

結 果 の 概 要

I 概 説

国民の食生活は、昭和30年代における国民経済の急速な発展に伴う国民所得の上昇と消費生活の変化、向上に対応して、食糧消費の内容も年々多様化がすすみ、この数年は、戦前および戦後の昭和20年代の食生活に比べて著しい変化がみとめられる。

特に近年は、食糧流通機構の合理化あるいは食品加工業の発展の影響をうけて加工度のより高い食品の消費が増大する傾向をみせている。

しかし、これらの食品の多くは、奢侈的色彩の強い嗜好食品であって、外観的にみただけで栄養状態は改善されておらず、依然として国民の食生活は、栄養的に不合理な点が多々残されている。

—バランスのとれた栄養摂取に一層の努力が必要—

この10年間ににおける国民の栄養摂取の動向をみると全般的に順調な増加傾向を示しているが栄養素によっては、著しく増加しているものがある反面、ほとんど増加していない栄養素があるなど栄養摂取のアンバランスが目立つようになっている。

例えば、昭和40年度の全国平均1人1日当りの栄養摂取量を昭和30年～34年平均摂取量を100とした指数で比較すると、脂肪164.4、動物性蛋白質124.5、カルシウム121.7とかなり大幅な増加を示しているのに対し、ビタミンB₁は逆に87.4と減少しており、熱量、蛋白質、ビタミンC等の栄養素はほとんど横ばいの状態にある。

また、昭和40年の摂取量を昭和38年に栄養審議会が答申した日本人の望ましい栄養摂取の目標値と比較した場合、カルシウムおよびビタミン類はかなり不足しており、国民の食生活はバランスのとれた栄養摂取に一層の努力が必要であるといえる。

—栄養改善には副食に重点を—

次に食糧消費の動向についてみると、穀類、いも類など澱粉性食品が年々減少し、肉、卵、乳類等の畜産食品や果実類、各種の嗜好食品、飲料等の消費が漸次増加する傾向を示している。このような現象をとらえて、近年は各方面で、食生活の近代化または洋風化といった言葉もしばしば聞かれるようになってきた。

しかしながら、食糧消費の内容は改善されてきたとはいっても、これはあくまでも日本人の過去の食生活と比較した場合であって、栄養的に望ましい食糧構成または欧米先進諸国の食糧消費水準と比較した場合には、著しく低水準にあることを見逃してはならない。

すなわち、穀類が減少しているとはいっても、内容的には大麦と雑穀の減少であり、米の摂取量には大きな増減はなく、依然として日本人の食生活構造の特質ともいえるべき米食偏重の食習慣は改まっていない。

また、近年増加が著しいとされる畜産食品にしても、過去の微量な摂取に比較してのことであり、昭和40年の国民平均1人1日当りの動物性食品摂取量は、魚76グラム、肉29.5グラム、卵35.2グラム、牛乳

48.8グラムときわめてわずかなものにすぎない。

特に、農家世帯や低所得階層あるいは郡部における畜産食品と果実類等の摂取量は、全国平均の摂取量に比べて大幅に下回り、食生活の近代化、高度化とは、ほど遠い摂取水準にある。

このように国民の食生活は、食糧消費の面で、良質蛋白質源となる畜産食品やビタミン源となる野菜、果実類が不足しており、栄養的に不合理な点が多々残されている。

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40年度の国民1人1日当たり食品群別摂取量は第4表のとおりである。

近年における食糧消費の動向をみると、従来の日本人の食生活の特質とされていた穀類偏重の食事形態から漸次抜け出しつつある傾向が認められるのであるが、昭和40年度の食品摂取量を昭和38年度のそれと比較してみると、穀類が全体的に減少し、一方、油脂類、畜産食品および野菜類(緑黄色野菜も含む)、果実類の摂取の増加が目立っている。

〔注〕年次別成績の検討は、前年度(39年)調査が11月に実施されたものであるため、38年5月成績との比較を行なった。

なお、年次推移の検討は各年次とも5月成績について、昭和32年以降について記述したが、これは農家・非農家世帯別の分類集計が32年度から行なわれていることによるものである。

(1) 穀 類

米

米類の1人1日当り摂取量は349.8gであり、昭和38年の摂取量と比較すると1.4%の減少を示した。この摂取量は最近の10年間ににおける最低を記録したのであるが、それでも摂取量の最も多かった昭和34年の363.5gに比べてわずか13.7gしか減少していない。

小麦類

小麦類の摂取量は60.4gであり、昭和38年に比べて約5%の減少を示した。年次推移をみると米と同様、実数では特に目立った増減はみられない。

その他の穀類

大麦を主とするその他の穀類の摂取量は8.3gであり、昭和38年に比べて-47%と大幅な減少を示した。年次推移では、年々激減している食品である。

(2) いも類

いも類の摂取量は41.9gであり、昭和38年に比べて3.5%の減少となっている。年次推移は漸減の傾向をたどっている。

(3) 砂糖類

砂糖類の摂取量は17.9gであり、昭和38年に比べて21.8%の増加を示した。年次推移をみると、減少傾向をたどる糖質性食品の中にあって、唯一の増加傾向を示す食品である。

第4表

1人1日当り食品群別摂取量の推移(全国平均)

(単位=グラム)

年次		32年	34年	36年	38年	40年	対38年比
食品群別		g	g	g	g	g	%
穀類	米類	354.7	363.5	362.5	354.6	349.8	98.6
	小麦類	56.9	61.0	61.4	63.5	60.4	95.1
	その他の穀類	50.7	38.9	26.7	15.7	8.3	52.9
いも類		54.1	52.3	51.6	43.4	41.9	96.5
砂糖類		10.2	12.8	13.6	14.7	17.9	121.8
油脂類		4.6	5.8	6.7	8.3	10.2	122.9
豆類	大豆、大豆製品	61.6	62.1	61.3	62.1	64.3	103.5
	その他の豆類	5.5	5.2	5.7	5.3	5.3	100.0
緑黄色野菜		50.4	44.4	41.8	39.2	49.0	125.0
その他の野菜・茸類		147.1	167.3	157.1	153.0	170.4	111.4
果実類		29.5	34.9	46.4	47.2	58.8	124.6
海藻類		6.2	5.2	5.0	5.3	6.1	115.1
動物性食品	魚介類	71.6	69.2	72.1	77.5	76.3	98.5
	獣鳥鯨肉類	12.7	17.5	18.9	28.0	29.5	105.4
	卵類	14.2	19.3	24.5	28.8	35.2	122.2
	乳・乳製品	19.7	31.4	38.6	45.4	57.4	126.4

(4) 油脂類

油脂類の摂取量は10.2gであり、昭和38年に比較し、22.9%増加した。年次推移は、順調な増加傾向を示しており、昭和40年の摂取量は、昭和32年の摂取量の2.5倍となっている。

(5) 豆類

豆類の摂取量は総量で69.6gであり、内訳をみると大豆及び大豆製品64.3g、その他の豆類は5.3gであり、大豆及び大豆製品は昭和38年に比べて3.5%とわずかながら増加しているものの、年次推移では、この10年間に最も摂取差(増減)の小さい食品である。

(6) 緑黄色野菜

緑黄色野菜の摂取量は49.0gであり、38年に比べて25.0%とかなり大きな増加を示した。年次推移では、昭和32年以降減少傾向にあっただけに本年の摂取増は目立っている。

(7) その他の野菜類

その他の野菜類の摂取量は170.4gであり、昭和38年に比べて11.4%の増加であるが、32年以降の年次推移では特に大きな増減はみられない。

(8) 果実類

果実類の摂取量は58.8gであり、昭和38年に比べて24.6%の増加となっている。年次推移をみると、順調な増加傾向を示している食品の1つであり、32年に比べて約2倍の摂取増である。

(9) 動物性食品

魚介類

魚介類の摂取量は76.3gであり、昭和38年に比べて1.5%の減少を示している。年次推移は殆んど横ばい状態である。

獣鳥鯨肉類

獣鳥鯨肉類の摂取量は29.5gであり、昭和38年のそれと比べ5.4%の増加である。年次別の摂取推移は比較的ゆるやかな増加傾向を示している。

卵類

卵類の摂取量は35.2gであり、昭和38年に比べて22.2%の増加である。年次推移は畜産食品のうちで、乳類に次いで大幅な増加を示している。

乳類

乳、乳製品の摂取量は57.4gであり、昭和38年のそれと比べると26.4%と全食品中最も大きな増加を示した。年次別に摂取推移をみると畜産食品の中で最も増加率の大きい食品で昭和32年に比べて約3倍の摂取増となっている。

2. 世帯業態別食品摂取量

食品の摂取状況を農家、非農家別に比較してみると、近年、農家世帯の食生活は自家生産物の依存度が年々低下して、購入割合が増大する傾向にあるが、消費者世帯に比べて食糧消費水準はまだかなり下回った水準にある。第1図は、非農家世帯の食品摂取量を100とした場合の農家世帯の比率を示したものであるが、この図で明らかなとおり農家世帯が非農家世帯を上回って摂取しているのは、米その他の穀類、いも類、砂糖類、緑黄色野菜、乾魚であり、油脂類、果実類、畜産食品等は非農家世帯の方が大幅に上回っている。

昭和40年の各種食品の摂取量について昭和32年以降の年次推移をみると次のとおりである。

(イ) 農家世帯

① 穀類 米の摂取量は微増の傾向を示しているが、小麦類は目立った増減はなく、横ばい状態にある。

大麦を主とするその他の穀類については、年々大幅に減少しており、昭和40年度の摂取量は昭和32年の約1/5と激減を示している。

② いも類 年々減少を示している。

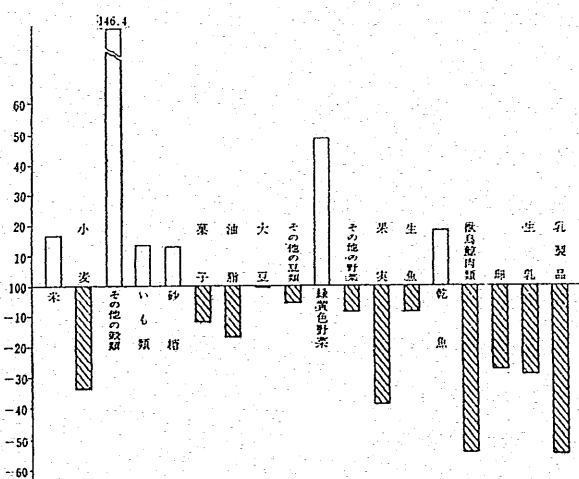
③ 油脂類 ゆるやかではあるが順調に増加している。昭和40年の摂取量は昭和32年の約3倍増となっている。

④ 豆類 大豆、大豆製品およびその他の豆類とともに32年以降、特に大きな増減はなく横ばい状態である。

⑤ 緑黄色野菜 年々減少の傾向にあったが、昭和40年度の摂取量は、62.8gで昭和38年に比べて37.1%の増加を示した。

⑥ その他の野菜類 年次推移をみると若干の増減はあるが、傾向としては、ほぼ横ばい状態である。

第1図 生産者世帯(a)と消費者世帯(b)の食品群別摂取比較 (a/b) (消費者世帯=100)



⑦ 果実類 昭和38年まではゆるやかな増加傾向にとどまったが、昭和40年の摂取量は昭和38年に比べて69.2%と大幅な増加を示した。

⑧ 魚介類 年次別に大差はないがこの1～2年は昭和32年頃の摂取量を若干上回っている。

⑨ 獣鳥鯨肉類 獣鳥鯨肉類は、年々増加傾向をたどっている食品である。

⑩ 卵類 卵類は、昭和32年以降、最も大きな増加を示している食品であり、昭和40年の摂取量は昭和32年に比べて約3倍の増加を示している。

⑪ 乳、乳製品 乳、乳製品の摂取量は、昭和38年までは伸び悩みの傾向にあったが、昭和40年は昭和38年に比べて、47.9%の大幅な増加率を示した。

(ロ) 非農家世帯

① 穀類

米類 昭和34年以降は減少傾向をたどっている。

小麦類 目立った増減はなく、横ばいの傾向にあったが、昭和40年は昭和38年に比べて約10%下回った。

その他の穀類 年々大幅な減少を示しており、昭和40年の摂取量は、昭和32年に比べて約1/7となっている。

② いも類 昭和36年頃までは横ばいを示したが、昭和38年、昭和40年は若干減少している。

③ 砂糖類 年々増加傾向を示しており、昭和40年の摂取量は、昭和38年に比べて19.4%の増加を示した。

④ 油脂類 着実な増加傾向を示しており、昭和40年の摂取量は昭和32年に比べて約2倍となっている。

⑤ 豆類 農家世帯と同様昭和32年以降大豆、大豆製品およびその他の豆類ともに大きな増減はなく、横ばい状態にある。

⑥ 緑黄色野菜 昭和32年以降大きな増減はみられなかったが、昭和40年の摂取量は昭和38年に比べて18.2%の増加を示した。

⑦ その他の野菜類 昭和34年から38年にかけてわずかに減少を示したが、昭和40年は昭和38年に比べて13.6%の増加を示した。

⑧ 果実類 昭和32年以降増加傾向をたどり、昭和38年に若干停滞したが、昭和40年は昭和38年に比べて、11.5%の増加を示した。

⑨ 魚介類 昭和32年以降大きな増減はなく、横ばいの傾向を示している。

⑩ 獣鳥鯨肉類 ゆるやかではあるが漸増の傾向にあり、昭和40年の摂取量は昭和32年のそれと比較し、約2倍となっている。

卵類 獣鳥鯨肉類とはほぼ同ような増加傾向を示しているが、昭和40年の摂取量は昭和38年のそれと比べて、17.6%と、肉類を上回る増加を示した。

乳、乳製品 昭和32年以降最も着実な増加傾向を示す食品であり、昭和40年は昭和32年の約3倍である。

第 5 表

食品群別摂取量の推移（農家世帯）

（単位＝グラム）

食品群別	年 次	32 年	34 年	36 年	38 年	40 年	対38年度比
穀類	米 類	377.7	393.4	399.6	405.2	407.4	100.5
	小 麦 類	41.3	47.6	47.3	40.5	45.4	112.1
	その他の穀類	69.3	56.6	41.7	30.4	13.8	45.4
い も 類		66.2	60.5	56.6	48.0	44.8	93.3
砂 糖 類		10.3	13.2	13.7	14.9	19.5	130.9
油 脂 類		3.3	4.2	5.0	6.0	9.0	150.0
豆 類	大豆、大豆製品	57.2	61.2	62.5	60.5	64.2	106.1
	その他の豆類	6.9	5.4	6.1	5.9	5.2	88.1
緑 黄 色 野 菜		61.9	55.5	53.0	45.8	62.8	137.1
その他の野菜・茸類		146.8	164.0	151.6	146.3	157.3	107.5
果 実 類		17.0	18.4	25.0	25.3	42.8	169.2
海 草 類		5.7	5.2	4.8	5.0	6.4	128.0
魚介類	生 物	61.0	60.0	64.1	78.8	76.5	97.0
	乾 物						
獣 鳥 鯨 肉 類		6.5	7.4	7.8	14.7	16.4	111.6
卵 類		9.9	14.3	17.2	21.5	28.0	130.2
乳類	生 乳	19.6	28.0	32.0	29.2	43.2	147.9
	乳 製 品						

第 6 表

食品群別摂取量の推移（非農家世帯）

（単位＝グラム）

食品群別	年 次	32 年	34 年	36 年	38 年	40 年	対38年度比
穀類	米 類	340.8	344.7	339.5	328.4	321.7	98.0
	小 麦 類	68.6	71.4	71.8	76.3	67.8	88.9
	その他の穀類	36.1	24.3	13.9	7.3	5.6	76.7
い も 類		44.6	45.6	46.3	41.2	40.4	98.1
砂 糖 類		10.2	12.5	13.7	14.4	17.2	119.4
油 脂 類		5.6	7.1	7.9	9.6	10.8	112.5
豆 類	大豆、大豆製品	64.1	62.7	60.4	63.1	64.4	102.1
	その他の豆類	4.7	5.0	5.3	4.9	5.4	110.2
緑 黄 色 野 菜		42.5	37.1	33.7	35.8	42.3	118.2
その他の野菜・茸類		147.3	168.8	160.7	155.6	176.8	113.6
果 実 類		39.3	48.0	62.6	59.8	66.7	111.5
海 草 類		6.4	5.2	5.1	5.4	6.0	111.1
動物性食品	魚 介 類	79.1	75.7	76.3	75.6	76.1	100.7
	獣 鳥 鯨 肉 類	17.2	25.0	27.1	35.4	35.9	101.4
	卵 類	17.5	23.0	29.9	32.9	38.7	117.6
	生 乳	20.6	34.6	44.5	55.4	64.3	116.1
乳 製 品							

(3) 世帯業態細分別

農家、非農家を更に細分した世帯業態別の食品摂取状況を全国平均摂取量と比較してみると次のとおりである。

(イ) 農家世帯

・専業農家世帯

米、その他の穀類、いも類の摂取量が、全業態中で最も多く、一方、生魚、肉、卵等の食品は少ないなど、他の農家世帯に比べて自家生産物の依存度が最も高いことを示している。

・常用勤労者のいる兼業農家世帯

米、いも類等の食品は農家世帯の中で最も少なく、菓子、油脂類、畜産食品などの摂取量が多いなど、非農家的な性格を示している。

・その他の兼業農家世帯

小麦、砂糖類、油脂類等の摂取量は最も低い、果実類と生魚は最も多く摂取しておりその他の食品は前二者のほぼ中間である。

(ロ) 非農家世帯

第7表

業態別純食品摂取量比率（全国＝100） 40年5月

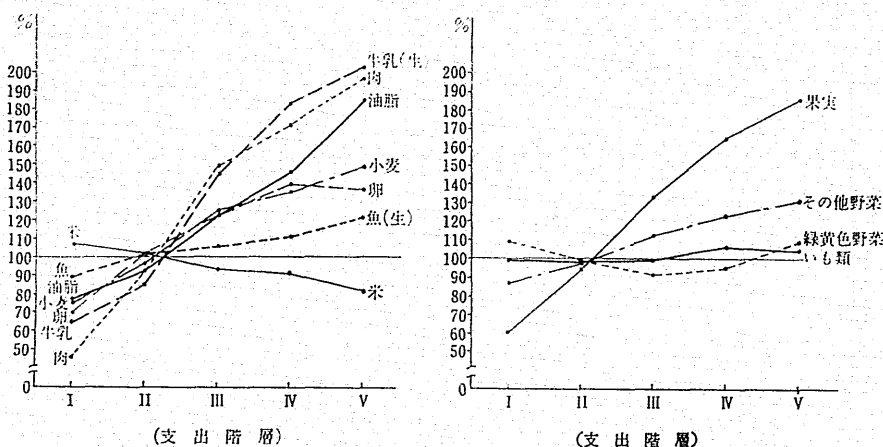
年 次		専業農家世帯	常用勤労者のいる兼業農家世帯	その他の兼業農家世帯	自営業世帯	常用勤労者世帯	日雇労働者世帯
食品群別							
穀類	米	118.1	114.8	115.7	95.5	89.5	102.3
	小麦	81.8	69.2	68.2	110.4	116.6	80.3
	その他	234.9	92.8	133.7	79.5	47.0	201.2
いも類		114.1	97.0	112.4	101.4	94.7	94.5
砂糖		107.3	114.0	99.6	91.1	98.9	86.0
菓子		92.1	98.7	70.6	100.3	109.8	73.1
油脂		85.3	93.1	80.4	95.1	115.7	67.6
種実		100.0	120.0	120.0	120.0	100.0	80.0
豆	大豆	100.2	96.9	108.1	101.2	98.6	109.5
	その他	111.3	88.7	71.7	96.2	107.5	90.6
緑黄色野菜		135.5	122.9	117.1	86.9	85.7	81.0
その他野菜		91.2	93.1	93.8	105.8	104.5	83.3
果実		67.3	76.4	82.5	110.2	120.6	64.8
海藻		100.0	111.5	96.7	98.4	98.4	98.4
調味飲料		86.2	92.6	15.2	115.7	102.4	83.9
魚介	生	82.4	97.1	106.4	110.9	100.5	110.9
	乾	104.4	119.0	114.3	90.4	96.2	98.0
	肉	48.8	63.7	55.6	126.1	127.1	65.4
乳	卵	75.0	87.8	71.9	101.1	116.5	88.9
	生	86.1	74.2	65.6	110.7	119.1	37.9
	乳製品	48.8	59.3	62.8	123.3	126.7	69.8

・常用勤労者世帯 米、いも類の摂取が少なく、小麦、果実類、油脂類、畜産食品の摂取量が他の業態を上回り、食糧消費の内容は全業態中、最も上位にあるといえる。また自営業世帯は、ほとんどの食品について、常用勤労者世帯に比べて若干下回る程度の摂取を示しているが、日雇労働者世帯は、全体的に専業農家世帯に類似した特徴を示しており、食糧消費水準は全業態中、最も低い水準にある。

(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ヵ月当り）により、5,000円未満、5,000円～9,999円、10,000円～14,999円、15,000円～19,999円、20,000円以上の5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2図のとおりで、第Ⅰ階層は、米以外のすべての食品が全国平均を大幅に下回っている。第Ⅱ階層は、油脂類及び肉牛乳等の畜産食品が全国平均を若干下回るが、その他の食品については、全国平均とほぼ一致した摂取

第2図 支出階層別・食品群別摂取状況比較（全国平均=100）



水準を示している。また、支出水準の上昇に比例して、ほとんどの食品は増加するが、米だけは例外的に支出の上昇に逆比例して減少を示す。なお、いも類と緑黄色野菜は、支出水準にあまり影響されず、平均的な摂取がなされている。上昇率の最も大きい食品は牛乳であり、次いで肉類、果実類、油脂類となっている。小麦、魚（生）およびその他の野菜類は上昇度は小さいが、頭打ちの傾向はみえない。卵類は第Ⅳ階層までは上昇を示す。

(4) 地域ブロック別食品摂取量

食糧の生産、流通または所得水準はかなりの地域差があるので、食生活も当然その影響を受けることになる。

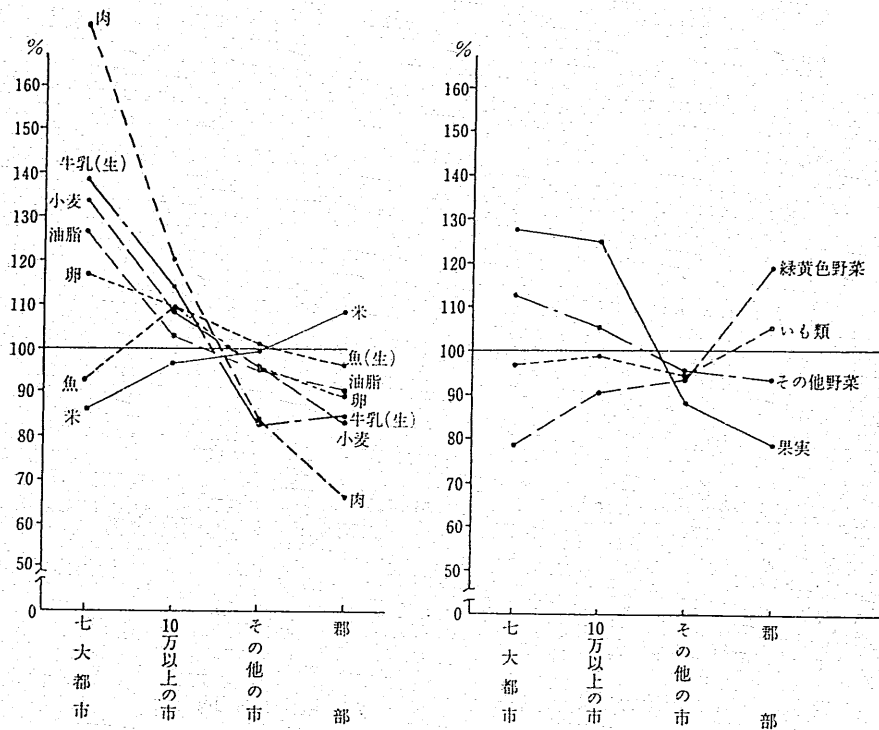
昭和40年度調査成績について、七大都市、人口10万以上の市、その他の市、郡部の別に集計を行なったが、市郡別の食糧消費水準について次のような結果が得られた。

- 1) 大都市ほど畜産食品、油脂類、小麦、果実類の摂取が最も多く、米類の摂取が少ないなどの特徴を示しており、七大都市の食糧消費内容が最も高い水準にある。
- 2) 人口10万以上の市の食糧消費水準は全国平均に比べてかなり上回っているが、その他の市では、畜産食品、油脂類、果実類等は全国平均を下回っている。
- 3) 郡部が全国平均を上回って摂取している食品は、米、緑黄色野菜、いも類だけであり、その他の食品

はすべて全国平均を相当下回るなど、七大都市に比べて食糧消費水準には大きな差がみとめられる。

4) 市郡別に比較して摂取差の特に大きい食品は肉類であり、次いで果実類、牛乳、小麦、油脂類の順となっている。また、米と緑黄色野菜については、他の食品と逆の傾向を示しており、大都市ほど摂取量は少ない結果となっている。

第3図 地域別食品摂取状況比較 (全国平均=100)



B 栄養摂取量

国民栄養調査は、昭和38年度までは年4回実施され、年平均1人1日当り栄養摂取量が算出されていたのであるが、39年度調査からは年1回(5月実施)となり、更に栄養価算定に使用する食品成分表が従来用いたものとはかなり内容が異なる三訂日本食品標準成分表を使用しているため、年次推移の比較に当たってはその点考慮する必要がある。なお38年度以前の年次推移は各年次とも5月成績によって記述した。

1. 全国平均1人1日当り栄養摂取量

昭和40年度の栄養摂取量を、昭和38年に厚生省栄養審議会が厚生大臣に答申した日本人の望ましい栄養摂取の目標値と比較すると第4図のとおりで、熱量、蛋白質、脂肪は目標値にかなり近づいているが、カルシウムとビタミン類はかなり下回っている。とくにビタミン類については調理による損耗を考慮した場合、不足の状態にある。

(1) 熱量

熱量の摂取量は、2,184カロリーであり、昭和38年5月に比べて4.5%増となっているが、これは、昭和39年度調査から使用している日本食品標準成分表の分析値の変動、特に穀類のカロリー値が旧成分表の分析値に比べてかなり高くなっていることの影響によるものである。

年次別の摂取推移は、特に目立った増減はみられない。

(2) 蛋白質

蛋白質の摂取量は、71.3gであり、そのうち動物性蛋白質は28.5gであり、これは昭和38年と全く同じ摂取量である。年次別の摂取推移は、蛋白質総量については大きな増減はみられず横ばいの状態である。

(3) 脂 肪

脂肪の摂取量は、36.0gであり、昭和38年のそれと比較し23.7%の増加となっている。年次別の摂取量の推移は、昭和32年以降着実な増加傾向を示している。

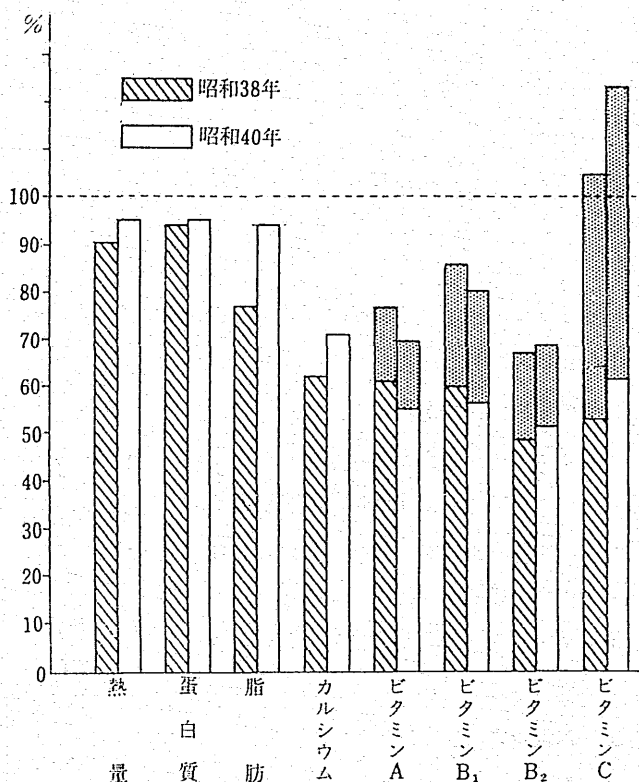
(4) カルシウム

カルシウムの摂取量は、465mgであり、昭和38年に比べて12.0%と大幅な増加を示した。年次別の摂取推移をみると年々増加している。

(5) ビタミンA

ビタミンAの摂取量は、1,324 国際単位であり、昭和38年のそれと比較し1.4%の減少である。5月成績の年次別推移をみると増減をくり返す不安定な摂取傾向を示しているが、これは日本人の場合、ビタミンAの供給源が緑黄色野菜に依存する度合いがきわめて高率であるのに、緑黄色野菜は年度によって摂取差が著しいためである。なお、動物性食品からのビタミンA摂取量は年々増加している。

第4図 昭和45年を目途とした栄養基準量に対する栄養摂取量の比較



注) ビタミン類については、調理による損耗を考慮した場合点線部分は除かれる

第8表

栄養摂取量年次推移

年 次		32 年	34 年	36 年	38 年	40 年	対38年比 %
栄養素							
熱 量	Cal	2,080	2,114	2,102	2,090	2,184	104.5
蛋白質	総 量 g	69.2	70.0	70.0	71.3	71.3	100.0
	動物性 g	22.6	23.6	25.3	28.5	28.5	100.0
	植物性 g	46.6	46.4	44.7	42.8	42.8	100.0
脂 肪	g	21.5	23.8	25.8	29.1	36.0	123.7
炭 水 化 物	g	403	405	398	375	384	102.4
カルシウム	mg	396	401	404	415	465	112.0
ビ タ ミ ン	A I. U.	1,247	1,316	1,183	1,343	1,324	98.6
	B ₁ mg	1.07	1.07	1.05	1.03	0.97	94.2
	B ₂ mg	0.74	0.80	0.79	0.81	0.83	102.5
	C mg	68	76	73	66	78	118.2

(6) ビタミンB₁

ビタミンB₁の摂取量は、0.97mgであり、昭和38年に比べて5.8%の減少を示した。年次別の摂取推移は、ほとんど横ばい状態である。

(7) ビタミンB₂

ビタミンB₂の摂取量は、0.83mgであり、昭和38年に比べて2.5%の増加を示している。年次別の摂取推移は5月に関する限り目立った増減はみられない。

(8) ビタミンC

ビタミンCの摂取量は78mgであり、昭和38年に比べて18.2%増加している。年次別の摂取推移はほとんど変化はみられない。

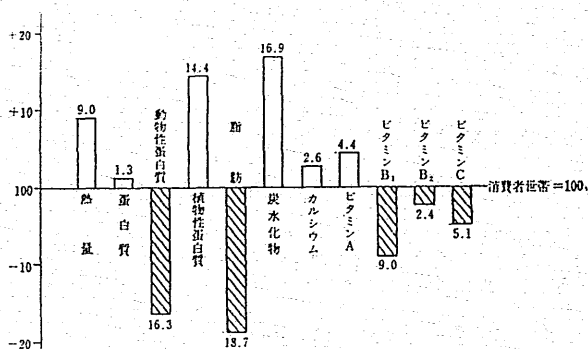
2. 世帯業態別栄養摂取量

世帯業態別に栄養摂取量を比較してみると第5図のとおりで、農家世帯は非農家世帯に比べて、動物性蛋白質、脂肪、ビタミンB₁等の栄養素の摂取が大幅に下回るなど、農家世帯の栄養水準は非農家世帯に比べて、かなり立ち遅れを示している。

(イ) 農家世帯

農家世帯の栄養摂取量について、昭和32年以降の推移をみると、熱量、蛋白質(総量)、ビタミンB₂、C等の栄養素は横ばいの摂取状況を示しており、ビタミンB₁については減少傾向がみられる、しかし、動物性蛋白質と脂肪は順調な増加を示している。

第5図 農家世帯(a)と非農家世帯(b)の栄養摂取状況比較 (a/b)



第9表

農家世帯の栄養摂取量(年次推移)

栄養素	年次	32年	34年	36年	38年	40年
熱量 Cal		2,153	2,212	2,194	2,191	2,313
蛋白質 g		68.5	69.0	68.8	71.0	71.9
動物性蛋白質 g		19.1	19.1	20.5	24.9	25.2
脂肪 g		18.4	20.4	21.8	24.0	31.2
カルシウム mg		398	411	401	389	473
ビタミンA I.U.		-	-	-	-	1,363
ビタミンB ₁ mg		1.11	1.09	1.01	0.98	0.91
ビタミンB ₂ mg		0.74	0.82	0.77	0.74	0.81
ビタミンC mg		68	76	69	58	75

(ロ) 非農家世帯

非農家世帯は、昭和38年に比べて、動物性蛋白質、ビタミンB₁、B₂等の栄養素が若干減少を示したが、脂肪、カルシウムは、昭和32年以降順調な増加傾向を示している。

なお、農家、非農家別に穀類カロリー比および動物性蛋白質比率について年次推移をみると第6図のとおりであり、昭和40年の農家世帯の穀類カロリー比率は69.3%であるが、これは非農家世帯の34年頃の比

率とはほぼ同じである。

第10表

非農家世帯の栄養摂取量（年次推移）

	32 年	34 年	36 年	38 年	40 年
熱 量 Cal	2,034	2,054	2,042	2,038	2,121
蛋 白 質 g	69.7	70.8	70.8	71.3	71.0
動物性蛋白質 g	25.0	27.0	28.6	30.4	30.1
脂 肪 g	23.8	26.5	28.6	32.0	38.4
カルシウム mg	393	394	405	427	461
ビタミン A I.U.	—	—	—	—	1,305
ビタミン B ₁ mg	1.03	1.05	1.08	1.05	1.00
ビタミン B ₂ mg	0.74	0.80	0.81	0.84	0.83
ビタミン C mg	68	76	76	70	79

(3) 世帯業態細分別

農家世帯と非農家世帯を業態別に細分して栄養状態を比較してみると次のとおりである。

(イ) 農家世帯

・ 専業農家世帯

カルシウムとビタミンAは全業態中最も多く摂取しているが、動物性蛋白質は最低の摂取状態であり、その他の栄養素も全国平均を下回っている。

・ 常用勤労者のいる兼業世帯

動物性蛋白質と脂肪の摂取量が農家世帯の中で最も多く、非農家的性格を示すが、ビタミンB₁、B₂、C等は全国平均を下回っている。

・ その他の兼業農家世帯

脂肪、ビタミンB₂、ビタミンCの摂取量が農家世帯中最も少なく、動物性蛋白質、ビタミンA、B₂についても全国平均を下回っている。

(ロ) 非農家世帯

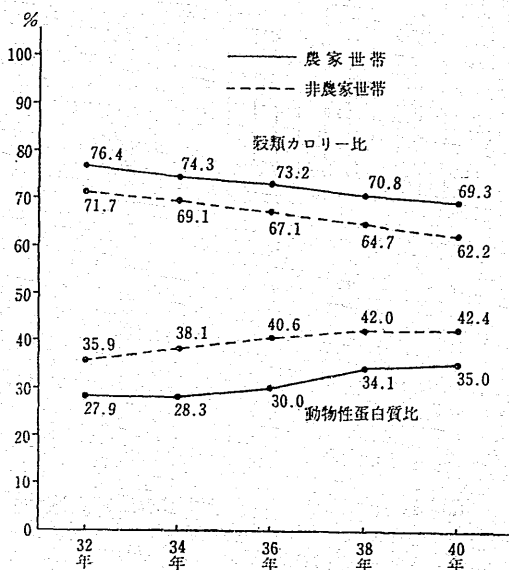
(1) 自営業世帯

カルシウムとビタミンA、B₂が全国平均をわずかに下回るが、その他の重要栄養素はすべて上回り、常用勤労者世帯に次ぐ栄養摂取水準にある。

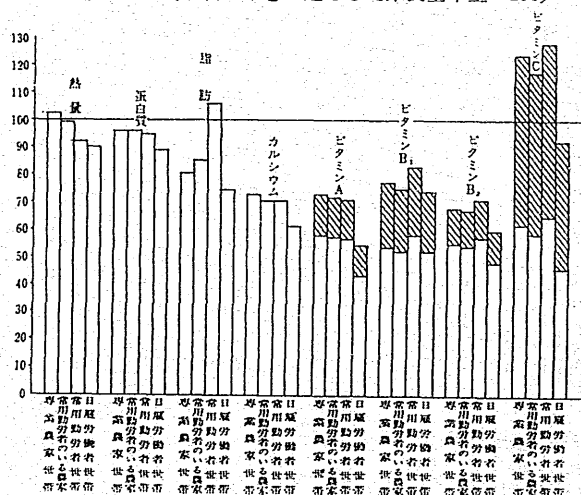
(2) 常用勤労者世帯

この業態の栄養摂取量はすべての栄養素について、全国平均の摂取量を上回っており、全業態中最も高い水準にある。

第6図 農家・非農家別穀類カロリー比及び動物性蛋白質比



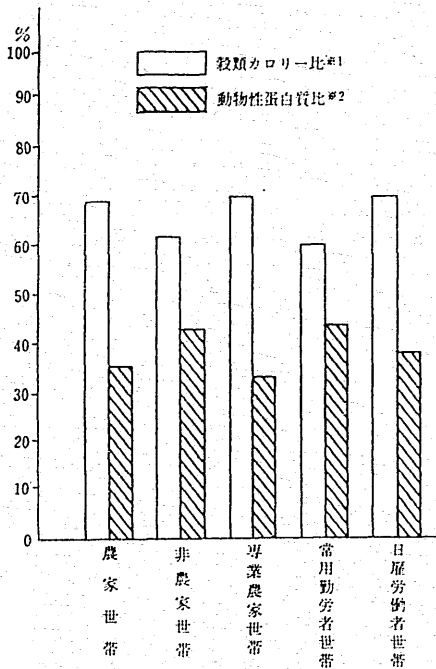
第7図 栄養基準量に対する世帯業態別栄養摂取量の比較 (昭和45年を目途とした栄養基準量=100)



(3) 日雇労働者世帯

動物性蛋白質以外のすべての栄養素が全業態中最も低く、栄養水準は著しく劣っている。

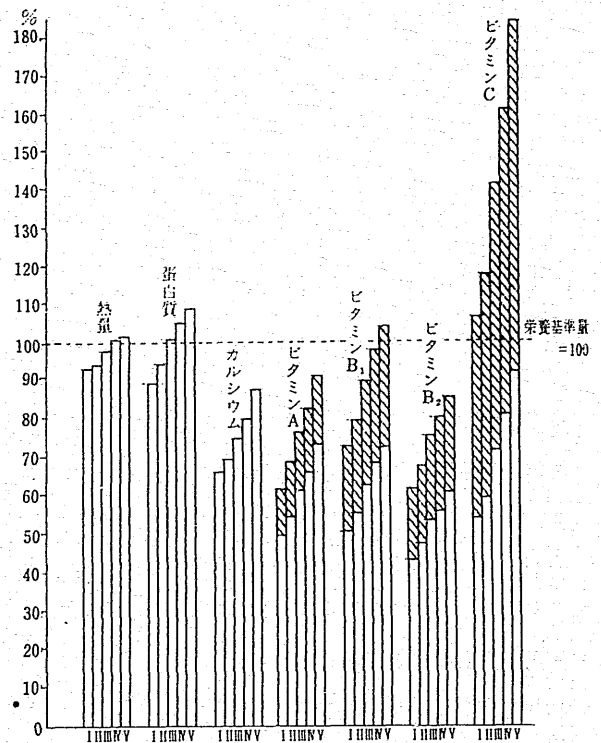
第8図 世帯業態別穀類カロリー比及び動物性蛋白質比率



※1 $\frac{\text{穀物カロリー}}{\text{総カロリー}} \times 100$

※2 $\frac{\text{動物性蛋白質量}}{\text{総蛋白質量}} \times 100$

第9図 栄養基準量に対する支出階層別栄養摂取量



注) ビタミン類については、調理による損耗を考慮した場合斜線部分は除かれる。

第11表

支出階層別摂取栄養量比率 (全国平均=100)

栄養素		支出階層	(I) 5,000 円以下	(II) 5,000~9,999円	(III) 10,000~14,999円	(IV) 15,000~19,999円	(V) 20,000円以上
熱	量		98.0	99.0	102.7	105.7	106.3
蛋白質	総	量	93.7	98.9	105.9	110.9	114.4
	動物性		79.3	98.2	115.4	127.4	137.9
	植物性		103.0	99.1	99.3	100.0	98.8
脂	肪		78.3	96.4	119.4	133.1	148.9
炭	水	化	103.0	99.5	98.8	99.4	96.2
カ	ル	シ	93.8	98.1	105.8	113.1	124.1
ビ	タ	A	88.1	98.1	109.9	118.3	131.2
		B ₁	89.7	97.9	110.3	120.6	127.8
		B ₂	89.2	97.6	109.6	115.7	124.1
		C	85.9	94.9	114.1	129.5	148.7

3. 支出階層別栄養摂取量

現金支出階層別に栄養摂取量を集計した結果を全国平均と比較してみると第11表のとおりである。

第Ⅰ，第Ⅱ階層にあっては，熱量を除く他の栄養素はすべて全国平均以下の摂取量であり，支出水準の上昇に比例して各栄養素とも増大する傾向を示している。

支出水準の上昇に伴って，特に増加率の大きいのは，動物性蛋白質，脂肪，ビタミンA，ビタミンC等の栄養素である。

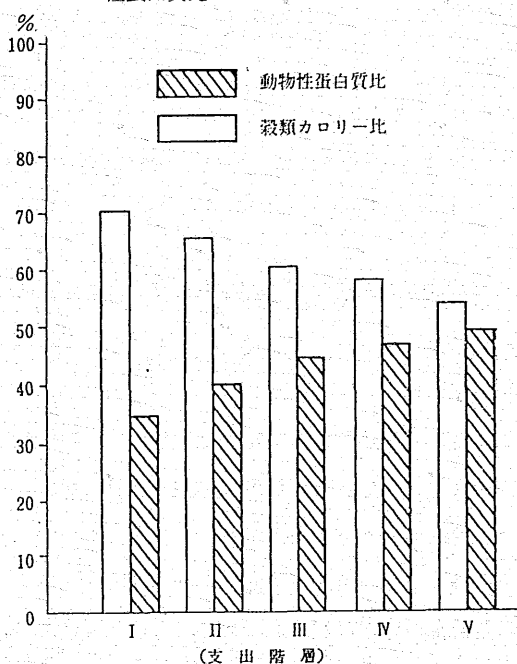
また，支出階層別の摂取量を栄養基準量と比較すると第9図のとおりである。

なお，熱量中に占める穀類カロリーの比率を支出階層別に比較してみると第10図のとおりで，低支出階層に属する第Ⅰ階層では穀類カロリー比率が70.2%であるのに対し，第Ⅴ階層にあっては53.5%であり，食事内容が質的にもかなり差のあることが明らかである。

4. 市郡別栄養摂取量

市郡別に栄養摂取量を全国平均に比較してみると，七大都市は動物性蛋白質，脂肪，ビタミンCの摂取量が最も高く，大都市の生活者ほど栄養水準は高いという傾向を示している。

第10図 支出階層別・穀類カロリー比及び動物性蛋白質比



第12表

市郡別栄養摂取量比率 (全国平均=100)

市 郡 別		七 大 都 市	人 口 10 万 以 上 の 市	そ の 他 の 市	郡 部
栄 養 素					
熱	量	96.6	99.7	98.5	102.4
蛋 白 質	総 量	99.9	102.8	97.8	99.9
	動 物 性	111.9	107.4	95.8	92.3
	植 物 性	91.8	98.6	99.1	104.9
脂	肪	120.0	106.7	95.3	90.3
カ	ル	94.8	100.6	98.5	102.6
ビ	A	101.3	100.8	92.1	103.2
	B ₁	101.0	109.3	100.0	93.8
	B ₂	100.0	102.4	98.8	98.8
	C	112.8	105.1	92.3	94.9

なお，穀類カロリー比率と動物性蛋白質比率について比較してみると，穀類カロリー比率は，7大都市の59.7%に対し，郡部は67.6%と高率であり，大きな差がみられる。

5. 世帯別・栄養摂取量

前述の栄養摂取量は、各世帯の最多収入者の職業、支出階層の別に分類集計し、全国平均、業態別、支出階層別成績として1人1日当たり平均値として示したのであるが、さらに世帯単位の栄養状態を明らかにするため、熱量と蛋白質摂取量について、世帯別集計をした結果は次のとおりである。

なお、これらの比較に当たっては、それぞれの実数を各世帯の家族の年齢、労働条件などの要素にもとづき成人1人1日当たりに換算した数値によった。

1. 熱 量

昭和40年度の国民平均1人1日当たりの摂取熱量は2,184カロリーであるが、これを成人1人1日当たりに換算すると2,468カロリーになる。

各世帯の摂取熱量を成人1人1日当たりに換算して、その分布状態をみると、第13表に示すとおり、成人の所要熱量は2,500カロリーであるが、摂取量2,100カロリーを下回る世帯は全体の21.0%であり、一方、2,900カロリーを上回る世帯の比率は22.6%であるなど世帯間の格差が目立っている。

2. 蛋 白 質

蛋白質の全国平均1人1日当たり摂取量は71.3グラムであるが、これを成人1人1日当りに換算した数値は76.3gである。世帯別の分布をみると、成人の所要量(75グラム)に対し、50グラムに満たない世帯が3.7%もあり、一方、110グラム以上とっている世帯が8.0%あるなど、熱量以上に世帯間の差が著しい。

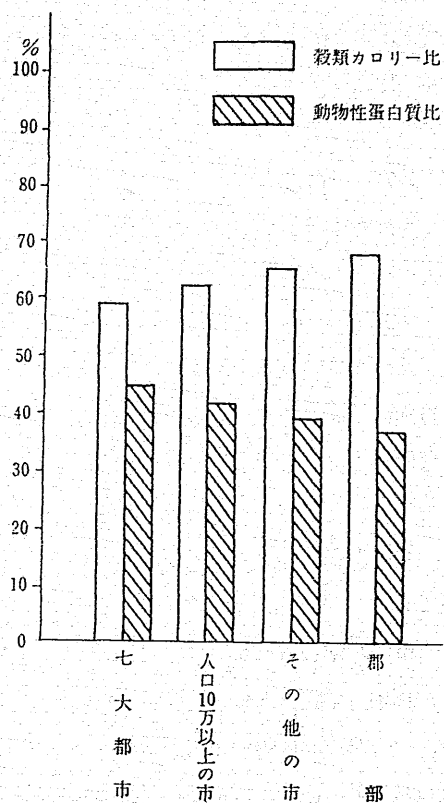
第13表 成人男子1人1日当り換算熱量および蛋白質摂取量分布表(全国)

熱 量	Cal	%	蛋 白 質	g	%
2,099 以下		21.0	49 以下		3.7
2,100 ~ 2,499		31.1	50 ~ 69		31.7
2,500 ~ 2,899		25.3	70 ~ 89		39.4
2,900 以上		22.6	90 ~ 109		17.2
			110 以上		8.0

— 農家・非農家別 —

次に農家・非農家別に成人1人1日当たり熱量および蛋白質摂取量の分布状況をみると第14表のとおりで、熱量摂取量が所要量を下回る世帯の比率は農家世帯が62.9%で、非農家の48.4%を大幅に上回り、農家世帯の方に低カロリーの世帯の多いことを示している。

第11図 地域別・穀類カロリー比率および動物性蛋白質比率



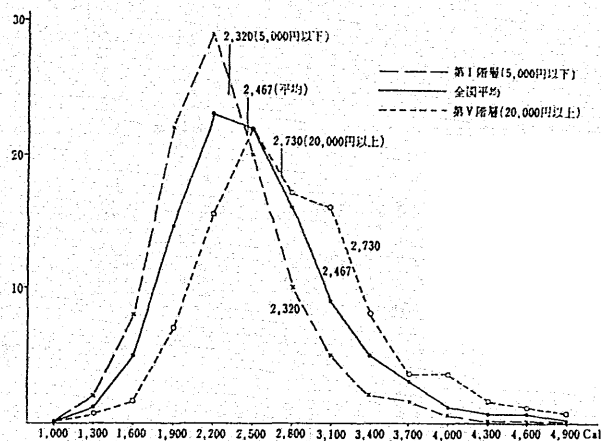
第14表 農家・非農家別・成人1人1日当たり熱量、蛋白質摂取量分布表

熱 量 Cal	農家世帯	非農家世帯	蛋 白 質 g	農家世帯	非農家世帯
2,099 以 下	27.9	18.6	49 以 下	3.2	3.9
2,100 ～ 2,499	35.0	29.8	50 ～ 69	33.9	30.9
2,500 ～ 2,899	21.9	26.4	70 ～ 89	38.8	39.6
2,900 以 上	15.2	25.1	90 ～ 109	16.8	17.4
			110 以 上	7.3	8.2

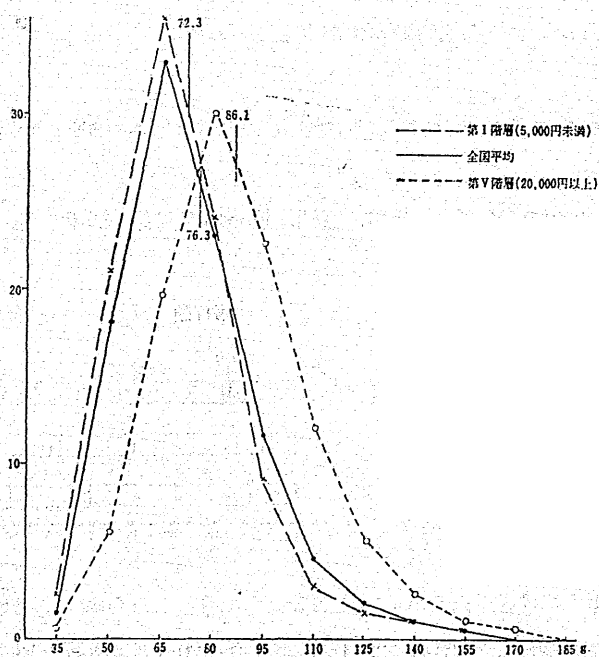
—支出階層別—

現金支出階層別に成人1人1日当たり熱量、蛋白質摂取量の分布状況をみると第12図、第13図のとおりである。

第12図 世帯支出階層別成人1人1日当たり熱量摂取度数分布図



第13図 世帯支出階層別成人1人1日当たり蛋白質摂取度数分布図



C 食品群別栄養構成（熱量および各栄養素の摂取比率）

前項までは、各栄養素とこれを供給する食品の摂取量について記述してきたが、さらにこの両者を組みあわせて熱量および各栄養素がいかなる食品によって摂取されているかについてその構成内容を検討してみよう。

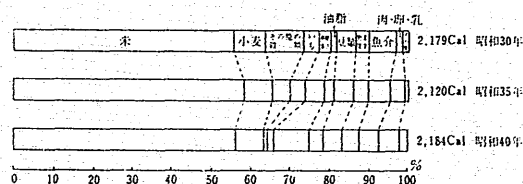
1. 全国平均

(1) 熱 量

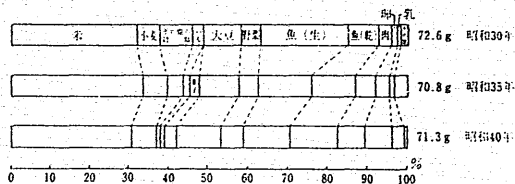
昭和40年調査における熱量の摂取構成をみると穀類から64.7%摂取しており、うち、米が55.8%を占めている。次いで動物性食品が12.6%，砂糖、菓子類、8.2%，豆類4.7%となっている。

年次推移をみると、昭和30年、35年に比べて、米と小麦の比率はほとんど変わらないが、大麦を主とするその他の穀類およびいも類からの摂取比率が低下して、畜産食品、油脂類、砂糖、菓子類からの摂取比率が増大している。

第14図 熱量の食品群別摂取構成



第15図 蛋白質の食品群別摂取構成



(2) 蛋白質

蛋白質の摂取構成をみると、従前は、穀類が最も高い割合を占めていたが、本年は、動物性食品からの摂取比率が40.0%で第1位となった。次いで、穀類、38.3%，豆類11.1%となっている。

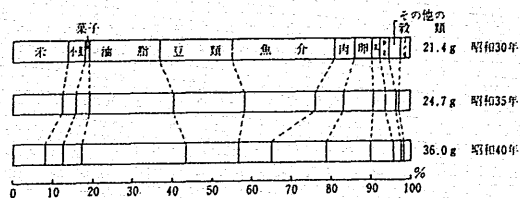
年次推移をみると熱量と同じような内容の変化がみとめられる。

(3) 脂 肪

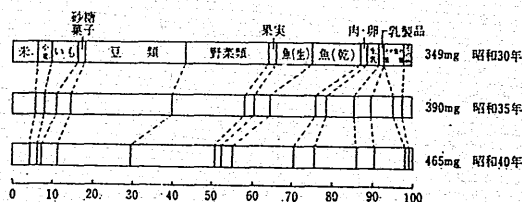
脂肪の摂取構成は、動物性食品が39.9%で最も高率であり、次いで、油脂類25.7%，豆類12.9%，穀類12.8%となっている。

年次推移をみると、昭和30年に比べて、穀類、豆類、魚介類の割合が低下して、肉、卵、乳等の畜産食品のウェイトが高くなっていることが目立っている。

第16図 脂肪の食品群別摂取構成



第17図 カルシウムの食品群別摂取構成



(4) カルシウム

カルシウムの摂取構成は、野菜、果実類の22.4%，畜産食品20.1%，豆類、18.8%，魚介類18.1%となっている。

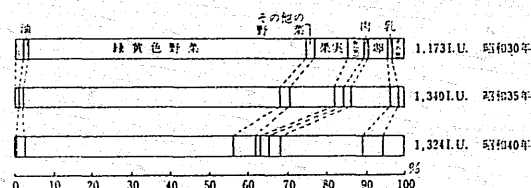
年次推移をみると、豆類の比率が低下して乾魚、畜産食品の摂取割合が年々高くなっている。

(5) ビタミンA

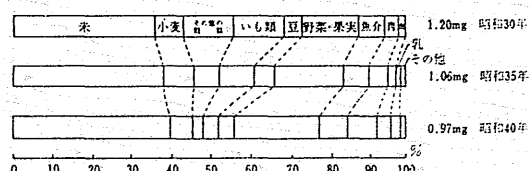
ビタミンAは、動物性食品およびバター等の油脂類に含まれるビタミンAそのものと植物性食品に含まれるカロチンとに大別されるが、昭和40年度の摂取構成は、緑黄色野菜から53.7%、動物性食品33.4%となっている。

年次推移をみると、緑黄色野菜の比率は年々低下し、卵、乳類等の畜産食品の比率が高くなる傾向を示している。

第18図 ビタミンAの食品群別摂取構成



第19図 ビタミンB₁の食品群別摂取構成



(6) ビタミンB₁

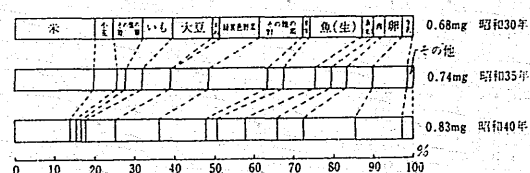
ビタミンB₁の主な供給源は米であって40.2%を占めている。次いで、野菜・果実類21.7%、動物性食品21.6%となっている。

年次推移をみると、大麦その他の穀類といも類の摂取比率は低下して、米、野菜、果実、畜産食品の摂取比率が高くなる傾向を示している。

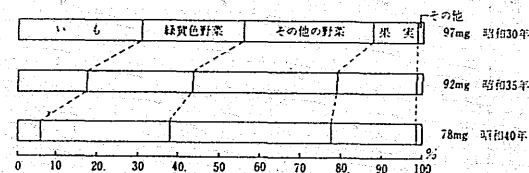
(7) ビタミンB₂

ビタミンB₂の摂取構成は、他の栄養素と異なり各食品群から均等に摂取しているという特徴を示している。昭和40年は、肉・卵・乳が31.3%、魚介類15.6%、野菜・果実類から25.3%となっている。

第20図 ビタミンB₂の食品群別摂取構成



第21図 ビタミンCの食品群別摂取構成



(8) ビタミンC

ビタミンCの供給源は、野菜と果実類であって、内訳をみるとその他の野菜39.7%、緑黄色野菜32.1%、果実類19.2%となっている。

年次推移をみると、いも類の摂取比率の低下が目立っている。

2. 世帯業態別

農家・非農家別に栄養素の食品群別摂取構成を検討してみると第15、16表のとおりである。

摂取構成は、全般的にかなり差がみられるが、農家世帯は非農家世帯に比べて米に対する依存度がきわめて高く、一方、肉類、卵類等畜産食品の占める比率の低いことが特に目立っている。

例えば、熱量を例にとると農家は米から61.3%摂取しているが、非農家は52.8%であり、動物性食品の

第15表

食品群別栄養素摂取比率（非農家世帯）

		熱 量	蛋 白 質	脂 肪	カルシウム	V. A.	V. B ₁	V. B ₂	V. C
植 物 性	穀類	52.8	28.0	6.8	4.3	—	39.0	13.3	—
	米類	8.5	7.5	5.0	2.4	—	6.0	3.6	—
	小麦類	0.9	0.8	0.3	0.2	—	1.0	—	—
	その他の穀類	1.5	1.0	0.8	0.7	—	3.0	1.2	6.3
	いも類	3.0	—	—	0.4	—	—	—	—
	砂糖類	5.3	2.7	4.9	3.7	—	1.0	1.2	—
	菓子類	4.1	0.1	25.3	0.2	3.8	—	—	—
	油脂類	0.1	0.1	0.5	0.4	—	1.0	1.0	—
	種実類	3.8	9.4	9.9	18.0	—	2.0	4.8	—
	大豆類	0.8	1.3	1.8	0.9	—	1.0	—	—
	大豆及び大豆製品	0.6	1.3	0.3	6.9	47.4	4.0	9.6	27.8
	その他の豆類	2.5	4.6	1.1	12.4	6.0	14.0	12.0	41.8
	緑黄色野菜類	1.6	0.7	0.8	1.7	1.8	3.0	2.4	22.8
動 物 性	その他の野菜類	—	—	—	7.8	3.5	—	1.2	—
	果実類	2.4	12.0	3.6	3.0	2.5	4.0	7.2	1.3
	海藻類	2.6	11.3	4.4	14.1	1.9	3.0	7.2	—
	魚介類	4.1	8.9	16.9	0.9	3.8	10.0	7.2	—
	生魚	2.9	7.0	11.2	5.4	22.8	4.0	14.5	—
	乾魚	1.5	2.3	4.7	11.7	4.1	2.0	9.6	—
	鳥類	0.9	1.0	1.6	5.0	2.1	1.0	3.6	—
	鯨肉類	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	卵類	—	—	—	—	—	—	—	—
	乳類	—	—	—	—	—	—	—	—
	生乳	—	—	—	—	—	—	—	—
	乳製品	—	—	—	—	—	—	—	—
	計	—	—	—	—	—	—	—	—

第16表

食品群別栄養素摂取比率（農家世帯）

		熱 量	蛋 白 質	脂 肪	カルシウム	V. A.	V. B ₁	V. B ₂	V. C
植 物 性	穀類	61.3	53.2	10.2	5.1	—	40.7	14.8	—
	米類	6.0	5.4	4.4	1.9	—	5.5	2.5	—
	小麦類	2.0	1.6	0.6	0.6	—	3.3	1.3	—
	その他の穀類	1.6	1.1	0.6	0.8	—	4.4	1.3	8.0
	いも類	3.2	0.1	—	0.6	—	—	—	—
	砂糖類	4.5	2.5	5.1	3.2	—	1.1	1.3	—
	菓子類	3.2	0.1	26.9	—	0.6	—	—	—
	油脂類	0.1	0.1	0.9	0.6	—	—	0.8	—
	種実類	4.0	10.8	13.4	17.8	—	3.3	6.2	—
	大豆類	0.8	1.4	2.2	0.8	—	2.2	—	—
	大豆及び大豆製品	0.8	1.9	0.6	11.2	66.2	6.6	14.8	44.0
	その他の豆類	2.1	4.5	1.2	12.5	3.9	13.2	13.6	36.0
	緑黄色野菜類	0.9	0.4	0.6	0.8	0.9	2.2	1.3	10.7
動 物 性	その他の野菜類	—	—	—	8.0	2.2	—	1.3	—
	果実類	1.9	10.3	4.5	2.5	1.9	4.4	7.4	1.3
	海藻類	2.8	13.1	6.1	17.8	2.3	3.3	9.9	—
	魚介類	1.5	4.3	7.7	0.4	1.7	4.4	3.7	—
	生魚	1.9	5.0	9.9	3.8	16.0	3.3	9.9	—
	乾魚	1.0	1.7	4.1	8.7	3.1	1.1	7.4	—
	鳥類	0.4	0.6	0.9	2.7	1.1	1.1	2.5	—
	鯨肉類	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	卵類	—	—	—	—	—	—	—	—
	乳類	—	—	—	—	—	—	—	—
	生乳	—	—	—	—	—	—	—	—
	乳製品	—	—	—	—	—	—	—	—
	計	—	—	—	—	—	—	—	—

比率は非農家の14.4%に対し、農家世帯は9.5%となっている。

また、熱効率の高い油脂類は、非農家世帯4.1%、農家世帯3.2%である。

D 外 食 の 状 況

昭和40年調査による全国平均の外食率は11.3%である。以下、業態別、階層別、市郡別に外食の状況をみると第17表(1)、(2)、(3)に示すとおりである。

1. 世帯業態別外食状況

世帯業態別の外食率を比べてみると、常用勤労者世帯の外食率が14.4%で最も高く、次いで事業経営者世帯は10.5%、常用勤労者のいる兼業農家世帯9.6%となっている。

また、外食率の低いのは、その他の兼業農家世帯の6.5%、専業農家世帯の7.0%である。

第17表の(1) 世 帯 業 態 別 外 食 率

全 国 平 均	農 家 世 帯			非 農 家 世 帯		
	専 業 世 帯	常用勤労者のいる世帯	その他の兼業世帯	事業経営者世帯	常用勤労者世帯	日雇労働者世帯
11.3	7.0	9.6	6.5	10.5	14.4	9.2

2. 支出階層別外食状況

支出階層別に外食状況をみると、支出の高い階層ほど外食率も高い傾向を示している。特に第Ⅲ、Ⅳ、Ⅴ階層にあっては、全国平均を上回っている。

最高は、第Ⅴ階層の16.6%、最低は第Ⅰ階層の8.1%である。

第17表の(2) 支 出 階 層 別 外 食 率

I 5,000 円 未 満	II 5,000円～9,999円	III 10,000円～14,999円	IV 15,000円～19,999円	V 20,000円 以 上
8.1	11.1	13.5	14.2	16.6

3. 市郡別外食状況

市郡別に外食の状況をみると、七大都市の外食率が15.5%で最も高く、次いで、人口10万以上の市が、13.0%、その他の市9.8%であり、最低は郡部の9.0%となっている。

第17表の(3) 市 郡 別 外 食 率

七 大 都 市	人口10万以上の市	そ の 他 の 市	郡 部
15.5	13.0	9.8	9.0

E 食 材 料 費

国民栄養調査でいう食材料費とは、摂取した全食品量について、購入、自家生産、もらいもの等の別を問わずすべて市場価格に換算して1人1日当たりの平均として計上したものである。

1. 全国平均

昭和40年度の全国1人1日当たり食材料費は194.34円である。

食品群別に構成比をみると、総額中に占める穀類の比率は24.6%で最も高いが、うち、米が20.4%と高率を占めている。

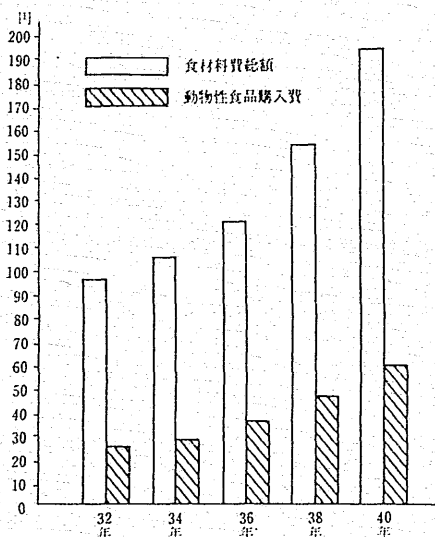
副食費については、肉、卵、乳類があわせて16.4%と最も高い割合を占め、次いで、魚介類13.8%、野菜類13.0%となっている。

なお、食材料費の推移についてみると第22図のとおり、年々増大する傾向を示している。

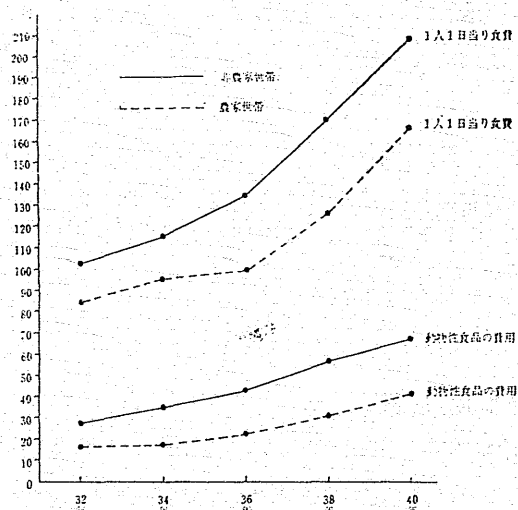
第18表 食 品 群 別 食 材 料 費 構 成 比

食 品 群	価 格		食 品 群	価 格	
	円	%		円	%
総 額	194.34	100.0	肉 類	16.03	8.2
米	39.55	20.4	卵 ・ 乳 類	15.91	8.2
そ の 他 の 穀 類	8.16	4.2	野 菜 類	25.17	13.0
い ち 類	3.50	1.8	果 実 類	11.57	6.0
油 脂 類	3.39	1.7	菜 子 類	10.57	5.4
豆 類	8.44	4.3	調 味 料 ・ 飲 料	18.14	9.3
魚 介 類	26.91	13.8	そ の 他	6.99	3.6

第22図 食材料費の年次推移（全国平均）



第23図 世帯業態別食材料費の推移（農家・非農家別）



2. 業態別食材料費

昭和40年度の食材料費を業態別にみると、非農家世帯の食材料費は208.01円で、農家世帯の166.30円を大幅に上回っている。

なお、業態別に食材料費の推移をみると第23図のとおり、両業態ともかなり大きな伸びを示しているが、業態間の差は著しいものがある。

(イ) 農家世帯

農家世帯の食材料費は166.30円であり、昭和38年に比べて32.9%上回っている。食品群別の構成比をみると米が27.2%（45.27円）で最も高率を占めている。

副食では、野菜類が13.5%であり、次いで魚介類13.4%、肉、卵、乳類11.6%となっている。

(ロ) 非農家世帯

非農家世帯の食材料費は 208.01 円であり、昭和38年に比べて22.5%上回っている。

食品群別の構成比をみると、肉、卵、乳類が18.3%で最も高い割合を占め、次いで、米類17.7%、魚介類14.0%、野菜類12.7%となっており、農家世帯とかなり異なった構成比を示している。

第19表 業 態 別 食 材 料 費 構 成 比

食 品 群	価 格		構 成 比	
	農 家 世 帯	非 農 家 世 帯	農 家 世 帯	非 農 家 世 帯
総 額	166.30	208.01	100.0	100.0
米	45.27	36.76	27.2	17.7
その他の穀類	6.52	8.96	3.9	4.3
いも類	3.43	3.54	2.1	1.7
油 脂 類	2.31	3.91	1.4	1.9
豆 類	8.31	8.49	5.0	4.1
魚 介 類	22.36	29.13	13.4	14.0
獣 鳥 鯨 肉 類	7.82	20.04	4.7	9.6
卵、乳類	11.43	18.10	6.9	8.7
野 菜 類	22.48	26.50	13.5	12.7
果 実 類	6.51	14.04	3.9	6.7
菓 子 類	9.16	11.26	5.5	5.4
調味嗜好品飲料	14.44	19.94	8.7	9.6
その他の	6.24	7.36	3.8	3.5

3. 市郡別食材料費

市郡別の食材料費についてみると七大都市が 243.47 円で最も高く全国平均を 25.3% 上回っている。次いで、人口10万以上の市は203.35円で全国平均を上回っているが、その他の市は182.10円、郡部は172.07円でどちらも全国平均を下回っている。

第20表 市 郡 別 食 材 料 費 (単位=円)

食 品 群	七 大 都 市		10万以上の市		そ の 他 の 市		郡 部	
	価 格	構 成 比	価 格	構 成 比	価 格	構 成 比	価 格	構 成 比
総 額	243.47	100.0	203.35	100.0	182.10	100.0	172.07	100.0
米	36.37	14.9	37.85	18.2	39.22	21.5	42.15	24.5
その他の穀類	11.26	4.6	8.26	4.0	7.82	4.3	7.07	4.1
いも類	4.26	1.7	3.43	1.6	3.23	1.8	3.40	2.0
油 脂 類	5.50	2.3	3.68	1.8	2.96	1.6	2.59	1.5
豆 類	8.95	3.7	8.35	4.0	8.12	4.5	8.46	4.9
魚 介 類	33.48	13.8	29.05	13.9	25.79	14.2	23.47	13.6
獣 鳥 鯨 肉 類	30.01	12.3	19.48	9.4	13.27	7.3	9.70	5.6
卵、乳類	21.07	8.7	18.64	8.9	14.01	7.7	13.05	7.6
野 菜 類	31.77	13.0	26.98	13.0	22.55	12.4	22.76	13.2
果 実 類	18.48	7.6	14.43	6.9	9.95	5.5	2.76	4.5
菓 子 類	12.11	5.0	11.68	5.6	10.32	5.7	9.34	5.4
調味嗜好品飲料	21.98	9.0	19.29	9.3	18.11	9.9	15.85	9.2
その他の	8.23	3.4	7.23	3.5	6.76	3.7	6.48	3.8

F 身体の状況

1. 栄養欠陥による身体症候

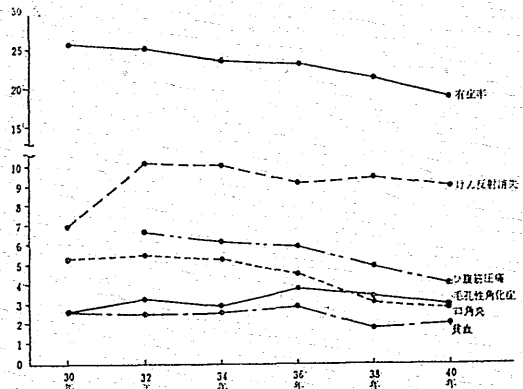
昭和40年度における国民の栄養欠陥に関係があると考えられる身体症候の発現率（有症者の割合）は18.7%である。

各症候別に発現状況を見ると、最も高率に発現しているのはビタミン B₁ 欠乏時の症候と関係があるとみられるけん反射消失とひ腹筋圧痛であり、それぞれ8.9%、4.1%となっている。次いで発現率の高いのは毛孔性角化症2.9%、口角炎2.8%となっている。

年次推移をみると第24図のとおり、各症候とも発現率は低下する傾向がみられる。

なお、性別に発現状況を比べてみると、従前同様に女子の発現率が男子を上回り、男子の15.4%に対して女子は21.5%となっている。

第24図 身体症候発現率の推移（各年次5月）



第21表 性別身体症候発現率の年次推移（5月成績）

症候別	年次		30 年		32 年		34 年		36 年		38 年		40 年	
	性別		男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
有 症 率			23.0	28.0	21.9	27.7	20.8	26.0	18.9	27.1	17.0	24.6	15.4	21.5
貧 血			2.0	3.2	1.9	3.0	1.7	3.3	1.9	3.7	1.0	2.4	1.1	2.8
毛 孔 性 角 化 症			2.3	3.7	2.5	4.0	2.0	3.6	2.5	4.9	2.2	4.3	2.1	3.7
口 角 炎			6.1	4.7	6.0	5.0	5.7	5.0	4.7	4.3	3.2	3.1	2.9	2.7
け ん 反 射 消 失			6.0	7.7	8.9	11.9	9.4	10.7	8.0	10.2	8.5	10.1	8.0	9.7
ひ 腹 筋 圧 痛			—	—	6.4	7.0	5.6	6.7	5.1	6.6	4.2	5.5	3.5	4.6

—業態別—

次に農家・非農家別に身体症候の発現状況をみると、農家世帯の有症率は21.1%で非農家世帯の17.6%を上回る発現を示している。

症候別にみると農家・非農家ともにけん反射消失が最も高く農家世帯、9.5%、非農家世帯8.6%となっている。

第22表 身体症候発現率（農家・非農家別）

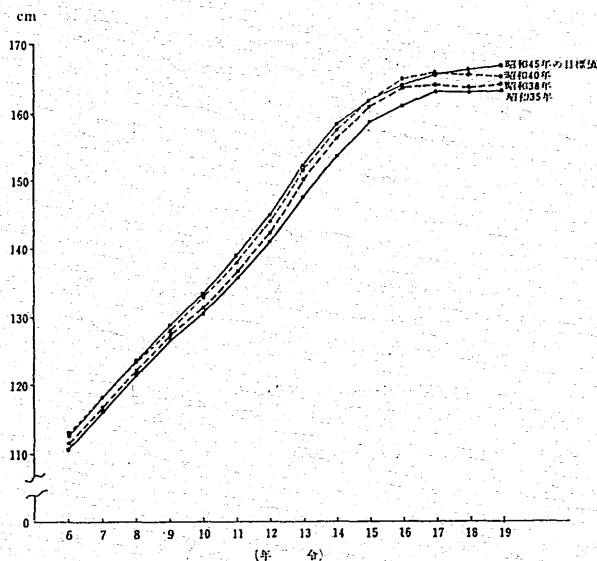
	農 家 世 帯	非 農 家 世 帯
有 症 率	21.1	17.6
貧 血	2.2	1.9
口 角 炎	4.1	2.1
毛 孔 性 角 化 症	3.4	2.7
け ん 反 射 消 失	9.5	8.6
ひ 腹 筋 圧 痛	4.9	3.7
浮 腫	2.3	2.4

2. 体 位

昭和40年度における青少年の体位は、前年に引き続き順調な伸びを示している。

男子の身長について年次推移をみると昭和35年、38年、40年と顕著な増加がみとめられ、昭和40年の身長曲線は昭和45年の推計値に著しく接近している。

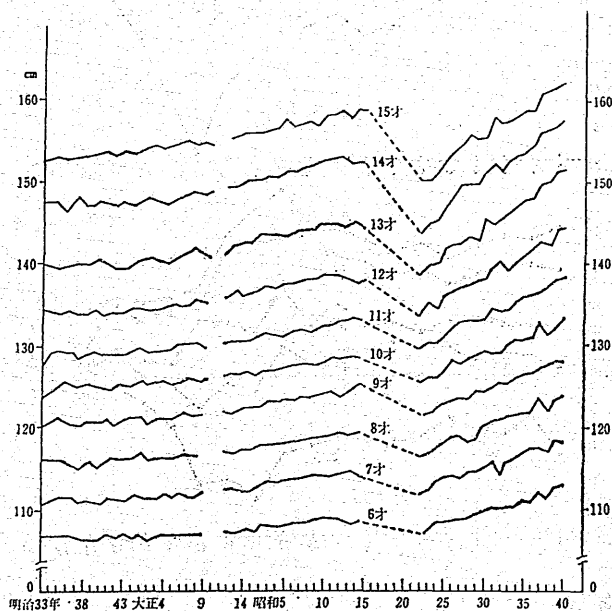
第25図 男子身長の昭和45年の推計値との比較



—青少年の身長の推移—

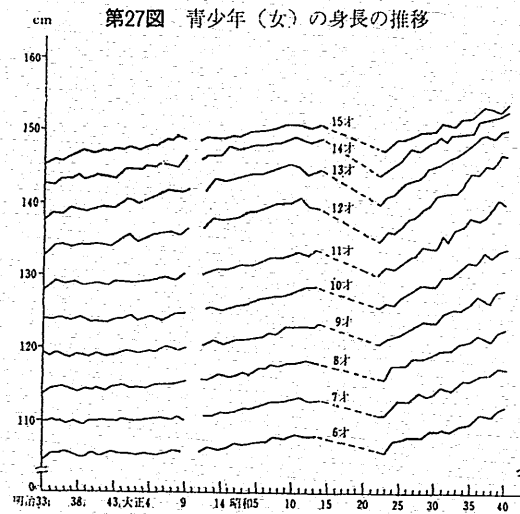
6～15才男女の身長について戦前からの推移をみると第26図、第27図のとおりで、全年令層とも順調な伸びを示している。

第26図 青少年（男）の身長の推移

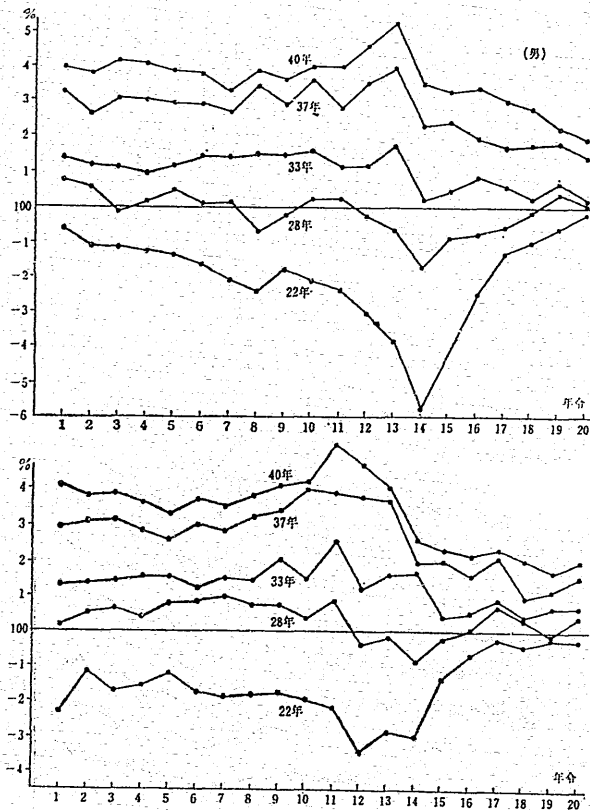


資料 (1) 明治33年～昭和14年：文部省学校衛生統計
(2) 昭和22年～昭和40年：国民栄養調査

また、戦前の標準体位を100とした場合の戦後における青少年の発育比率についてみると第28図のとおりである。



第28図 身長の戦前・戦後の発育比率（戦前の標準体重=100）

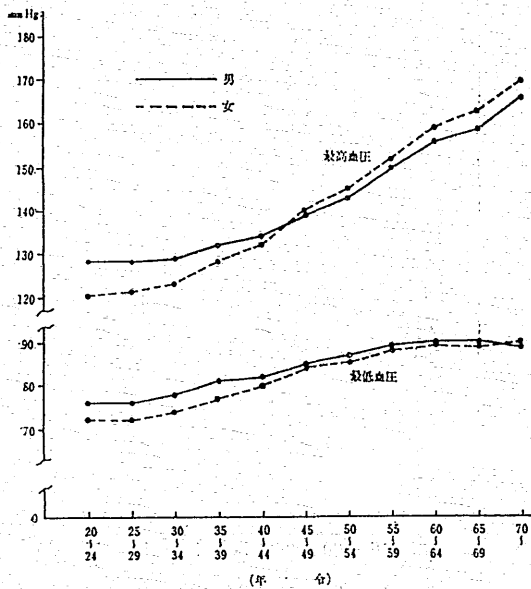


3. 血 圧（全国平均）

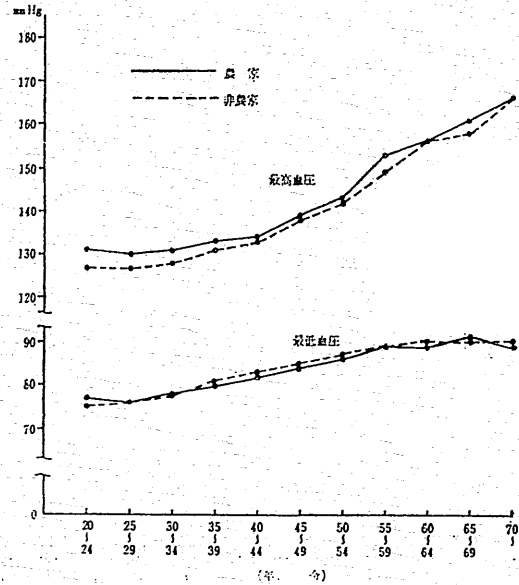
昭和40年度調査における血圧の平均値について性別、年令階級別にみると第29図のとおりである。例年のとおり最高血圧については、40～49才を境にして若年層では男子に高く、高年層では女子に高い一般的傾向を示している。

血 圧（業態別）

第29図 性、年齢階級別血圧平均値比較（全国平均）



第30図 世帯業態別血圧平均値の比較（男子）



次に農家、非農家別に血圧の平均値を比較すると第30図のとおりで、農家、非農家の両業態間に特に大きな差異は認められないが、従前からの一般的傾向として本年も最高血圧については、農家世帯が非農家世帯に比べて僅かながら高い数値を示している。

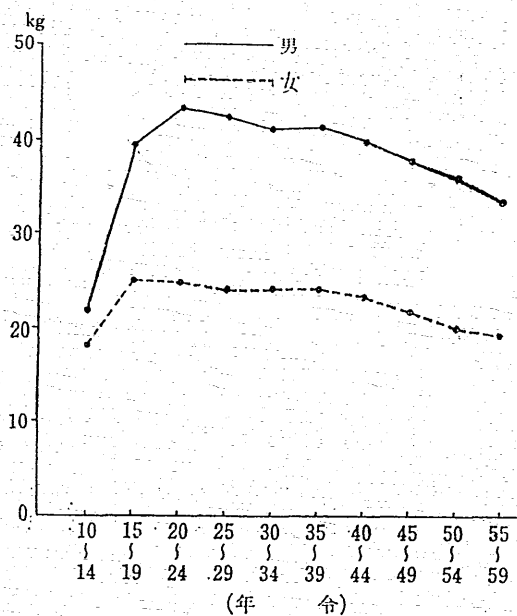
4. 握 力（全国平均）

昭和40年度調査による全国平均の年齢階級別握力の平均値は第31図のとおりで、男子の場合10～14才は21.9 kgであり、15～19才になると39.9 kgと急激に高くなり、20～24才で43.5 kgと最高値を示すが、その後は年齢の高くなるに従って緩慢ながら低下する傾向を示す。

次に女子にあっては、10～14才は男子に比べて余り差はないが、15～19才になっても、男子のように大きな上昇はみられず、以後も大差なく経過し、40才以降になって、ゆるやかに低下する傾向を示している。

次に農家、非農家別・性別に握力の平均値を比較してみると第32図のとおり、男女ともに農家世帯が非農家世帯を若干上回る数値を示している。

第31圖 性・年令階級別握力比較(全國平均)



第32圖 世帯業態別性別握力比較(年令階級別)

