりみられ，特に国民の約半数を占める生産者階層において，この傾向は顕著である。

1. 栄　養　摂　取　量

国民の栄養摂取水準は逐年改善され，かなり向上してきたが，昭和28年を転機として著しい向上はみられず，一般に上昇のテンポは緩慢である。

なお，前年と比較すると動物性蛋白質，ビタミンA，B_2 等若干の伸びをみせているが，ビタミンB_1 のみは白米食の増加のため遺憾ながら逐年下降に転じ，そのため膝反射消失，腓腸筋圧痛等ビタミン B_1 欠乏症候の多発となつて現われ，わが国の米食偏重の食生活の根本的な不合理性を端的に示している。

消費者世帯は生産者世帯に比べ栄養摂取水準はかなり上位にあり，特に消費者世帯のうち各栄養素を通じて最もバランスのとれた業態は常用勤労者世帯であるが，日雇及び家内労働者世帯の栄養水準は極めて低い。

生産者世帯にあつては熱量は消費者世帯よりも多いが，蛋白質，脂肪をはじめすべての栄養摂取量は量的に劣つているばかりでなく，質的にも，植物性食品特に穀類からの摂取量が多く，動物性食品からの摂取は少く栄養構成はかなり劣つている。

2. 食品摂取量

前年と比較すると一般に各食品とも停滞的であるが，ここ数年来の傾向をみると，主食中における米の占める割合が増加し，逆に小麦粉類の摂取は停滞ないしは減少の傾向をみせ戦後つちかわれつつあつた粉食化傾向はやや足踏みの状態である。

しかし，穀類全体としては逐年食糧構成上の比率を低め，また，いも類，緑黄色野菜，味噌等も漸減している。

動物性食品では，鮮魚介は昭和27年を頂点として下降に転じているが，肉類，卵類，乳類特に乳類は乳牛の急速な普及で生産水準が著しく向上したため31年から激増している。

また肉類，卵類も着実な足どりで向上している。次に油脂類，大豆製品，調味嗜好品等も比較的順調な伸びをみせている。このように総じて食糧構成は著しく改善されているが，緑黄色野菜の漸減していることは遺憾である。

生産者世帯では摂取食品の多くを限られた自家生産物に強く依存している関係から植物性食品が多く，特に白米食の傾向は著しいものがある。

消費者世帯の消費構造は，その質的構成において生産者世帯をはるかに上回り，特に常用勤労者世帯では文化的，しや侈的内容をもつた消費傾向が多分にみられるようになつた。

しかるに日雇及び家内労働者世帯では動物性食品，野菜，果実等の副食の構成は極めて粗悪で食生活水準がかなり低位にあることがわかる。

3. 栄養欠陥による身体症候

栄養欠陥による身体症候発現頻度は，ここ数年来顕著な増減をみなかつたが，昭和31年以来ビタミンB_1欠乏に起因すると思われる症候，すなわち腱反射消失及び腓腸筋圧痛等が著しく増加している。

また，口角炎も食糧消費水準が向上しているのにかかわらず，軽度の上昇をみせている。なお，栄養欠陥による身体症候を持つ者の数（有症率）は数年来の22～23％を上回り25.9％に及んでいる。

なお，生産者世帯は各疾患を通じて消費者世帯よりも罹患率が高いが，これには各種の原因が考えられるが，特に激しい農業労働とこれに伴わない不十分な栄養摂取が災しているためであろう。

4. 体　　位

戦争終了前後に著しく低下した国民の体位は，逐年回復をみせ，おおむね，昭和30年頃から青少年の体位は戦前に日本人が記録した最高の体位の水準を上回るまでに回復している。

業態別にみると消費者世帯の乳幼児の発育は，すべてにおいて生産者世帯よりもまさつているが，青少年層では身長，体重，座高はすぐれているが，胸囲と上腕囲はやや下位にある。また，生産者世帯では乳幼児，青少年の発育は劣つているが，成人に達すると広胸型のずんぐりした消費者世帯に比較して体重の重い者の多いことを示している。